



THE  
JOURNEY®

# THE JOURNEY

COMO SANAR TU VIDA Y LIBERARTE



DE LA AUTORA MÁS VENDIDA

BRANDON BAYS

## ELOGIOS PARA EL VIAJE

"Brandon Bays lleva a sus lectores a un viaje de extraordinaria inspiración".  
Deepak Chopra

"Cualquier viaje de sanación es un viaje de amor. Brandon ejerce como una guía maestra durante ese viaje y condensa la esencia del mismo en este libro tan fundamental. Cada página es un recordatorio de dónde ocurre la verdadera sanación, ya sea de la mente, del cuerpo o del espíritu".  
Catherine Ingram, autora de Presencia apasionada

"El viaje inspirará a millones, no sólo a los que tienen desafíos físicos en sus vidas, sino también a los que buscan la comprensión espiritual".  
Candace Pert, PhD, autora de Presencia Apasionada

"Brandon Bays es un alma singular, y su historia de sanación y reconciliación es un testamento de las capacidades de los seres humanos. ¡Lee este libro e inspírate para emprender tu propio viaje de sanación!"  
Anthony Robbins, autor de Despertando al gigante interior y Poder sin límites

"La inspiradora historia de Brandon es una prueba del poder de sanación que existe en cada individuo".  
John Gray, autor de Los hombres son de Marte y las mujeres son de Venus.

# EL VIAJE

Cómo sanar tu vida y liberarte

Por la autora internacional

**Brandon Bays**

# UNA INVITACIÓN DE BRANDON

Querido lector,

El Viaje es una experiencia. Una que es diferente para cada uno. Es real. Está cambiando la vida de la gente, y ya lo ha hecho durante más de 25 años.

Sin embargo, millones de personas todavía tienen que probarlo por sí mismas.

Por eso, una vez que termines de leer este libro (o tan pronto como sientas que estás listo), me encantaría ofrecerte una sincera invitación.

Participa conmigo o con uno de nuestros presentadores en uno de los muchos eventos presenciales en todo el mundo, o en uno de nuestros cursos por internet, para que puedas experimentar por ti mismo todo lo que comparto en estas páginas...

Para que realmente “comprendas” El Viaje, desde tu interior.

Y donde podrás experimentar personalmente las poderosas herramientas de sanación que durante más de dos décadas y media han estado mejorando la vida de la gente.

Con amor,

# ÍNDICE

Una carta de Brandon	xx
Introducción a El Viaje	xx
Prefacio	xx
Capítulo 1 El Viaje®	xx
Capítulo 2	xx
Capítulo 3	xx
Capítulo 4	xx
Capítulo 5	xx
Capítulo 6	xx
Capítulo 7	xx
Capítulo 8	xx
Capítulo 9	xx
Capítulo 10	xx
Capítulo 11	xx
Capítulo 12	xx
Capítulo 13	xx
Capítulo 14	xxx
Capítulo 15	xxx
Capítulo 16	xxx
Capítulo 17	xxx
Capítulo 18	xxx
Capítulo 19	xxx

Capítulo 20	xxx
Capítulo 21	xxx
Capítulo 22	xxx
Capítulo 23	xxx
Capítulo 24	xxx
Capítulo 25	xxx
Capítulo 26	xxx
Capítulo 27 Your Journey Begins	xxx
An Invitation from Brandon Bays	xxx
The Journey Events and Seminars	xxx
The Journey Accredited® Practitioner Program	xxx
Author's Note	xxx
Gratitude	xxx

En agradecimiento a la gracia sanadora que impregna toda la vida.  
Que todos experimentemos la magnificencia de nuestras propias almas.

## **UNA CARTA DE BRANDON**

Querido lector,

Han pasado 28 años desde que me curé de un tumor del tamaño de un balón de baloncesto. El trabajo de sanación profundamente transformador y liberador que surgió de esa experiencia se hizo eco en todo el mundo como The Journey Method™. Ofreciendo esta nueva versión condensada de mi historia y con la evolución de mi

trabajo, es mi más profunda plegaria que recibas las enseñanzas e ideas más recientes y más actualizadas.

Con el paso de los años, trabajando con miles y miles de personas por todo el mundo, he visto lo que funciona y lo que no funciona. El trabajo de El Viaje ha evolucionado orgánicamente, se ha profundizado y ampliado, a la vez que con el tiempo se han ido elaborando nuevos aspectos de este trabajo. Se ha vuelto no solo más refinado y más fácil trabajar con él, sino también más liberador.

El Journey Method™ no deriva de ninguna teoría o fórmula; nació de la experiencia directa de la vida de muchas personas sanando sus vidas: físicamente, emocional y espiritualmente. Y mi deseo es que cuando leas este libro es que no solo te inspires por las historias que hay aquí, sino que también te inspire y te catalice a comenzar tu propio viaje de sanación de la vida, hacia la libertad y la plenitud en tu interior.

Es mi plegaria que regreses a casa, al amor y a la paz, lo cual es tu propia esencia, tu propia alma. Y que no solamente uses este trabajo de procesos, inspirado en la gracia, para sanar tu propia vida, sino que también ofrezcas el trabajo a tus seres queridos y comiences a liberar sus vidas, ayudándolos a descubrir y abrirse a su potencial divino.

Desde que escribí por primera vez el libro y se convirtió en un bestseller, me asombraba como el trabajo de El Viaje parecía popularizarse en cualquier lugar del mundo al que llegaba. En los últimos años, hemos ofrecido Journey Intensives - nuestros seminarios iniciales - en treinta y cinco países, y mis escritos ya se han traducido a veintitrés idiomas - un número que sigue creciendo.

A dondequiera que viajo me doy cuenta de que, no importa el país en el que me encuentre, hay un profundo anhelo de abrirse y despertar al potencial divino, a la grandeza que existe dentro de cada uno de nosotros. Hay en todos nosotros una sed genuina de sanar nuestras vidas. Queremos herramientas, métodos y procesos que nos liberen, y ser libres en nuestras vidas. Anhelamos traer la sanación y la plenitud a nuestra vida cotidiana. Y queremos resultados - resultados duraderos.

En última instancia, queremos quitar la cortina que envuelve nuestra propia luz y descubrir nuestra propia verdad, encontrar nuestras propias respuestas. Queremos vivir una vida guiada, llena de gracia, auténtica, vivida desde el amor, desde nuestra esencia.

Y este libro está diseñado para compartir contigo la certeza de que esa libertad no solamente es posible, es tu derecho de nacimiento, porque es lo que realmente eres.

Así que, querido lector, rezo para que este libro te inspire a comenzar a sanar tu vida. Espero que te abra la puerta a tu yo más profundo y que respondas a la llamada de tu corazón y regreses a casa, a la magnificencia que ya eres. Y rezo para poder conocerte personalmente durante el camino en uno de nuestros seminarios de El Viaje, en algún lugar del mundo, y que juntos nos abramos a esta infinita presencia de amor.

Hasta entonces, mucho amor y bendiciones.

Namasté,

Brandon

## INTRODUCCIÓN A EL VIAJE

Este es un libro sobre la libertad, la libertad de vivir tu vida como siempre la has soñado.

En lo más profundo de todos nosotros, un potencial enorme nos está llamando, esperando para abrirnos a la alegría, el genio, la libertad y el amor que llevamos dentro. Esta presencia te está invitando a que regreses a casa ahora mismo, anhelando liberarte. Sin embargo, todos nosotros tenemos problemas que nos han hecho sentirnos atrapados o limitados. Escuchamos el susurro de nuestra propia alma llamándonos, pero nos sentimos incapaces de acceder a esa grandeza. En cambio, de una u otra manera, nos sentimos ocultos o bloqueados, limitados por nuestros problemas de rabia, miedo, depresión, pena, dolor, ansiedad. Tal vez sea tan sencillo como sentir que



tiene que haber algo más en la vida, o tan complejo como sentirse un completo fracaso. Puede ser tan debilitante como una adicción, o tan amenazante para la vida como una enfermedad grave.

No importa cuán profundo sea el problema, y no importa cuánto has estado luchando contra él, existe la posibilidad de convertirte en alguien absolutamente libre, completo y sano. Tú eres capaz de llegar a la raíz de estos problemas, resolverlos, dejarlos ir definitivamente y liberarte a ti mismo para así vivir tu vida con todo tu potencial, como una expresión plena de tu verdadero ser.

A través de la humilde y profundamente transformadora experiencia curándome de forma natural de un tumor en sólo seis semanas y media, saqué al descubierto una alegría y una libertad sin límites, que he experimentado a diario desde entonces. Este ha sido el regalo más precioso de mi vida. Desde aquel destacado viaje hace unos 28 años, me ha conmovido e inspirado ver cómo el trabajo de El Viaje tiene éxito en todos los países en los que se ofrece. Por todo el mundo, decenas de miles de personas de todas las áreas sociales utilizan el Método de El Viaje® para descubrir la verdadera libertad en sus vidas. Están descubriendo sus propias respuestas y poniendo al descubierto su verdad más profunda. Están limpiando bloqueos emocionales del pasado y desafíos físicos que los han estado frenando. Y finalmente se están sanando a todos los niveles de su ser. Personas corrientes están logrando resultados extraordinarios.

Independientemente de tu procedencia, tu edad, tu cultura o tu educación, todo el mundo sabe que dentro de uno mismo hay un enorme potencial desaprovechado, una presencia ilimitada, y todos anhelamos en secreto llegar a experimentarlo.

Esta presencia permanece despierta mientras duermes por la noche, haciendo que lata tu corazón, las células se repliquen y el cabello crezca.

Parte del extraordinario regalo de mi propio viaje de sanación fue descubrir y ser pionera en un simple pero poderoso método con el cual paso a paso se accede directamente a esta sabiduría infinita - una sabiduría que puede revelarte viejos patrones emocionales y recuerdos almacenados en tus células, y una energía de sanación que es capaz de resolver y limpiar del todo esos viejos problemas, para que así el cuerpo y el ser puedan llevar a cabo el proceso de sanación de forma natural.

Hoy en día viajo por todo el mundo con el trabajo de El Viaje, dando talleres y programas avanzados. Siempre me complace que atraiga a gente de todas las profesiones en el ámbito de la salud y ayuda personal: tanto médicas como tradicionales, complementarias y espirituales. He dado charlas y seminarios en hospitales, orfanatos, centros de acogida por abusos, colegios de homeopatía, centros de sanación, organizaciones espirituales e iglesias, grupos de apoyo al cáncer y grupos de rehabilitación de adicciones, escuelas, universidades, ministerios gubernamentales y, por supuesto, a personas de todo tipo de entornos sociales.

Dondequiera que vaya, la gente incorpora con éxito el trabajo de El Viaje en sus programas profesionales, de una manera agradable y fácil. Creo que todos reconocemos que hay algunos temas que requieren un trabajo de sanación verdaderamente profundo, del tipo "ponerse manos a la obra". Sabemos que es importante abordar un tema en su nivel más profundo para que finalmente se limpie y poder resolverlo completamente. Juntos comprendemos que El Método de El Viaje® es una forma de facilitar una sanación profunda, plenitud y una intensa sensación de bienestar, no importa nuestra trayectoria de sanación.

Uno de los programas que ofrezco es un programa mundial de acreditación de terapeutas, que ha atraído a médicos, terapeutas alternativos, orientadores de todo tipo, psiquiatras, sacerdotes, monjas, ministros, trabajadores sociales, profesores de

escuela, profesores universitarios y, sobre todo, gente de todos los ámbitos de la vida.

En Sudáfrica, hay médicos que llevan a cabo esta labor de sanación y de perdón a comunidades que no pueden permitirse tratamientos médicos, y hemos ayudado a la formación de su personal. Las unidades de traumatología de la policía han utilizado este trabajo con las víctimas de delitos con violencia. He formado a los que asisten a víctimas de malos tratos en el área de Soweto para que utilicen el método en su comunidad.

En el Reino Unido, Europa y Australia, los párrocos están llevando el trabajo a sus comunidades religiosas. Los profesores de los colegios están obteniendo resultados extraordinarios con los jóvenes, ayudando a desarrollar clases más equilibradas, con más confianza y con los mejores resultados de sus escuelas. En Australia, donde este libro fue un best-seller número uno en su ámbito, varios médicos y terapeutas de medicina complementaria ponen el libro en sus salas de espera, como de consulta para de sus pacientes, y reconocen que algunas enfermedades requieren algo más que una simple píldora.

Los grupos de rehabilitación de toxicómanos están utilizando este trabajo para eliminar el intenso desprecio hacia uno mismo relacionado con el abuso de drogas, y las enfermeras de los centros de tratamiento del cáncer lo están utilizando junto con los tratamientos de quimioterapia.

Un swami ha llevado el trabajo a su ashram para ayudar a la gente a profundizar en su experiencia del Infinito, y las monjas lo están utilizando para experimentar la profunda paz interior. Los rabinos en las sinagogas de Israel están ayudando a su pueblo a liberarse de los arraigados problemas emocionales, y algunos consejeros que ayudan a las personas en sus lechos de muerte están usando el trabajo de El Viaje para guiar a sus pacientes a la infinita paz en su interior, aliviando así su muerte. El trabajo de El Viaje es claramente intercultural y atrae a personas de todas las religiones, credos, edades y ámbitos sociales.

Lo que más me conmueve son los cientos de llamadas telefónicas, cartas y correos electrónicos que recibimos de personas que no han tenido la oportunidad de asistir a los talleres, personas que están utilizando con valentía los procesos explicados en este libro para realizar sus propios viajes de sanación.

La gente nos hace saber que han logrado superar completamente y con éxito problemas emocionales que les estaban debilitando desde hacía mucho tiempo, como depresión crónica, una pena abrumadora, una intensa baja autoestima, celos, malos tratos e infidelidades.

Nos continúa inspirando la gente que comparte cómo se han liberado de enfermedades físicas, incluyendo enfermedades cardíacas, cáncer de mama, fatiga crónica, artritis debilitante, enfermedad de Crohn, enfermedades de la piel - y la lista continúa. Todos los días recibimos mensajes de todo el mundo sobre sanaciones. Y el mensaje es siempre el mismo: fui capaz de conectar con mi propia inteligencia infinita, descubrir mis propios bloqueos, liberarlos y liberarme a mí mismo - simplemente practicando los procesos descritos en este libro.

Ha sido el mayor regalo de mi vida que la gracia me revelara los medios para dejar atrás el pasado y descubrir la belleza, el amor y la paz que hay dentro de todos nosotros. Y es mi más profunda oración que todos, no únicamente algunos de nosotros, se despierten a esta extraordinaria presencia de grandeza interior, y que todos comencemos a vivir nuestra vida como una plena expresión del amor, de ese potencial que llevamos dentro.

El presente libro está escrito como expresión de la más profunda gratitud que siento por el poderoso proceso de curación por el que pasé, con la pregaría de que sea una

herramienta viva que te inspire a embarcarte en tu propio viaje.

Que descubras la alegría ilimitada en el centro de tu ser. Esta es una invitación a la libertad, tu hoja de ruta hacia el alma. ¿Estás listo para volar?

"Venid al borde", dijo.

"No podemos, Maestro, tenemos miedo."

"Venid al borde", dijo.

"No podemos, Maestro, tenemos miedo."

"Venid al borde", dijo.

Allí fueron. Él los empujó... ellos volaron.

La libertad es nuestro destino. Sin embargo, nos da miedo dar ese paso que nos llevará a la grandeza la cual es nuestra verdadera naturaleza.

## **PREFACIO**

En cierta ocasión escuché la historia de que cada uno de nosotros llega a esta vida como un diamante intacto, puro e inmaculado. Y a causa de las dificultades que atravesamos cuando crecemos y por el transcurso de los dolores de la vida, nuestro brillo innato queda oculto por un montón de basura - las mentiras, juicios y las limitaciones que nosotros mismos nos creemos.

Luego, cuando nos hacemos adultos, cubrimos todo el desastre con una capa de barniz brillante y reluciente. Mostramos al mundo esa apariencia artificial y nos preguntamos como es que a nadie le parece excepcional. Con el tiempo, es posible que incluso lleguemos a creer que este caparazón que nos protege es lo que realmente somos, y en base a ello modelamos toda nuestra identidad personal.

Pero si tenemos mucha suerte, la vida nos trae un regalo, una "llamada de atención". Algo sucede cuando, por un momento, nos abrimos paso a través de la superficie endurecida, miramos más allá de esas capas de mentiras y bloqueos. Penetramos en las capas de mugre, y captamos un destello del radiante esplendor que brilla desde lo más profundo de nuestro interior.

Entonces, si tenemos mucha, mucha suerte, pasamos el resto de nuestras vidas de regreso a casa, de vuelta a esta exquisita belleza y libertad. Descubrimos que siempre hemos sido, y siempre seremos, ese diamante puro e inmaculado, pleno y libre.

Esta es la historia del viaje de regreso a casa, y de la incesante llamada del alma a que reconozcamos la grandeza dentro de nosotros mismos. Es tu llamada de atención, una invitación para que finalmente vuelvas a casa, a tu verdadero ser.

Tu eres aquello que estás buscando.

## **1 EL VIAJE**

Me desperté esa mañana del verano de 1992 y me di cuenta de que finalmente tenía que enfrentarme a lo que fuera que había hecho que mi barriga creciera tanto en los últimos meses. No podía seguir negándolo. Una parte de mí sabía que algo iba muy mal, y que finalmente tendría que enfrentarme a los doctores y hacerme una revisión.

No quería admitir que algo en mí pudiera estar “mal”. ¡Me parecía que lo había estado haciendo todo bien!

Había prestado muchísima atención a mí salud, de una manera proactiva y a conciencia durante más de doce años. Comía comida vegetariana, energética, bebía solamente agua pura filtrada y hacía ejercicio físico todos los días. Vivía en una casita junto a la playa de Malibú en California, y respiraba aire fresco del mar. Y lo que es más importante, debido a todo el trabajo de crecimiento personal que había hecho a lo largo de los años, ya no necesitaba dirigir mis pensamientos hacia frases positivas; eso ya sucedía de forma natural. Mi matrimonio me llenaba por completo, amaba a mis hijos y me sentía muy animada y extremadamente agradecida por mi trabajo: recorriendo el mundo dando seminarios e inspirando a otros a crear y disfrutar de una buena salud. Mi vida era todo lo que siempre había deseado.

Había pasado mi vida asistiendo a talleres y seminarios, aprendiendo todo lo que podía sobre la sanación del cuerpo y el espíritu. Era como si toda mi vida se tratase de vivir los principios de la salud y el bienestar - Sin duda predicaba con el ejemplo. Sin embargo, aquí estaba yo, con una

barriga tan grande que parecía estar embarazada, aunque sabía bien que no lo estaba. ¿Cómo me podía estar ocurriendo esto cuando todo lo estaba haciendo tan bien?

Desconcertada y avergonzada, ni siquiera podía admitir mis miedos ante mis mejores amigos. Aquí estaba yo, una 'experta', enseñando a otros cómo cuidar de su salud, pero yo ni siquiera me podía abrochar la cremallera de mis pantalones más anchos.

Llevaba más de quince años en el campo de la sanación natural y la medicina alternativa, y ahora, al enfrentarme a un problema de salud grave, me sentía confundida ante la posibilidad de tener que ir a un médico convencional. Aunque sabía que requería urgentemente que me hiciesen un diagnóstico adecuado, no tenía ni idea de por dónde empezar o a quién llamar.

Miré por las estanterías de la librería del pueblo y encontré un libro escrito por una cirujana especializada en temas de salud de la mujer; una que era conocida por no extirpar todos los órganos como una primera opción. Decidí que podría ser un buen lugar por donde empezar, y cuando llamé al número en la contraportada me alegré de que me diesen cita en solo seis semanas.

Durante ese tiempo, sin embargo, parecía como si mi barriga se hubiese hinchado mucho más, y, cosa rara, mi menstruación me vino mucho antes de lo previsto. La noche antes de mi cita, me armé de valor para contárselo a una de mis mejores amigas, Catherine, y le pregunté si me quería acompañar.

Cuando llegamos a la consulta, me sentía fatal solo de pensar en lo que me podrían diagnosticar. Mientras Catherine y yo esperábamos mi turno, me entró un sudor frío, y me inundaban oleadas de miedo.

Después de una hora y media, la enfermera finalmente vino y nos hizo pasar. Los 45 minutos del reconocimiento fueron minuciosamente rigurosos y parecían no llegar a su fin. La doctora no dijo prácticamente nada hasta que llegó el momento de escuchar lo que más me temía.

Cuando terminó giró la cabeza tranquilamente hacia mí y me miró directamente a los ojos. Con una voz amable pero poco emotiva me dijo: "Brandon, es como si estuvieras embarazada de cinco meses con un tumor del tamaño de un balón de baloncesto".

Parecía como si todo empezara a tambalearse en mi interior, a la vez que trataba desesperadamente de entender de alguna manera lo que acababa de decir. Intenté con torpeza mostrar despreocupación, diciendo, "¿qué dice doctora, ¿no está exagerando un poco? - un balón de baloncesto - ¿no es un poco exagerado? ¡Un balón de baloncesto es así de grande!" (indicando con mis manos el tamaño de un balón de baloncesto), con una sonrisa incrédula y un instante después sintiéndome como una estúpida .

Sin inmutarle lo más mínimo mi intento de poner un poco de humor al asunto, se puso firme y casi cortante, me respondió: "¿Preferirías que lo llamara una pelota de playa? Es así de grande (aludiendo a una pelota de playa). Y está aplastando el resto de tus órganos. ¿No te has dado cuenta de que últimamente te falta aliento?"

Asentí con la cabeza y murmuré débilmente que pensaba que se debía a la hinchazón y al aumento de peso. Ella añadió: "Es porque este tumor, esta 'masa pélvica', ha crecido desde el área púbica hasta la caja torácica y está presionando contra tu diafragma, lo que dificulta la respiración. Tienes que ir al hospital hoy mismo para poder extirparlo quirúrgicamente".

Me sentí como si alguien de golpe me hubiera dejado sin aire. Como una estúpida hice unos pocos intentos más para quitarle importancia al asunto antes de tener el valor de preguntarle si podía hablar con ella a solas en su despacho.

Nos sentamos juntas y le pregunté a la doctora qué significaba exactamente el diagnóstico y que opciones tenía. Cuanto más hablaba la doctora, más alarmante sonaba todo; la cirugía inmediata era mi "única opción". Mi corazón empezó a golpear con fuerza a medida que la

presión se acumulaba en mi interior. Me sentí como un animal atrapado. Finalmente tuve que soltarlo: "No puedo dejar que lo haga, Doctora. Trabajo en el ámbito de la sanación mente-cuerpo. Tengo que tener la oportunidad de dar ejemplo e intentar curarme a mi manera. ¿Cuánto margen de tiempo me puede dar?"

Ella se puso todavía más seria y respondió que no era algo como para tomárselo a la ligera. "No lo entiendes, Brandon", dijo. "No es sólo el tamaño de tu tumor. Mi mayor preocupación es que podría perderte en unos pocos días por la cantidad de sangre que estás perdiendo. Esto no es la menstruación. Tienes una hemorragia interna".

Empecé a discutir, negociando desde cualquier ángulo que se me ocurría. Todo lo que ella me decía lo consideraba inteligente y lógico. No quería hacer nada que supusiese un riesgo para mi vida, pero sentía un fuerte impulso... fuera como fuese, tenía que ganar algo más de tiempo. Tenía que tener la oportunidad de llevar a cabo mi propio proceso de sanación, poner todo lo mejor de mi parte.

Le pregunté: "¿Y si pudiera detener la hemorragia mediante hipnosis médica, homeopatía o algo parecido? En ese caso, ¿cuánto tiempo me darías?" Sacudió la cabeza en lo que parecía ser pura exasperación, y adoptó un tono amable pero con firmeza y determinación que parecía suavemente condescendiente. Dijo: "Brandon, pareces una persona muy sincera, e incluso creo en la medicina natural alternativa cuando el diagnóstico lo requiere, pero tu masa pélvica es demasiado grande para ni siquiera tomarlo en consideración".

Señalando los estantes y estantes de libros que se alineaban en sus paredes como si fueran una prueba concluyente, continuó, "No hay ni un solo caso en todos estos libros de una mujer que se haya curado de forma natural de una masa pélvica del tamaño de la tuya. Así que aunque tengas toda la mejor intención del mundo, mi conciencia no va a dejarte salir de aquí en las condiciones en las que estás. Como médica estoy implicada en el negocio de salvar vidas, y tienes que ingresar en el hospital esta tarde."

"¿Y si tuviera que darme tiempo; cuánto tiempo podría darme?" le supliqué. Así continuó la negociación hasta que finalmente, después de otros treinta minutos, acordamos que si de alguna manera conseguía detener la hemorragia en un par de días, ella me daría un mes más para que hiciese todo lo posible. Si los síntomas empeoraban, la llamaría inmediatamente, y si después de un mes la masa pélvica no había desaparecido por completo, volvería y dejaría que los cirujanos la extirparan quirúrgicamente.

Al abandonar su despacho, me volví a mirarla y al notar sus ojos preocupados me di cuenta de que realmente se sentía preocupada. También pude ver que para ella no cabía duda de que fracasaría en curarme a mí misma. En voz baja, con tono seguro, me dijo: "Nos vemos dentro de un mes", convencida de que la cirugía era mi destino.

Con mi corazón aún latiendo con fuerza, salí al sol de Los Ángeles y sentí que me habían dejado salir de la cárcel. Aunque nunca me había entusiasmado Los Ángeles, esa tarde, de alguna manera me parecía el lugar más hermoso de la tierra. Los árboles parecían centellear con colores, el aire era intensamente fragante, y me sentía increíblemente afortunada por el mero hecho de estar viva. Mis sentidos estaban tan conscientes, tan agudos, tan despiertos. La vida la sentía muy muy preciosa.

En ese momento algo radical sucedió. Parecía como si el tiempo se detuviera por completo. En ese momento, todos los miedos se apaciguaron en una profunda calma, y un suave reconocimiento pero con certeza surgió desde mi interior - el saber que había recibido una enorme llamada de atención, y que de hecho este tumor era un regalo, que tenía algo importante que enseñarme, y que de alguna manera sería guiada hacia mi propia sanación.

Ni siquiera era una cuestión de "si" me curaría, sino de cómo.

Aunque no sabía cuál sería mi viaje de sanación, me di cuenta de que la misma parte de mí que había sido responsable de crear el tumor también sería responsable de des-crearlo. Y en este reconocimiento, sentí una inocencia infantil y la confianza en que de alguna manera sería guiada a descubrir lo que esta masa pélvica tenía que enseñarme.

Y así comenzó mi viaje de sanación.

## Capítulo 2

Mientras permanecía de pie bajo el sol de Los Ángeles, en ese instante en que el tiempo parecía haberse detenido, sentí que toda mi vida la había vivido para llegar hasta este punto. A través de mi mente comenzaron a fluir fragmentos de recuerdos de las diversas enseñanzas espirituales y de sanación mente-cuerpo que había vivido a lo largo de años de estudio.

La gratitud me brotaba por todo lo que había aprendido, por todos los maestros de los que había aprendido y por todas las historias de los casos que había estudiado de personas a las que se les había diagnosticado enfermedades más graves que la mía; personas que, con un gran valor, habían conseguido sanarse ellas mismas. No sólo había leído, estudiado y aprendido de cientos de estos casos, sino que también durante muchos años había tenido el privilegio de ayudar con terapias a otros mientras se iban sanando con éxito. Me di cuenta de que sus experiencias habían sido ejemplos reales, y su valentía había despertado la mía. Sabía que con que una sola persona hubiera tenido éxito en la sanación a nivel físico-celular, entonces significaba que cualquier cuerpo humano era capaz de conseguir la sanación celular. No tenía ninguna duda de que era posible. Simplemente no sabía cuál sería mi propio viaje de sanación.

Me di la vuelta, y me di cuenta de que llevaba un rato inmersa en mis pensamientos, y que Catherine seguía a mi lado. Con una mirada incrédula le dije: "Bueno, al menos tengo un mes de tiempo". Vamos a tomarnos un zumo. Estoy temblando un poco. Necesito reponerme".

Desde el restaurante llamé a mi marido, Don, que estaba fuera de la ciudad impartiendo seminarios como jefe de monitores con Anthony Robbins. Intenté que mi voz no sonara demasiado preocupada mientras le transmitía la noticia.

"¿Te acuerdas de la cita que tenía con la cirujana para ver por qué mi barriga estaba engordando tanto?"

"ah, sí, ¿cómo te ha ido?"

"Pues me han diagnosticado un tumor del tamaño de un balón de baloncesto, y me han dado un mes para solucionarlo".

Se hizo un largo silencio. Y luego, "Mierda, ¿un mes?"

A pesar de su elocuencia con la tesis doctoral, parecía haberse quedado sin palabras. Murmurando algo ininteligible le pasó el teléfono a Tony, que también era mi jefe. No me lo esperaba. Me sentí puesta al descubierto, de imprevisto, pero traté de sonar alegre y con confianza al darle la noticia a Tony. Trabándoseme la lengua, le dije: "Oye, Tone, no sé si te habías fijado que mi barriga ha engordado un poco en los últimos meses". (Creía que lo había disimulado bien cubriéndola con vestidos largos, sueltos y románticos.)

"Sí, Brandon, la verdad es que si me había dado cuenta..."

Me invadió la vergüenza. Tras una pausa larga e incómoda, las palabras me salieron de golpe. "Bueno... Me han diagnosticado un tumor del tamaño de un balón de baloncesto, y me han dado un mes para resolverlo..."

Otra larga pausa parecía colgarse en el aire mientras esperaba lo que me temía que sería una respuesta humillante. Pero, sin esperarlo, respondió en un tono alegre y alentador. "No te preocupes Brandon, vas a poder con ello. Te veo en el Mastery" (un seminario que iba a tener lugar en Hawai un mes después).

Tony le devolvió el teléfono a Don, y le conté una versión resumida de todos los detalles médicos, asegurándole que conseguiría resolver inmediatamente el problema del derrame de sangre. Colgué y me quedé junto a la cabina de teléfono ligeramente aturdida, cavilando sobre la conversación con Tony y pensé en su respuesta: "No te preocupes Brandon, vas a poder con ello".

Me di cuenta de la absoluta confianza que tenía en mí, y también de la certeza que tenía sobre la velocidad con la que la sanación celular puede tener lugar en el cuerpo. "Tiene razón", pensé. "Puede suceder y muy rápido, así que necesito asegurarme de contárselo solo a la gente que tiene este conocimiento y esta certeza". No puedo permitirme dar pie a la negatividad de las personas que aunque bien intencionadas proyectan sus propias dudas, miedos y simpatía inoportuna sobre mí. Solamente tengo un mes. Este tiempo es muy valioso.

En ese momento me prometí a mi misma que solo se lo diría a las personas que sabía, sin lugar a dudas, que me apoyarían de todo corazón y de forma positiva, y que estarían convencidas de que podía y me sanaría.

Terminé diciéndoselo a solo ocho personas.

Después de la comida, fui a una farmacia de homeopática y hablé con el farmacéutico. Me sugirió varios remedios con plantas y homeopáticos, incluido uno para ayudar a detener la hemorragia, y me advirtió de que dejara de tomar cafeína, ya que las estadísticas mostraban que la cafeína puede aumentar el tamaño de los tumores.

Luego me fui a casa y me hice un simple proceso neurolingüístico de sanación mente-cuerpo para detener la hemorragia. Un día y medio después, me sorprendí y me sentí aliviada al ver que, excepto por algunas manchas ocasionales, la hemorragia se había detenido.

Entonces llamé a la doctora. Al escuchar la noticia, sonó escéptica pero en cierto modo receptiva, y antes de terminar la conversación se aseguró de advertirme, diciendo: "Si alguno de tus síntomas empeora lo más mínimo, llámame inmediatamente".

Hasta que no colgué el teléfono no me di cuenta de que había conseguido ganarme un mes entero. Me relajé y suspiré con alivio. En es momento empecé a tomar conciencia de que ahora era cuando mi verdadero trabajo empezaba...

### **Capítulo 3**

En cierto modo, sentía que me abría con una curiosidad casi infantil a lo que mi viaje podría traer, al mismo tiempo era muy consciente de que había recibido una llamada de atención urgente - un mes era muy poco tiempo. No podía permitirme el lujo de desaprovechar ni un solo momento tan precioso. Aunque no sabía por dónde empezar, sentía un constante e insistente sentimiento



interior que sabía que de alguna manera sería guiada. Por tanto, lo único que podía hacer era CONFIAR.

Me prometí a mí misma rendirme completamente a lo que fuera que me sintiera guiada a hacer, y de CONFIAR dondequiera que me llevase. Haría todo lo que estuviese en mis manos, sin importar los resultados. No tenía ninguna duda de que parte de mi viaje suponía dejar al descubierto lo que el tumor tenía que enseñarme. Sabía que tendría que descubrir qué recuerdos y patrones emocionales no resueltos del pasado residían en las células, aprender cualquiera que fuese la lección, y finalmente resolver y liberar esas memorias.

Tras años de trabajo en el ámbito de la sanación mente-cuerpo, tenía el convencimiento de que todo sucede por una razón y con un propósito. Una vez descubres lo que la enfermedad o el bloqueo físico tienen que enseñarte y liberas los problemas emocionales almacenados en las células, entonces, y solo entonces, puede iniciarse la verdadera sanación a todos los niveles: emocional, espiritual y físico. Solo en ese momento el cuerpo emprende por sí solo el proceso de sanación de una forma natural. Yo sabía que mi viaje incluiría el soltar los problemas emocionales almacenados dentro del tumor. Solamente que aún no sabía cuáles eran esos problemas.

También era consciente de que necesitaba ayudar a mi cuerpo físicamente de una manera muy práctica en cuanto empezase a deshacerse de una gran cantidad de células degenerativas y tóxicas. Así que lo primero que decidí fue ayudar a mi cuerpo con una dieta viva y limpia, y aplicando las reconocidas terapias de higiene natural que había aprendido a lo largo de los años.

Yo ya comía muy sano, pero decidí además optimizar mi alimentación de tal manera que generase los niveles más altos de energía. Mi dieta vegetariana pasó de un 65 a un 70 por ciento de frutas y verduras frescas y crudas a un 100 por cien de alimentos completamente vivos, incluyendo muchos zumos recién exprimidos. Añadí enzimas alimentarias y aumenté de manera significativa mi ingesta de minerales, y tomaba plantas medicinales que sabía que me ayudarían en el proceso de limpieza. Además de todo esto, decidí favorecer el flujo de mi sistema linfático con masajes y hacer limpiezas de colon con hidroterapia, de modo que cuando completara la liberación emocional, mi cuerpo estaría en las mejores condiciones para hacer la eliminación a nivel físico. Pero esto no era más que una ayuda práctica para mi cuerpo fácil de hacer. Sabía que mi verdadero trabajo consistía en descubrir lo que estaba almacenado emocionalmente dentro de aquel tumor.

Don estaba en Canadá, y no podía dejar los seminarios que estaba impartiendo. Ese día decidí que dada la importancia de lo que estaba sucediendo, debería estar a su lado y que deberíamos tomarnos tiempo libre para hacer unas pequeñas vacaciones juntos, bajar el ritmo. Quizás así mi guía interior podría revelar el siguiente paso.

Reservé un vuelo para reunirme con él en Quebec. Instintivamente supe que mi viaje de sanación consistía en estar quieta, estar abierta, y CONFIAR, CONFIAR, CONFIAR, permitiendo que fuese revelando cada paso. De alguna manera entendí intuitivamente que yo, la personalidad de Brandon, no estaba al mando, sino la infinita inteligencia interior era la que ocuparía el asiento del conductor. Sabía que la parte de mí responsable de hacer crecer mi cabello y de hacer later mi corazón llevaría a cabo el trabajo - y que se necesitaría mucha valentía para rendirme y relajarme en la quietud interior, para que así el guía interior pudiera revelar el siguiente paso.

Unas pequeñas vacaciones me parecía lo mejor que podía hacer a continuación.

## Capítulo 4

Sentada en el avión en dirección a Quebec, me di cuenta de que no iba a poder disfrutar de toda la espléndida comida francesa de allí - me veía comiendo ensaladas crujientes y zumos de zanahoria, fruta fresca y minerales coloidales. Una parte de mí se puso inquieta y rebelde al pensarlo. Sin embargo, me recordé a mí misma que solo disponía de un mes, y eso era lo mínimo que podía hacer para ayudarme.

Mientras Don y yo nos entreteníamos paseando por las pintorescas calles de Quebec, mi conciencia se intensificó, mis sentidos se habían despertado y agudizado. Los árboles parecían vibrar más, y los olores de los cafés de la calle resultaban de lo más variado e intenso. Los adoquines se habían redondeado por tantos años de paso de gente, carros y coches, y las nubes parecían sobresalir vívidamente del nítido cielo azul. Me sentí tan bendecida por poder mirar, oler y sentir, que hasta el viento cortante me resultaba raro. Era casi como si mi alma estuviera saboreando la vida sin poner ningún filtro, tal cual es.

El silencio cayó sobre mí. Una vez más, el tiempo parecía detenerse. Me encontré descansando en una repentina quietud que era al mismo tiempo totalmente inmóvil y luminosamente viva. La conciencia de que estaba siendo guiada surgió con fuerza desde el interior. Desde fuera debía parecer pensativa y tranquila, pero por dentro casi se me saltaban las lágrimas al sentir tal gratitud por este conocimiento que se me revelaba tan poderosamente.

Me dí la vuelta para mirar a Don. No sabía cuánto tiempo yo llevaba allí parada, pero noté que él se había quedado inusualmente callado. Cuando indagué más profundamente, admitió que estaba asustado.

"Parece tan enorme,..." Larga pausa... Silenciosamente respondí: "Es enorme".

No sabía qué más decir. Había dicho lo obvio, pero lo obvio parecía incomprendible.

Otra larga pausa...

"A veces yo también me asusto", dije. "Entonces tengo que recordarme a mí misma que debo permanecer abierta y confiar. No sirve de nada luchar contra ello. Ojalá pudiera explicarte de alguna manera esta silenciosa certeza que sigue surgiendo de mi interior, pero no importa lo preocupada que parezca mi mente y mi personalidad en algunas ocasiones, hay algo más profundo - algo en mi interior - que parece saber otra cosa. Y es este conocimiento el que me está llevando a través de este extraordinario viaje. Así que, vamos a disfrutar de estos días, es una ciudad tan romántica".

Nos metimos en un café, y le animé a disfrutar de la deliciosa cocina francesa, aunque yo sólo comiese ensalada. A regañadientes, aceptó.

Cada día la paz se hizo más profunda, y después de tres o cuatro días en Quebec, supe que era hora de avanzar. Hacia qué, no lo sabía, pero algo en mi interior parecía impulsarme a seguir adelante.

## Capítulo 5

Desde Quebec decidí llamar a nuestros amigos Mark y Elaine y organizar un encuentro con ellos. Vivían en una comunidad espiritual en el norte del estado de Nueva York y averigüé que era posible visitarlos, y así de paso hacer una terapia corporal y pedirles consejo sobre el

siguiente paso a tomar. Había hecho junto con ellos gran parte de mi formación en terapias complementarias, y habían sido testigos de momentos de gran transformación espiritual y emocional en nuestras vidas. Y aunque ya habían pasado varios años y nos habíamos encaminado hacia diferentes campos de la sanación mente-cuerpo, parecían ser las personas más adecuadas de las que rodearse. Sabía que me apoyarían.

Cuando llegamos, Elaine nos ofreció a todos una infusión, y dijo en su estilo directo e intuitivo, "¿y bien? ¿qué es lo que pasa!"

"Bueno, me han diagnosticado..." Expuse toda la historia, incluyendo las cosas a nivel físico que estaba haciendo, y terminé diciendo: "Así que me estoy dejando guiar".

Se encogió de hombros y dijo: "Brandon, ni siquiera veo el problema. Vas a poder con ello..no hay ningún problema... será pan comido... simplemente lo sé... De verdad, lo digo en serio, Brandon". Y yo sabía que así lo creía.

Era la primera vez que escuchaba la noticia y usaba las mismas palabras que Tony: "No hay ningún problema, vas a poder con ello".

¡Me empezaba a dar cuenta de que la gente a mi alrededor era un espejo de ese mismo conocimiento interior que estaba surgiendo en mí! La confirmación externa de lo que internamente sentía me resultaba muy alentador. Mientras estaba allí acabé haciéndome un buen tratamiento de masajes, y también encontré un fitoterapeuta que me sugirió varias plantas medicinales que me ayudarían con el proceso de limpieza. Cuando me estaba preparando para irme, la masajista me dio un pequeño papel con un número de teléfono. "He investigado un poco y he encontrado un buen terapeuta de masaje craneo-visceral en Santa Mónica. Eso no queda lejos de Malibú, ¿verdad?"

"No, cerca, carretera abajo", respondí. "Gracias, muy amable de tu parte".

"No te preocupes, Brandon. Realmente veo que esto se va a ir fácilmente. Vas a poder con ello".

Y de nuevo... ¡la tercera vez! Esta vez se me pusieron los pelos de punta. Realmente estaba empezando a sentir como si el universo estuviera tratando de decirme algo. Si alguna vez creí en algo como las señales, entonces estaba recibiendo señales por todas partes, y todas apuntaban a lo mismo: ¡vas a poder con ello!

Con el papel en la mano, pensé, 'Hmm, tal vez este hombre es una de las miguitas de pan, esas señales marcando el camino. Le voy a llamar en cuanto vuelva a Malibú'".

## Capítulo 6

De camino a casa desde el aeropuerto, con el trocito de papel en mi mano, se acrecentaba en mí una impaciente expectación. Me impacientaba saber a dónde me llevaría esta nueva señal.

Dando saltos de emoción, cruce la puerta de mi casa en Malibú, cogí el teléfono, marqué el número y me respondió la secretaria del masajista. Se disculpó sinceramente: no tengo ni un solo hueco hasta dentro de un mes. ¿Quieres una cita para entonces?

¿Un mes? ¡No tenía un mes! Me quedaban menos de tres semanas.

Me desinflé como si alguien me hubiera clavado un alfiler. ¿Cómo era posible que no me pudiese atender? Estaba tan convencida de que era parte de mi viaje, una de mis señales. Hasta ahora todo había fluido perfectamente, con tanta facilidad - como si estuviera de alguna manera en "la zona" de la que tantos atletas hablan. Esto no podía ser. Le pregunté si estaba absolutamente segura.

"Sí, lo siento - la agenda está completa."

Desilusionada, colgué el teléfono, aunque no me quedaba convencida. Dos minutos después volví a llamar. "¿Podría al menos hablar con él?"

"Está con un cliente".

"Bueno, entonces ¿podría darle un mensaje?"

"Le haré saber que has llamado".

A las 10:45 de esa noche, recibí una llamada telefónica que comenzó con un aluvión de disculpas por llamar tan tarde. "Me llamo Benjamín, soy el terapeuta de masaje craneo-visceral al que has llamado hoy".

Hablamos hasta las 11:00 p.m. Me dijo, "Mira, si no te importa venir a las 7:00 a.m. le haré tantas sesiones como pueda desde ahora hasta que tenga que volver a hacerse las pruebas. ¿Le va bien venir tan temprano?"

"No me puedo permitir no hacerlo. Estaré allí a las 6:45".

Aunque las primeras horas de la mañana no son mi mejor momento del día, estaba encantada de trabajar proactivamente para curarme físicamente, y me alegraba de que las cosas parecieran una vez más estar "fluyendo", por buen camino.

Al final de la primera sesión, Benjamín se dirigió hacia mí mientras yo cogía mi abrigo. "Sabes, no tengo la sensación de que esto vaya a ser realmente un problema. Casi tengo la sensación de que ya se está curando solo. Sé que parece una locura porque la revisión es en menos de tres semanas, pero tengo la sensación de que vas a poder con ello!"

¡Casi lo repetí a viva voz con él!. ¿Qué era esto, un mantra? Asentí con la cabeza, sonreí y le saludé. "Hasta mañana".

Benjamin me había dado el nombre de un terapeuta muy bueno de hidroterapia de colón. Me dieron cita enseguida. Durante la sesión, palpó por mi vientre y me dijo: "Sabes, tengo la sensación de que esto va a irse muy rápido, pero hay algún viejo asunto emocional almacenado ahí que tienes que soltar".

"Lo sé", murmuré en voz baja. Ya era muy consciente de que aunque estaba cuidando activamente de mi cuerpo físico para fomentar la curación, todavía no había abordado el lado emocional. No había llegado al núcleo de lo que en un primer lugar había creado el tumor.

Revisé en mi interior para ver si estaba evitando enfrentar el tema, y honestamente no sentí que lo estuviera haciendo. Simplemente me mantenía abierta, confiando en que sería guiada. Todavía no me había sentido "llamada" o empujada a sumergirme en la causa emocional del tumor.

Me requería mucha valentía y más paciencia de lo que normalmente estaba acostumbrada para poder seguir confiando, ¡y era plenamente consciente de que el tiempo pasaba! Esa noche me llamó mi querido amigo espiritual, Kabir, de San Francisco. Es oncólogo, un médico especializado en cáncer, y durante una hora escuché todo tipo de detalles médicos técnicos, la mayoría de los cuales no los entendía del todo. Seguía asintiendo, "Tiene que haber una razón por la cual estoy escuchando todo esto".

Hacia el final de la conversación, finalmente salió de su papel de médico y volvió al modo amistad, y le pude colar unas palabras. Le hice saber que no era mi intención seguir la ruta de la medicina convencional. Tenía la intención de intentar curarme por mi cuenta antes de dar a los cirujanos la oportunidad de abrirme, y realmente quería llegar a los problemas emocionales que sabía que estaban en el núcleo de todo, y recibir la enseñanza que esta masa pélvica tenía que darme.

"¡Brandon, acabo de tener una idea! Tienes que venir a visitarme un par de días. Conozco una terapeuta corporal muy buena que ayuda a la gente a eliminar los problemas emocionales

almacenados en su interior a la vez que trabaja con el cuerpo - es fabulosa. Yo mismo voy allí una vez a la semana. ¡Ella es pura magia!"

"Voy a ver si puedo conseguir algún vuelo barato. Si no, asumiremos que no tenía que ser," respondí.

Como por obra de Dios, conseguí uno de esos super descuentos en dos billetes a San Francisco solo 48 horas después. Eso era tan solo dos semanas y media antes de que tuviera que reaparecer en la oficina de la doctora y una vez más, aquí estaba CONFIANDO, CONFIANDO, CONFIANDO!

Me agradó saber que Kabir ya había planificado un par de citas, y cuando bajé del avión, sentí que algo importante iba a suceder en San Francisco.

Reservé para Don y para mí en un pequeño hostel encantador, al final de la calle de la terapeuta. Sabiendo que solamente iba a pasar allí unos pocos días, pensé que me gustaría descansar entre sesiones, aquietarme y meditar para permitir la sanación. Una parte de mí sabía instintivamente que había llegado el momento de hacerme cargo... de girarme hacia adentro y estar conmigo misma. No sabía lo importante que esa decisión iba a resultar ser.

## CAPITULO 7

A medida que subía los escalones para mi encuentro con Sergia, la masajista terapeuta, algo en mi interior comenzó a tambalearse y a sentir un poco de miedo. Me abrió una señora de cara amable. Con un tono de voz tranquilizadora me llevó a su sala de tratamientos, que era cálida y limpia, y en cierto modo sencilla a la vez que acogedora. Le pregunté para qué eran los ositos de peluche en la silla. "Son para cuando vienen niños. Les hace sentirse seguros. A algunos adultos también les gustan".

Olía a incienso perfumado y había fotos de maestros espirituales con los que había estudiado. Aunque el masaje era su especialidad, pude ver que ella sentía un gran amor por la espiritualidad, y probablemente tenía la misma sed de aprender que yo.

Nos pusimos a charlar antes de empezar y le conté toda la historia de principio a fin. Le dije que creía firmemente que los recuerdos emocionales se almacenan en las células del cuerpo y se transmiten de una generación de células a la siguiente. Y que la verdadera sanación comienza cuando soltamos estas viejas memorias celulares. Deseaba con todo mi corazón afrontar aquello que estaba almacenado dentro de ese tumor y esperaba que ella me pudiese ayudar.

Admití que, como me movía en el ámbito de la sanación mente-cuerpo, probablemente había probado y hecho de todo durante los últimos 20 años. Tenía la sensación de que ya había experimentado todas las técnicas de sanación posibles y pensaba que ya había superado todos mis problemas emocionales. Así que cuando me di cuenta de que mi vientre no paraba de crecer, en ningún momento se me había ocurrido que pudiese ser algo realmente grave. Tuve que reconocer que quizás era muy prepotente el pensar que algo así no me podía suceder.

Le conté algo que no lo había compartido con nadie más. Lo humillante y avergonzada que me había sentido, no solo por descubrir lo grande que había crecido el tumor, sino también darme cuenta de cuánto tiempo lo había estado negando. No había querido creer que pudiese tener algo grave porque se suponía que lo estaba haciendo todo bien.

Me interrumpió para decirme: "Sabes, si que lo estabas haciendo todo bien. Me da la sensación de que esto debe ser algún viejo asunto del que tienes que deshacerte".

"Pero yo siento como que ya he hecho todos los procesos posibles de sanación en este planeta".

”¡Bueno, está claro que tu cuerpo no opina lo mismo! El hecho de que tus problemas emocionales se hayan manifestado en un nivel físico debe significar que por fin estás preparada para afrontarlo y liberarte de ello”.

En el fondo sabía que tenía razón y asentí en silencio.

Antes de empezar hice una oración en silencio pidiendo tener el valor necesario para afrontar lo que fuese que estuviese almacenado dentro de ese tumor. Entonces me abrí y me entregué en mi interior y me deje expandir en esa quietud que había sido mi constante compañera a lo largo de mi viaje. De forma instintiva sabía que todas las respuestas surgirían desde la quietud. No desde mi personalidad y mucho menos desde mi mente charlatana. Si mi mente pensante era la que me pudiese haber dado las respuestas, ya lo habría hecho. La única opción que me quedaba era confiar. Confiar en una sabiduría más profunda. La sabiduría responsable de hacer latir mi corazón, hacer brillar mis ojos y hacer que mi cabello crezca. Confiar en esa inteligencia infinita responsable de hacer que mis células se regeneren. Confiar en esa parte de mí que está despierta mientras yo duermo por la noche. Sabía que tenía que confiar y entregarme a mi verdadera esencia, a mi verdadero yo, a lo que sentía que era “mi hogar”.

En cuanto empezó a darme un masaje cerré los ojos y me fui relajando cada vez más profundamente hacia un estado de paz, y una vez más, tuve la sensación de que el tiempo se detenía. Mis sentidos estaban plenamente vivos y, sin embargo, mi mente estaba totalmente relajada en un estado de paz que parecía ser inmenso y no tener límites. Me sentía conectada con todo.

Mientras me masajeaba, Sergia sugirió: "¿Por qué no, con tu imaginación, das unos pasos hasta el interior de tu tumor y miras a ver qué ves?"

Su sugerencia me pareció tan obvia, pero pensé que era una buena idea, y así lo hice. Cuando me metí dentro de mi útero no me gustó nada lo que vi, daba miedo y más de una vez pensé: “me voy de aquí, no quiero ver todo esto”. Pero mi sabiduría interior seguía recordándome que estaba aquí por una razón; y una vez más recé pidiendo tener el valor para enfrentarme a lo que fuese que necesitaba afrontar. Estaba segura de que iba a encontrarme algo que no soportaría ver.

Mientras caminaba por el interior del tumor llegué a una zona que parecía particularmente oscura. Al aproximarme a ella pude sentir una intensa sensación de miedo que emanaba de las paredes. Espontáneamente, un antiguo recuerdo de un trauma muy intenso de la infancia me vino a la mente. Y al instante, mi mente dudosa y pensante se percató y dijo: "No puede ser eso. Ya me lo sé todo sobre ese recuerdo. ¡Ya hace tiempo que me trabajé este asunto y ya está resuelto! Ni siquiera era tan importante. No puede ser la causa de lo que me está pasando. Bla bla bla bla".

Mientras Sergia continuaba con el masaje, yo tímidamente le contaba los juicios que estaba haciendo mi mente. Con voz tranquilizadora me dijo: "Bueno, probablemente tu cuerpo te está mostrando precisamente este recuerdo por alguna razón. De momento ¿por qué no te dejas llevar por lo que surja, incluso si tu mente lo empieza a poner en duda? ¿Qué es lo tienes que perder?"

Así que seguí observando el recuerdo. En mi mente me veía recorriendo la escena en vivos colores y a cámara lenta. Salieron a la superficie emociones que no me las esperaba y que las había enterrado y olvidado hacía mucho tiempo y surgió la verdadera expresión de cómo me había sentido en ese momento. No me había dado cuenta de la intensidad de mis emociones en aquel entonces. Incluso en aquel momento se me había dado demasiado bien enmascarar mis verdaderas emociones poniendo cara de valiente.

Las lágrimas caían suavemente por mis mejillas. Sentía que se trataba de algo personal y no quería contárselo a Sergia. A la vez sentí un gran alivio siendo sincera conmigo misma,

quitándome la máscara y permitiéndome experimentar la increíble vulnerabilidad e impotencia que había sentido en aquel momento de mi infancia.

Por fin me permitía sentir las emociones naturales que yo misma no me había permitido experimentar en el momento del trauma, de alguna manera siendo pequeña había aprendido que no estaba permitido mostrar mis verdaderos sentimientos. Y lo que es más importante, ni yo misma había sido capaz de reconocerlos.

De una manera muy simple y pura me permitía finalmente experimentar lo que llevaba allí todo el tiempo. Nunca había llegado a olvidar ese recuerdo, así que “ el descubrirlo” no suponía un gran hallazgo. Lo que me sorprendió fue la intensidad de mis auténticas emociones. Lo había hecho tan bien poniendo una tapadera que había logrado convencerme a mi misma de que ese episodio ni siquiera era tan importante.

Compartí con Sergia un poco de lo que me estaba pasando y ella me preguntó amablemente: “¿sientes que ya has terminado?” Lo comprobé con mi sabiduría interior: "No".

"Entonces, ¿y si te imaginas una pequeña hoguera y colocas a tu lado a todas las personas de ese recuerdo? ¿y si tienes una conversación junto al fuego y averiguas por qué las otras personas se comportaron de esa manera? Hazles saber tus verdaderos sentimientos. Deja que tu yo más joven hable con ellos como si estuvieran aquí mismo".

Una vez más lo que dijo me pareció una buena idea, así que decidí probarlo. No tenía nada que perder.

Mientras tanto seguía recibiendo un maravilloso masaje de relajación. Sergia, por intuición parecía saber en qué área acumulaba la tensión y la aliviaba a medida que yo continuaba con mi proceso interno.

En mi imaginación me vi junto al chisporroteo de una hoguera. Mis padres estaban allí con un aspecto mucho más joven, vestidos al estilo cursi de los años 50. La niña de cuatro años que había vivido el recuerdo emocional también estaba allí con su vestidito y desprotegida e insegura. También estaba allí mi yo actual, así que decidí acercarme a la niña e invitarla a sentarse en mi regazo para que se sintiera segura y reconfortada.

Me sorprendió mucho lo que se dijo en la hoguera. Hasta entonces no había sido consciente de la intensidad con la que mi yo más joven había vivido lo sucedido. La pequeña yo tenía mucho dolor que expresar.

Finalmente dijo todo lo que no había sido capaz de decir durante décadas. Como si vaciase años de dolor. Cuando ya no le quedaban más palabras me dirigí a mis padres y les pregunté por qué se habían comportado de esa manera. Me sorprendió igualmente escuchar por lo que ellos estaban pasando en ese momento. Me saltaron lágrimas de compasión en cuanto comprendí la fuente de su dolor y lo frustrados e impotentes que se sentían. Mi hermana se había ahogado a los cuatro años de edad y por desgracia el dolor inexpresable de mis padres a veces se desparamaba sobre mi y sobre mis hermanos.

La conversación junto al fuego continuó hasta que finalmente todos nos vaciamos desde lo más profundo de nuestros corazones. Mi pequeña yo de la infancia comprendió realmente, por primera vez, por qué y cómo había ocurrido todo. Me quedé en paz. Paz, sencillez y una plena comprensión.

Le conté a Sergia una versión muy condensada de lo que había ocurrido y ella me preguntó una vez más si ya sentía que ya había terminado con este asunto del pasado. Consulté en mi interior: “No, todavía hay algo que me molesta por dentro y no sé lo que es. Es una sensación de que algo más tiene que suceder”.

Me sentía perdida. Sabía que no tenía sentido volver a recurrir a mi mente. Solamente me daría una respuesta aparentemente lógica que ya había demostrado servir de poco en mi sanación o me juzgaría y me diría lo estúpido que es todo esto.

Así que una vez más me sentí abriéndome, confiando y entregándome al silencio. Sabía que las respuestas vendrían de allí. A medida que el silencio se hacía inmenso, dominante, mi mente pensante se detuvo. Una vez más me sentí maravillada por la belleza de la paz que parecía emanar de mi alma. Mis pensamientos cesaron al mismo tiempo que un silencio parecía inundar la habitación.

Desde lo más profundo del silencio oí las palabras, o mejor dicho, las sentí: Tienes que perdonar a tus padres.

Me golpeó como una piedra. Sabía que era cierto. Era tan obvio, pero nunca se me había ocurrido. Así que en mi imaginación reconstruí la hoguera y situé a mis padres junto al fuego, mientras que en mi interior mi yo más joven los perdonaba a ambos con la inocencia en que lo hacen los niños. Sentí como si mi corazón se rompiera cuando las palabras de perdón salieron de mis labios. El perdón era absolutamente auténtico y venía de lo más profundo de mi alma.

Las lágrimas caían por mis mejillas. La paz inundaba mi cuerpo. La paz de la culminación. Desde mi interior brotó una simple conciencia, el saber que LA HISTORIA HABÍA TERMINADO .

Tumbada sobre la camilla empecé a sentir una energía sutil pero palpable que recorría mis brazos y piernas y a continuación todo mi cuerpo. Algo en mi interior sabía que la curación del tumor había comenzado.

Después de un rato Sergia me hizo saber que había llegado el momento de terminar la sesión. Habían pasado dos horas. ¡Se me habían pasado muy rápido! Me erguí con cuidado, sintiéndome un poco mareada y me dio un vaso de agua.

Me sugirió volver al hostel, tal vez tomar una sopa, descansar y dejar que las cosas continuasen procesándose por dentro. Asentí en silencio. No me apetecía mucho hablar y me preparé en silencio para bajarme de la camilla.

Por dentro, mi mente dudosa y pensante volvió a trepar lentamente con toda su fuerza diciendo cosas como: No era para tanto. Has recordado un viejo recuerdo, ¿y qué? Ya has hecho este tipo de cosas antes, no es nada nuevo. Todo esto estaba en tu mente, en tu imaginación...y así siguió...

Me bajé de la camilla, mi mente seguía parlotando y fui a recoger mi ropa. Cuando extendí el brazo para coger mis pantalones sentí que perdía totalmente el equilibrio, estaba mareada y temblando y me agarré a una silla para sentarme.

En ese instante mi mente dejó de criticar y tranquilamente dirigió toda su atención a lo que estaba sucediendo en mi cuerpo. Pensé: ¡Mierda! ¡aquí está pasando algo, algo grande". Me incliné para palpar mi vientre tenso como un tambor y me di cuenta de que en realidad se había vuelto un poquito blando. "Debo de estar soñando, las cosas no pueden suceder tan rápido". Mi mente se aceleró, no podía comprender lo que estaba ocurriendo. Me empecé a encontrar muy mal y lo único que quería hacer era tumbarme.

Don ya estaba en la sala de estar esperándome y no quería que viera lo mal que me sentía. Me sentía totalmente desorientada. Me daba cuenta de que las cosas dentro de mí estaban cambiando rápidamente, pero si hubiera tenido que explicar lo que quería decir con eso, sabía que no podía.

Lentamente llegué hasta el coche. Una vez en la habitación del hostel me sentí increíblemente agradecida por poder deslizarme entre las limpias y blancas sábanas y acurrucarme a descansar mientras dejaba que lo que estaba sucediendo, fuese lo que fuese, sucediera.



Continué “procesando” durante el día y durante la noche dormí con dificultad. Me desperté a la mañana siguiente sintiéndome débil y vulnerable, sin comprender nada. Todo estaba sucediendo tan rápido. Sentí como si las moléculas de mi cuerpo estuvieran zumbando y girando y cuando toqué lo que había sido una barriga dura como de una embarazada, la sentí como gelatina.

Durante tres días me sentí débil y desorientada. Me sentía en cierto modo desnuda y expuesta a medida que mi cuerpo parecía seguir haciendo el proceso que tan bien sabía hacer. Estaba absolutamente convencida de una cosa. Yo no estaba al mando. La sabiduría de mi cuerpo se había apoderado de mí y estaba transformando mis células de manera natural, perfecta, a su ritmo, sin yo tener que pensar en nada.

Curiosamente mi mente finalmente se calló. No tenía ninguna crítica que añadir. El hecho de que las cosas funcionaban perfectamente sin su intervención era tan evidente que no tenía nada más que decir al respecto. Descansé en una paz que era envolvente. Me sentía como una niña, inocente, contenta por no entender nada de lo que estaba sucediendo internamente. Simplemente descansaba tranquilamente en la presencia de una dulce aceptación que lo abrazaba todo. La inteligencia de la sabiduría del cuerpo estaba obrando su propio milagro en mi interior y todo lo que podía hacer era descansar en gratitud y entrega.

Mientras reposaba en la contemplación se me ocurrió que todo el tiempo había estado pensando que este tumor se estaba aferrando a mí cuando en realidad era yo que me había aferrado a él; protegiéndome de los recuerdos y de las emociones dolorosas que estaban almacenadas ahí. Y cuando finalmente descubrí los patrones emocionales y los recuerdos conectados a él y di esa historia por concluida, fue entonces cuando se acabó la necesidad del tumor. Una vez que los problemas se habían terminado, sanado y perdonado, el tumor podía irse. Había cumplido su propósito y transmitido su enseñanza.

Parecía como si literalmente hubiera puesto el recuerdo doloroso en una caja con la tapa puesta. Luego las células habían crecido y crecido manteniendo el viejo recuerdo encapsulado, protegiéndome de tener que enfrentarme a él a lo largo de los años.

## Capítulo 8

Solo faltaban diez días para que volviera al consultorio del médico. Mi estómago se volvía más plano todos los días, aunque a medida que me acercaba a la fecha de vencimiento, pude ver que aún no estaba completamente plano. Para entonces, ya estaba de vuelta en Malibú y decidíA ver si podía acelerar mi curación. Le pedí a algunos de mis amigos más cercanos que me ayudaran a revisar el procesamiento de la memoria dos veces más, aunque esta vez, en lugar de masajear mi cuerpo, tenían puntos de acupresión relacionados con mis órganos internos.

Una vez más, me rendí profundamente en el silencio. Espontáneamente, el conocimiento interno trajo algunos recuerdos más.- diferentes de las primeras,

pero todas centradas en el mismo tema. Descubrí que me estaba perdonando a mí misma, así como a las otras personas involucradas, pero pude ver que solamente estaba aprendiendo diferentes aspectos de la misma lección.

Era como si hubiera un problema central y hubiera pasado toda una vida repitiendo el mismo patrón, cometiendo los mismos errores dolorosos, pero con diferentes personas. Era como si tuviera una serie de recuerdos que era como un collar de perlas, a pesar de que cada recuerdo o cada perla tenía una forma, tamaño y tono ligeramente diferentes, todos eran esencialmente lo mismo. Y me pareció que ese día con Surja habíamos roto la cuerda y ahora todas las perlas se estaban deslizando, todos los recuerdos estaban terminando y saliendo. Cuando terminamos con cada proceso, sentí cambios profundos que continuaron durante varias horas.

Dos días antes de la cita con mi especialista, seguía sintiendo mi barriga. Había bajado de tamaño dramáticamente, pero aún no se sentía completamente plano. Cuando me senté en el consultorio del médico esperando mi examen, mi corazón comenzó a latir con fuerza. Sentí una mezcla de emoción, anticipación y miedo que me invadía; mis rodillas se sintieron débiles y mis manos pegajosas. Una vez más, me senté allí temiendo lo peor, esperando que el médico baje el boom.

De nuevo, pasamos por un examen exhaustivo, solo ésta vez la doctora me habló mientras progresaba. Mencionó que había enviado las muestras de prueba anteriores para descubrir si la masa era maligna o benigna, pero que habían sido contaminadas con toda la sangre, por lo que iba a tener que volver a hacer las pruebas. Seguí pensando: 'No quiero escuchar sobre las pruebas anteriores. Solo dime qué está pasando ahora.

Mientras hablaba, de repente recordé que un año antes tuve resultados de la prueba de Papanicolaou que habían resultado precancerosos. En una escala del uno al cinco, siendo cinco cancerosos, estaba en un tres. En ese momento, realmente no lo pensé, ya que mi profesional de la salud alternativa había descartado el resultado, diciendo que muchas cosas podrían contribuir a un resultado de frotis precanceroso, incluso una infección vaginal. Entonces, lo había dejado pasar. Ahora me di cuenta de que debería haberlo investigado más a fondo.

Finalmente, la médica dijo: "Bueno, ha habido una gran mejora. La masa pélvica parece haber disminuido significativamente, del tamaño de una pelota de baloncesto al tamaño de un melón de seis pulgadas".

Las palabras cayeron en mis oídos con un ruido sordo.

"Un melón de seis pulgadas, ¿estás seguro de que sigue siendo tan grande?" La decepción me llenó.

"Ese es un cambio dramático, Brandon. Ha retrocedido desde empujar contra el diafragma, tres pulgadas por encima de la cintura, hasta aquí, dos pulgadas por debajo de la cintura. Puedo poner mi mano alrededor de la parte superior. Aquí, tócalo con tu propia mano. ¿Puedes sentirlo?"

"Sí", dije, tratando de contener las lágrimas.

"Piensa en una pelota de baloncesto", dijo, mostrándome con las manos. "Ahora piensa en un melón de seis pulgadas (mostrándome otra vez). Ese es un cambio significativo". Pausa larga. "Pero no es lo suficientemente significativo, Brandon. Todavía necesitas que te lo quiten quirúrgicamente".

Aparté la cara para que no pudiera verme mientras me limpiaba los ojos, y env oz baja pregunté si podíamos hablar de eso en su sala de consulta. Pensé

que había bajado mucho más que eso. Mientras me sentaba con ella, sus palabras parecían salir de una bruma. Podía ver que estaba molesta y estaba tratando de calmarme mientras se mantenía firme al describir la dirección que debía tomar.

"Es una gran mejora, Brandon. No hay nada de qué decepcionarse. Claramente, has estado haciendo algo para curarte a ti misma. Pero creo que debo hacerte saber que se sabe que los tumores son volátiles, y es posible que vacilen radicalmente de tamaño. Es por eso que tu barriga aumentó en tamaño en las seis semanas antes de tu primera visita. No hay nada que decir que no volverá a aumentar de tamaño. Necesitas ser real sobre esto. Debes hacerte las pruebas para determinar su naturaleza y, una vez que estén completas, extirparlo quirúrgicamente. Ese es mi fuerte consejo para ti. Esto no es algo para tomar a la ligera: una masa del tamaño de un melón significa que ya está bastante avanzada".

Todo lo que dijo tenía sentido desde un punto de vista lógico, ¡pero todo dentro de mí todavía decía NO! Me quedé sentada en silencio mientras ella hablaba, sin ofrecer resistencia externa, solo tratando de tomar en cuenta sus palabras y realmente sopesar su validez. No había duda de que ella tenía sentido. Pero ese conocimiento interno de 'lo conseguirás manejar' todavía estaba fuertemente en el fondo. En un momento, con una voz ligeramente desinteresada, ella preguntó qué había hecho durante el último mes para que se produjera un cambio tan dramático. Comencé a hablar, esperando que ella realmente quisiera escuchar sobre el intenso viaje de curación emocional que había experimentado. Inocentemente, con gran entusiasmo comencé a lanzarme a mi historia. Ella me detuvo en seco.

"¡No no! Solo quiero los hechos. ¿Qué has estado haciendo físicamente? ¿Qué alimentos has estado comiendo? ¿Qué hierbas, si alguna, has estado tomando? ¿Ha cambiado tu dieta significativamente? ¿Qué hay de tu actividad física? Solo quiero los hechos para mi archivo.

Comencé a enumerar todas las hierbas, enzimas, minerales coloidales, colonics y masajes, y terminé diciendo que tomaba 100 por ciento de frutas y verduras frescas y crudas, combinadas con zumos recién exprimidos.

Lo anotó todo, cerró el archivo y dijo secamente, con una sonrisa irónica y sardónica que, por lo demás, parecía poco atractiva. se enfrentan, "Bueno, es posible que tengas que seguir con la dieta cruda por el resto de tu vida, si crees que eso fue lo que creó el cambio".

Interiormente, una puerta se cerró de golpe. Dejé de sentirme indefensa y lo entendí: esta no era una médica que quería la imagen completa, los hechos reales, que incluían el lado emocional de las cosas. ¡Ella quería su idea de cuáles eran los hechos! Me di cuenta de que no había más base para la discusión, y algo en el interior decía: "¡SUFICIENTE!"

Simplemente, y de manera un tanto cortante, le agradecí por su tiempo y le dije que no creía que el tumor explotaría de un lado a otro, sino que estaba en un viaje de curación. Estaba decidida a honrar mi cuerpo y le daría el tiempo que sea necesario para completar el proceso de curación.

Ella parecía estupefacta. Se volvió muy poco atractiva cuando intentó persuadirme de que estaba en el país de los sueños, y reiteró que mi única opción era la cirugía. La miré cuando me fui y sentí una extraña combinación de compasión y asco. ¿La curación solo se refiere a la comida que comemos y la

medicina que tomamos? Me di cuenta de que era simplemente su modelo del mundo, y que no era su culpa- su entrenamiento era necesariamente limitado.

Los médicos están entrenados para trabajar sobre los cuerpos de la misma manera que los mecánicos están entrenados para trabajar en automóviles. Entran aparentemente en el campo de la curación para ayudar a las personas a sanar, pero en algún momento olvidan que las personas no son solo sus cuerpos. Tenemos cuerpos, mentes y emociones, pero lo más importante, lo que somos es alma, algo que no se puede tocar, medir o extirpar quirúrgicamente.

Mientras conducía a casa, me alegré mucho por la llamada de atención que me había dado su falta de comprensión. Sus argumentos habían sido muy seductores, y había comenzado a caer en la idea de un médico sobre cómo curar a alguien: los arreglas quitando las partes.

Me tomó su total falta de interés en el resto de mi viaje de curación para que me diera cuenta una vez más de que debía seguir mi propia verdad, sin importar lo tonta que pareciera desde el exterior. Fue una decisión difícil, porque a diferencia de abordar el tumor desde un nivel puramente físico, no se podía ver, tocar o probar los cambios emocionales que habían tenido lugar dentro de mí. Sin embargo, para mí, eran tan reales como los cambios físicos que parecían seguirles como resultado directo.

En ese momento me sentí muy sola. Lógicamente, sabía que no era cierto. Tenía amigos y familiares devotos y solidarios, pero de alguna manera todavía me sentía sola. Me di cuenta de que hay una manera en la que todos deben seguir su propio camino curativo único, y es una experiencia que nadie más puede tener para ti. La transformación espiritual es un viaje interno, es el camino personal del alma para aprender y dejar ir, y es algo que debe ser experimentado cada uno por su cuenta.

## Capítulo 9

Cuando entré por la puerta había un mensaje de Don en el contestador automático, quien estaba en Hawai preparándose para un seminario de dos semanas de Tony Robbins Mastery. Se había acordado de mi cita con el médico y se preguntaba cómo había ido todo. Sonaba entusiasta y solidario. Realmente sentí que necesitaba compartir lo que estaba sucediendo, pero me sentí avergonzada internamente, que de alguna manera había fallado porque no me había curado completamente.

Al pensar en Don y mis amigos en Hawai, me sentía aún más sola. Algunos de mis amigos más cercanos estaban allí con él. No quería que nadie supiera, sabía que me estaban apoyando y que estarían muy decepcionados. Pero sabía que necesitaba darle más tiempo.

Entonces recordé mi primera conversación con Tony: "No problem, lo manejarás. Te veré en Mastery." No había llegado a Mastery. Mi fracaso era tan obvio.

La esposa de Tony, Becky, me había llamado dulcemente tres días antes, cálidamente implorándome que vaya a la Maestría. "No tienes que trabajar, puedes venir y pasar el rato, estar allí en apoyo de Don".

Me conmovió que ella se acercara a mí, pero en voz baja respondí: "Beck, significa tanto para mí que me llamas, pero esta es una vez que necesito entregarme completamente a mi propio viaje de curación. He estado allí para tanta gente en los últimos trece años. En este momento no es el momento para dar a los demás, incluso si estoy solo en un segundo plano. Me prometí a mí misma que por una vez solo me apoyaría a mí misma y me daría lo mejor de mí primero".

Estas fueron palabras difíciles para mí, ya que todo mi corazón y mi alma querían estar allí para ayudar, pero sabía que tenía que cumplir mi promesa.

Sabía que Don no estaría disponible para hablar hasta tarde esa noche, así que decidí llamar a mi amigo cercano Skip para confesarle mi 'fracaso' a alguien y al menos desahogarme. Había sido una de las ocho personas con las que había compartido mi viaje de curación y había estado allí conmigo desde el principio. Había mantenido mis puntos de acupresión en ambas sesiones mientras continuaba con mi procesamiento y me había visto a través de una intensa y poderosa transformación. Había sido un apoyo irreprimible todo el tiempo y pensé que al menos podría ayudarme a aligerarme.

Skip contestó el teléfono con su entusiasmo normal. "¡Hola Brandon! ¿Cómo te fue?"

"Bien, no tan bien como esperaba. Solo pasó del tamaño de una pelota de baloncesto al tamaño de un melón de seis pulgadas ". Relaté toda la visita al médico.

"¡Oye! ¡Oye! Detente ahí, Brandon. ¿Dijiste que pasó de una pelota de baloncesto a un melón? Eso es increíble ... eres increíble! ¿Qué te preocupa? Está en camino hacia abajo. No escuches lo que te dijo el médico, solo mira los resultados. Sabes que no va a explotar. SABES lo que creó ese cambio, estuve allí contigo cuando sucedió la mayor parte ".

Después, castigándome y con humor como si hablara con un niño, él dijo: "Sabes mejor que esto. ¡Esta no es la Brandon que conozco! MIRA LO QUE HAS HECHO. ¡ESTÁS EN TU CAMINO, BRANDON! Es solo cuestión de tiempo, dale una o dos semanas. ¡Al ritmo que se mueve, su estómago estará plano en poco tiempo! ¿Qué estás pensando?"

Su entusiasmo desenfrenado, junto con su absoluta certeza de que me curaría y su incredulidad en mi estado, fueron contagiosos y me hicieron reír de mí misma. A propósito, tuve que admitir que probablemente tenía razón.

"Bueno, Skipper, es difícil mantenerse fuerte cuando el médico te dice a tu cara básicamente que estás lleno de mierda ".

"Ella está llena de mierda!" dijo con una cálida carcajada de 'No lo digo en serio'. "Ella no sabe la intensidad de lo que has pasado, o la rendición y la confianza que se necesita para que realmente veas esos problemas dinosaurios que acechaban dentro de ese tumor". Ella no sabe lo libre que te has vuelto. Estás radiante, Brandon. Mírate en el espejo. ¡Dáme un respiro!"

Su entusiasmo me ganó, sin duda.

Deja a ese doctor, Brandon. Ella no sabe quién eres. Ella no sabe de lo que eres capaz. Escucha, mi esposa va a un médico increíble aquí en el hospital Cedars Sinai. Por qué no les llamas y ves si puedes conseguir una cita, ¿digamos en dos semanas? Tu tumor tiene que haber desaparecido para entonces. Ya sabes Cedars, es uno de los mejores del país. Tienen increíbles equipos de alta tecnología y realmente se preocupan. ¿Quieres que les llame? Son de última generación, Brandon. Deberías hacer que lo revisen los mejores. Deberías poner en paz tu mente.

Dudando, dije que sí, preguntándome si el tumor se habría ido para entonces.

"Ahora mismo te vuelvo a llamar. Veré lo que puedo hacer."

Cinco minutos después volví a llamar, todo emocionado. "Oye, te conseguí una cita, no este miércoles, sino el próximo. Te encantará su oficina, todos son muy amables. Puede que tengas que esperar un par de horas porque parecen estar realmente llenos, pero te prometo que valdrá la pena ".

Durante la semana y media siguiente, estuve encantada de ver que las palabras de Skip sobre la disminución del tamaño del tumor se hacían realidad. Mi estómago se hizo más y más plano a medida que transcurría la semana. Cuando fui a mi masajista, él insistía: "Brandon, tengo la sensación de que no hay nada allí. Ya no puedo sentirlo con mis manos, no importa como de profundamente cavo".

Mi terapeuta de colon hizo eco de sus sentimientos, diciendo que intuitivamente sintió que había dejado ir años de carga emocional. Durante todo el tiempo seguí tomando las hierbas y minerales, comiendo solo frutas y

verduras frescas y crudas, bebiendo un montón de jugos recién exprimidos y apoyando mi cuerpo cada vez más delgado y más vibrante, lo mejor que sabía.

## Capítulo 10

El miércoles siguiente, cuando me presenté para mi cita, me sentí discretamente emocionada, un poco asustada e inocentemente esperanzada. Skip tenía razón: tuve que esperar más de dos horas, ya que la sala de espera parecía estar en constante flujo con mujeres embarazadas y madres con bebés. Traté de interesar mi mente acelerada con las diferentes revistas, pero descubrí que estaba demasiado inquieta con anticipación.

Finalmente, vino una enfermera y me llamó, y me hicieron pasar varias puertas abiertas a través de las cuales podía ver todo tipo de equipo complejo. La enfermera me pidió que cambiara mientras me explicaba con orgullo las diversas piezas de maquinaria en la habitación.

“Es la última tecnología. Con él, la doctora puede ver con bastante precisión el interior de sus órganos. Si lo desea, pondremos la pantalla del monitor hacia usted para que pueda ver lo que está haciendo. Encontrará a la médica muy amable. Ella te explicará todo mientras toma las fotos. Tenemos lo último: a las madres embarazadas les encanta, es una máquina que puede desarrollar las imágenes en cuestión de segundos. Es como una Polaroid: a las madres embarazadas les gusta llevarlas a casa para mostrar al bebé en el útero. Si quieres, solo pregúntale a la doctora y ella te dará el tuyo.

Pensé en lo clínico que parecía todo, pero me animé con la evidente amabilidad de la enfermera. Cuando se fue, mi corazón comenzó a latir con fuerza mientras yo me sentaba en la habitación llena de equipos fríos, esperando que llegara la médica.

Cinco minutos más tarde, ella entró tranquilamente, sin el abrigo estándar de los doctores. Inmediatamente me gustó. Charlamos juntas acerca de que buena pareja eran Skip y su esposa, y finalmente abrimos el tema de la razón de mi visita.

Ya había tomado la decisión de no contarle toda mi historia a esta médica. Quería una nueva opinión imparcial basada en resultados científicos recientes, y no basado en el diagnóstico de mi médico anterior. Lo resolví diciendo: “Tengo treinta y nueve años, y mi ginecólogo pensó que sería una buena idea hacerse un examen de ultrasonido completo; le preocupaba que pudiera tener un pequeño crecimiento y a medida que envejecza para que tales cosas ocurran ...”

Ella me interrumpió para preguntar: “¿Está en el útero, los ovarios, dónde?”



"Ella en realidad no dijo", respondí, tratando de permanecer vaga y sin compromiso.

"Bien por qué ¿No hacemos un examen completo? Obtendremos la imagen completa de esa manera. Hay un nuevo equipo que adquirimos recientemente que lo hace mucho más preciso y fácil de ver. Puede que no sea tan cómodo, porque significa que voy a tener que poner una sonda dentro de ti, pero prometo que seré gentil. De esta manera veremos desde todos los ángulos".

Le respondí que estaba ansiosa por ser lo más claro y minucioso posible, y que cooperaría voluntariamente con lo que ella pensara que era necesario. El examen fue como la enfermera había dicho que lo haría. La doctora fue muy simpática, y claramente hizo todo lo posible para tranquilizarme.

Concienciosamente, ella giró el monitor para que yo mirara mientras investigaba sobre examinar los órganos. Después de cinco minutos, ella dijo en un tono alegre: "Bueno, en primer lugar no encuentro nada. Necesitamos ser más minuciosos y observar sus ovarios, así como también por encima de su útero, pero es un buen comienzo".

Explicó que para obtener una imagen más precisa, necesitaría usar la nueva máquina que habían adquirido, y trató de hacerme reír a través de las partes incómodas, constantemente alejando mi atención de mi cuerpo y hacia la pantalla.

"Mira, este es tu ovario izquierdo ... todo se ve limpio allí. ¿Por qué no tomamos una instantánea para poder examinarlo más claramente cuando haya terminado? Y así continuamos durante los siguientes veinte minutos, verificándolo desde todos los ángulos, o al menos así parecía

Cuando terminó, exclamó: "Bueno, no solo estás limpia, ¡eres ejemplo perfecto de tener todo limpio! Sus órganos no podrían estar en mejores condiciones. Sacó algunas de las fotos y sacó un libro de texto médico para mostrarme la comparación.

"Mira, este es un útero perfecto. Ahora mira tus fotos. Sus órganos son exactamente como deberían ser: perfectos en tamaño, posición, proporción, perfectos en todos los sentidos, extraordinarios para alguien de tu edad. Voy a escribirle una declaración de salud limpia. Estaremos encantados de enviarle su diagnóstico e imágenes a su médico, solo dígame a mi enfermera los detalles y ella llamará primero y los enviará a donde quiera".

Cuando volví a la sala de recepción me sorprendió lo caro que era para ese diagnóstico de media hora. Y, sin embargo, nunca había tenido una sonrisa tan grande en mi cara cuando escribía un cheque por esa cantidad. No pude escribirlo lo suficientemente rápido. ¡Quería salir bailando de esa oficina!

Cuando caminé por el pasillo hasta el elevador, verifiqué si alguien estaba mirando y cuando la costa estaba despejada, salté tres pasos y me detuve frente a la puerta del elevador.

Cuando salí a la luz del sol, una vez más me sorprendió lo hermosa que parecía LA. Nuevamente fui consciente de lo preciosa que parecía la vida y lo agradecida que estaba de estar viva. Y sentí una sensación de asombro y maravilla ante el increíble milagro almacenado dentro del cuerpo humano: cómo la sabiduría infinita que sabe cómo hacer latir nuestros corazones y que nuestro cabello crezca, esa increíble perfección del conocimiento interno que secreta exactamente la cantidad correcta de hormonas en el momento adecuado, había trabajado su magia. Este asombroso poder interno que está

despierto, trabajando mientras dormimos por la noche, qué milagro tan increíble es. Qué misterio tan impresionante.

Sucedió tal como mi conocimiento interno me había dicho que ocurriría: la misma parte de mí responsable de crear el tumor lo había deshecho, y me dio el increíble regalo de que me permitiera participar en ese proceso, aprendiendo de qué se trataba lo que el tumor tenía que enseñarme.

Me sentí la persona más afortunada del mundo.

## Capítulo 11

De camino a casa me sentía como un caballo tascando el freno. No veía la hora de llegar a casa para llamar a Don, que acababa de terminar el programa de maestría en Hawai. En cuanto entré corrí hasta el teléfono, sin siquiera considerar la hora que podría ser en Hawaii y decidí arriesgarme y llamar a la recepción para ver si alguien podía sacarlo de la sala de seminarios. Efectivamente, lo encontraron en el vestíbulo, no lejos de los teléfonos.

"Hola, Brandon, ¿estás bien?" Sabía que no me gustaba llamarle mientras estaba en un curso.

"Sí, acabo de volver del hospital. ¡Me han diagnosticado que claramente estoy perfectamente limpia! ¡El tumor ha desaparecido por completo!"

Pausa... mientras digería lo que acababa de decir.

Me lancé a contar toda la historia pero él me interrumpió. "¡Es increíble! ¡Eres magnífica!"

Esa misma noche ya se había corrido la voz entre todos los monitores, no sólo de que había tenido un tumor, sino de que se había curado en sólo seis semanas. Cuando Tony escuchó la noticia dijo como si nada, "Sabía que podría con ello". Nunca pensé que podría significar un problema para ella, de verdad. No esperaba menos".

Me alegré de haber optado por contárselo únicamente a las personas que estaban seguras de que me podía sanar. Me habían apoyado constantemente, en especial en los momentos en los que yo misma dudaba.

No fue hasta el siguiente programa de maestría seis meses después que tuve la ocasión de reencontrarme con el resto de mis compañeros, y recibí muchas felicitaciones y palmaditas en la espalda. Una vez más, nuestros corazones y mentes se centraron con entusiasmo en el seminario y en ayudar a los participantes.

La maestría era un programa potente donde ponentes de todo el mundo, personas que destacan en sus profesiones - verdaderos maestros en sus campos - se reunían para compartir sus conocimientos y experiencia con los participantes. Incluía ponentes como el General Norman Schwarzkopf, el Dr. Deepak Chopra, el Dr. John Gray y Sir John Templeton, por nombrar algunos.

Faltaba una media hora para que Deepak Chopra estuviese listo para salir al escenario. Tenía muchas ganas de escucharlo. Siempre me inspiraba su participación en el programa porque hablaba con mucha elocuencia sobre la sanación celular y cómo sucede, desde una perspectiva científica.

Es uno de los oradores que mejor expresan el tema de la sanación mente-cuerpo. Aunque era un endocrinólogo muy respetado, su enfoque era muy radical. En lugar de estudiar el fracaso y la sintomatología de lo que causa la muerte de las personas, él había elegido centrarse en el éxito

y realizar un estudio de seguimiento en vida del proceso de los supervivientes que se habían curado a sí mismos de una enfermedad grave.

Yo había estudiado con Deepak años antes de que él empezase a participar en la maestría, sin tener entonces idea de la influencia y la ayuda que tendría su trabajo en mi propio viaje de sanación. Nunca me imaginé que los innumerables casos de personas que se habían curado a sí mismas con éxito en contra de todas las probabilidades, acabarían siendo unos ejemplos tan importantes e inspiradores. Había leído acerca de personas con cáncer cerebral, cáncer de huesos - personas con enfermedades mucho más graves de lo que a mí me habían diagnosticado - sanándose a sí mismas en un tiempo récord.

Una mujer cuyo cuerpo entero estaba invadido por el cáncer, a la que se le había pronosticado que moriría en tres horas, se despertó por la mañana completamente libre de cáncer. Sabía que si otros podían hacerlo, yo también tenía una buena posibilidad. Fue gracias a sus ejemplos inspiradores, y a los de otras personas a las que había ayudado y con las que había trabajado a lo largo de los años, lo que hizo que no tuviese ninguna duda de que mi propio viaje de sanación era posible.

Así que cuando Deepak se empezó a preparar para hablar, me sentí especialmente agradecida tanto por ese hombre como por su trabajo. Estaba de pie en el pasillo pensando en mi buena suerte cuando Tony se acercó.

"Oye Brandon, ¿por qué no te subes al escenario antes que Deepak? Tienes diez minutos... cuéntale a todo el mundo lo que te ha pasado y lo que hiciste exactamente para sanarte. Eres un vivo ejemplo de lo que precisamente Deepak va a hablar, será un potente testimonio para la gente. Así todos podrán saber cómo "repararse" a sí mismos", dijo sonriendo de buen humor.

Al escuchar ese último comentario, me reí para mis adentros. Sonaba como si yo pudiera ponerme frente a una sala y decir: "Haz A, luego B, luego C, y estarás 'arreglado'".

Suavemente, sin querer amortiguar su entusiasmo, pero queriendo mostrarme firme, dije, "Sabes, Tone, no me apetece mucho. Eso sería un gran perjuicio para la gente. No puedes decir 'Haz A, B y C y te curarás'. No es así. De hecho, ni siquiera me curé a mí misma - fue la infinita inteligencia interior la que llevó a cabo toda la sanación. Solo recibí la increíble bendición de que se me permitiera participar en la experiencia. Así que no me parece bien que suba al escenario y lo cuente".

Me inventé una excusa para escabullirme antes de que Tony tuviera la oportunidad de insistir. Más de una vez me había persuadido con su poderoso entusiasmo para que hiciera algo que realmente no me apetecía, y este era un asunto que en cierta manera me resultaba muy sagrado. El increíble viaje de sanación por el que había pasado me hacía sentir humilde y privilegiada, profundamente agradecida por haber sido guiada con tanta perfección. No quería pretender que de repente era una experta y que tenía todas las respuestas. Aún más importante, no quería que la gente se fuera pensando que era una cuestión de "la mente sobre cuerpo", porque claramente no lo era. Había sido un viaje de descubrimiento: rendirse, soltar y sanar. Y mi mente prácticamente no tenía casi nada que ver con eso. De hecho, si mi mente lo hubiera sabido, lo habría hecho mucho antes. Pero no fue así, y en mi proceso descubrí que necesitaba buscar en un lugar mucho más profundo que el de la mente para recibir la enseñanza.

¿Cómo podría explicarles esto a un grupo grande de personas? ¿Cómo puedes convencerles a todos de que hay un poder dentro de todos nosotros - una sabiduría interior responsable de hacer que respiremos incluso cuando estamos dormidos - y luego sugerir que es posible ponerse en contacto con esta sabiduría y confiar en que puede guiarnos para descubrir los recuerdos emocionales almacenadas en nuestras células?

Entonces, ¿cómo explicas qué hacer una vez que has puesto al descubierto los recuerdos? ¿Y cómo procesar completamente lo que queda sin resolver y finalmente liberarlo?

¿Cómo podría explicar que he sido guiada espontáneamente a seguir este proceso, y que al liberar finalmente la historia emocional y perdonar completamente a todas las personas involucradas, algo inexplicable había comenzado a suceder en mi interior? ¿Que mi cuerpo había empezado a regenerar células sanas de manera espontánea, automática, sin que yo tuviera que hacer absolutamente nada?

¿Cómo podría explicar que un tumor del tamaño de un balón de baloncesto puede irse fácilmente y de forma tan limpia en tan solo seis semanas, una vez que se ha abordado el patrón emocional almacenado en las células?

Me alejé pensando que era una proposición imposible, y me aseguré de secuestrarme a mi misma fuera de vista para que Tony no me encontrara por accidente justo antes de que Deepak saliera al escenario.

Pero me había hecho pensar. Una parte de mí decía: "Brandon, este tumor ha sido un regalo, no solo para ti, sino para muchos otros que podrían beneficiarse de lo que has descubierto".

Y otra parte de mí rebatía, "sí, pero es uno mismo el que debe experimentar su propio viaje de sanación. Nadie más lo puede hacer por ti. Tiene que ser un viaje de descubrimiento personal, único para cada uno de nosotros. ¿Quién soy yo para plantarme en un escenario y decirle a la gente lo qué tiene que hacer? Eso es pura arrogancia.

Y mi mente se debatía mientras permanecía escondida en el pasillo esperando a que Chopra subiera al escenario. En cuanto subió me metí en la sala de conferencias y me quedé en el fondo para poder escuchar su charla sobre la sanación celular. Yo ya la había escuchado anteriormente en muchas ocasiones y cada vez me volvía a inspirar. Pero esta vez la escuché con nuevos oídos, y no como una teoría maravillosa o un ejemplo de lo que era posible, sino como un hecho, como un testimonio de mi propia experiencia. Allí estaba él, en el escenario, confirmando desde una perspectiva científica el modo exacto en que mi tumor había desaparecido, diciendo que era posible interrumpir los recuerdos almacenados en las células degenerativas y una vez que se interrumpiese ese patrón las células sanas nuevas podían reemplazarlas.

Habiendo llevado a cabo un estudio de la vida de los que habían tenido éxito y sobrevivido, dijo que había descubierto que tenían dos cosas en común. Una, pudieron entrar en el 'Vacío', entrar en contacto con el silencio del ser, la inteligencia infinita, la sabiduría más allá de la mente. Y dos, fueron capaces de liberar los recuerdos almacenados a nivel celular.

Contó la historia de una mujer a la que se le había realizado un doble trasplante de corazón y pulmón y de como había heredado las memorias celulares del hombre que había donado sus órganos. Al despertarse de la operación del trasplante notó que tenía un antojo muy fuerte de bocaditos de pollo crujiente y patatas fritas, ¡a pesar de que ni siquiera le gustaban! Tras una indagación se descubrió que el donante iba de camino al McDonald's para comer pollo crujiente y patatas fritas cuando murió al instante en un accidente de tráfico.

Posteriormente le siguieron "volviendo" muchos otros recuerdos, recuerdos de la familia de este hombre y de sus antiguas novias. Recuerdos que se habían quedado almacenadas en sus células del corazón y del pulmón. Cuando ella fue a visitar a la familia de él y les contó los recuerdos que estaban surgiendo, ellos le confirmaron que todos los detalles coincidían. Ella estaba experimentando literalmente los antiguos recuerdos del donante a medida que estos abandonaban las nuevas células cardíacas.

Chopra explicó con elegancia que estos "recuerdos fantasma" se transmiten de una generación de células a la siguiente. Continuó explicando que las células de los diferentes órganos del cuerpo se regeneran a diferentes velocidades. Las células del hígado tardan seis semanas en regenerarse,

mientras que las células de la piel tardan solo tres o cuatro semanas. Cuando dijo que todos nosotros tenemos una piel nueva cada tres o cuatro semanas, me acordé de mi último viaje a Hawái y de cómo en solo tres semanas mi moreno dorado se había desvanecido casi por completo. ¡Tenía razón, toda una piel nueva!

Él continuó diciendo que se obtiene un nuevo revestimiento del estómago en solo cuatro días, y más increíble todavía, todas las células de los ojos se reproducen completamente cada dos días. En concreto esta dato científico siempre me ha parecido casi incomprensible. "¿Cómo es posible que podamos tener nuevos globos oculares en solo dos días?"

En ese momento me acordé de la reciente operación de ojos de mi madre. El lunes había ido al hospital y bajo anestesia le habían hecho una incisión en la parte delantera del ojo, la levantaron y le insertaron una lente nueva. Una vez que la lente estaba dentro volvieron a colocar la capa frontal. El miércoles volvió al médico y le quitaron el parche. Su ojo se había curado perfectamente y ya podía ver, dos días después. Ojos completamente nuevos, en tan solo dos días.

Yo sabía que lo que Chopra estaba diciendo no era meramente una teoría científica, era un hecho demostrable. Aun así no deja de maravillarme lo increíble que es la inteligencia infinita dentro del cuerpo y la velocidad con la que el cuerpo puede regenerar sus células.

Luego continuó y preguntó: "Si tienes un hígado completamente nuevo cada seis semanas, ¿por qué si tienes cáncer de hígado en enero, sigue estando ahí en junio? Tu hígado ya debería haberse regenerado varias veces en ese periodo de tiempo. Todas las células ya deberían ser completamente nuevas." El público se quedó atónito ante la pregunta.

Chopra continuó explicando que los recuerdos almacenados dentro de nuestras células son viejos recuerdos. Los llamaba "recuerdos fantasma". Estos viejos recuerdos pueden causar con el paso del tiempo patrones de enfermedades degenerativas dentro de nuestras células. Antes de que una célula enferma se muere su memoria pasa a la siguiente célula nueva, con lo cual el patrón de la enfermedad continúa.

Comparó el cuerpo humano con un ordenador diciendo que era posible interrumpir esa programación y permitir así la posibilidad de una sanación radical. Nos dio a entender que para poder interrumpir la programación (descubrir los recuerdos a nivel celular y liberarlos) necesitarías ponerte en contacto con esa misma parte de ti que en un principio había creado la programación: la inteligencia infinita, la sabiduría del cuerpo. Y señaló que las personas que saben cómo ponerse en contacto con esta sabiduría del cuerpo, entrar en el "vacío", en la "sopa cuántica" o "campo infinito", estos son los que sobreviven a la enfermedad con éxito.

Y en base a su observación dijo que cada uno lo había hecho a su manera; algunos de manera espontánea, otros por propia elección. Y dijo que esta posibilidad posible estaba al alcance de todos, que la manera en la que el cuerpo se sana es parte de la mecánica cuántica. Confirmó la teoría de lo que no solamente había sido mi propia experiencia personal, sino también de lo que yo había sido testigo a lo largo de los años trabajando con gente.

Cuando terminó su conferencia pensé en acercarme a él y decirle: "Sabes, soy exactamente como todos esos cientos de casos que has documentado. He pasado por un proceso similar". Pero luego me vino la timidez y pensé: "Seguro que ya lo ha escuchado todo, sería otra vez la misma historia".

Pero me preguntaba por qué no se le había ocurrido un método paso a paso para guiar a la gente. El era un doctor en medicina y supongo que su trabajo en aquel momento era observar, correlacionar, sacar conclusiones y mostrarnos la contundente evidencia de que la curación a nivel celular no es simplemente una teoría. Estaba comprobado y documentado.

Cuando regresé de la conferencia, no me quitaba de la cabeza el desafío de Tony. Había algo en ello que no me dejaba en paz. Me sentía tan egoísta. ¿Por qué no estaba dispuesta a dirigirme a la gente y compartir mi experiencia con ellos?

Me di cuenta de que muchas personas se podrían beneficiar si al menos se les indicase un camino por el que dirigirse y que pudiese funcionarles.

No sólo eso, sino que además de ser una instructora experta y jefa de seminarios, había estado haciendo sesiones individuales privadas durante más de diez años, ayudando a personas a soltar todo tipo de problemas emocionales. Me había formado en programación neuro-lingüística, condicionamiento neuro-asociativo, nutrición, kinesiología, iridología, hipnosis médica y muchas otras formas de terapia alternativa. Y tras muchos años de haber trabajado muy de cerca con gente y con todo el cuidado y atención, había desarrollado una sabiduría intuitiva que me sirvió para ayudarles a liberarse. Entonces, ¿qué es lo que me frenaba? ¿Por qué, si el ayudar a otros significaba tanto en mi vida, me lo estaba guardando todo para mí?

Cuando miré hacia adentro para ver lo que realmente me molestaba, me pregunté: "¿Cómo podría enseñar a los demás a ponerse en contacto con lo que Chopra llama el vacío o la sopa cuántica? No basta con hablar de la inteligencia infinita. Lo tienes que experimentar tu mismo".

Para mí había sido una experiencia directa. Me parecía que no era algo que se pudiera enseñarse a alguien, es algo que tu alma te enseña. ¿Cómo podría explicar ese misterio a otra persona y, lo que es más importante, cómo podría ayudar a otros a entrar en contacto con la parte más profunda de sí mismos y que la experimentasen directamente?

Me empecé a preguntar cuándo había experimentado por primera vez de forma espontánea esta conciencia atemporal y si todo el mundo podría haberla atisbado al menos alguna que otra vez.

Enseguida me vino un recuerdo de cuando era pequeña. Debía tener seis o siete años y me acordaba de estar tirada en el césped enfrente de mi casa. Mi mente se sumergió completamente en mi propio mundo de hierba, tierra e insectos. Examiné cada brizna de hierba notando los pequeños segmentos estriados e incluso pude ver las propias células de cada hoja. La tierra emanaba un cálido y húmedo olor. La hierba desprendía aroma y me quede totalmente absorta en mi pequeño reino. Mi mente tan plenamente enfocada se detuvo por completo y en ese momento de absoluta quietud parecía que el tiempo se hubiese detenido. Me encontraba inmersa en un baño de paz.

La hierba parecía brillar con una intensa belleza. Todo centelleaba y rebosaba de vida. Parecía como si solo hubiese pasado un instante cuando oí la voz de mi madre llamándome a cenar. Al levantarme, me di cuenta de que al menos había pasado una hora y que de alguna manera había caído en un vacío. Mi alma se había mostrado sigilosamente a mi inocente ser infantil.

Después mi mente deambuló por otros momentos de mi vida en los que este inmenso silencio del ser se me había revelado. Me di cuenta de que a menudo el alma lanza destellos en los momentos más inesperados. Algo inusual, recordé una vez que había ido a ver un partido de béisbol. Fue en la ciudad de Nueva York, en el estadio de los Yankees, se había formado una larga caravana de coches que se dirigían hacia allí soltando humos sucios. Era un día caluroso de verano en el Bronx y la gente estaba que trinaba. Pensé: "¿Qué hago yo aquí?, esto es una locura ¿Todo este follón solo para ver a un hombre con un bate golpear una pelota?" No, pensé. No es por esto que voy a un estadio. Hay algo especial que sucede en un partido de béisbol, algo que no puedo explicar.

Me acuerdo entrando a las gradas, niños corriendo por todas partes, palomitas de caramelo por todos los asientos, coca cola derramada y cerveza vieja y pegajosa en el suelo, restos de chicle en la parte de atrás de los asientos. Un niño de las gradas superiores le echó cerveza por la

barandilla al chico que estaba a mi lado. Al niño le resultaba muy divertido. El chico se puso furioso.

Y entonces empezó el partido y un silencio recorrió la audiencia cuando nos pusimos de pie para cantar el himno nacional. El tipo al final de nuestra fila en seguida sacudió el ambiente. Estaba borracho y empezó a gritar palabrotas al equipo contrario dejando caer sus palomitas de maíz. Dos sillas más abajo otro tipo se enfadó y empezó a gritarle que se callara. Y así se lió una pelea. Todo esto y el partido aún no había comenzado.

Una vez más me pregunté, ¿qué estoy haciendo aquí aguantando todo esto en una calurosa noche de verano? Y una vez más alguna sabiduría interior me recordó que ocurre algo especial en un estadio, que surgiría algo mágico y que tenía que aguantar hasta el final.

Y llegó ese momento, el que lanzaba se giró y tiró la pelota. Parecía suceder a cámara lenta. Todo el público se quedó mudo mientras la pelota se acercaba al bateador, todo listo, en alerta para golpear. Entonces, fue como si todo el estadio tomase aire a la vez. Un respiro. Silencio absoluto. Todas las mentes y los corazones estaban absolutamente clavados en la pelota. El tiempo se detuvo.

Y luego, ¡PAM!, ¡el bate disparó la pelota al campo de juego, los pelos de punta, olas de éxtasis y alegría fluyendo por todas partes, risas, gritos de júbilo! ¡Magia!

Un simple y común momento en un juego de deportes cotidiano. Pero, ¿qué es lo que lo hacía tan mágico? ¿que una pelota golpee un bate? No lo creo. ¿Qué fue lo que hacía tan especial ese momento?

Volví a recorrer toda la escena en mi cabeza, pero esta vez más lentamente. Llega la pelota. Todo el mundo y todo se detiene. La mente se paraliza por completo. Y en esa brecha de silencio absoluto el alma irradia, es una inmensidad manifestándose a sí misma, es la presencia de la inmensidad. Una grandeza que no puede ser explicada; y luego, ¡pam!, la bola golpea, el vello se eriza. Algo grandioso se ha manifestado en ese breve instante. Un corazón, un respiración, los pelos de punta. Caímos en el “vacío” por un instante y esa inmensa verdad, en un destello, se nos reveló.

No es de extrañar que nos guste ir a eventos deportivos. Todos nosotros probablemente hemos estado en un partido de baloncesto o de fútbol y hemos vivido ese momento cuando parece como si por un instante todo se detiene y la multitud queda en suspenso. Por un instante una energía inexplicable surge desde nuestro interior y se nos pone la carne de gallina. ¿Verdad que en secreto anhelamos ese momento mágico? Sabemos que puede que se dé solamente un breve instante, pero vale la pena aguantar todo lo demás.

Entonces me vino otra experiencia de La Fuente. Era mi primera noche de luna de miel con Bob. Habíamos comprado entradas para ver a Rudolph Nureyev en el ballet Romeo y Julieta en el teatro de la ópera metropolitana. En aquel entonces Nureyev ya era una leyenda. Estaba en pleno apogeo.

Una vez más hubo un momento en el que parecía que el tiempo se detenía. Era como si Nureyev hubiese llegado hasta lo más profundo de su alma, hasta la genialidad. Saltó en el aire y sus piernas se abrieron en spagat y por un momento fue como si se hubiese elevado aún más alto, como si estuviese prácticamente flotando en el aire. Una vez más todo el público respiró hondo, un solo corazón, los pelos de punta.

Olas de alegría se extendieron por todo el teatro. Fue como si en el mismo momento en que Nureyev accedió a su genio interior, inmediatamente esa misma cosa dentro de nosotros se reconoció a sí misma. Nuestra propia grandeza resplandeció. Nos vimos a nosotros mismos en el espejo. No hay forma de explicarlo, pero era innegable, palpable. Lo recibimos todos al mismo tiempo. El reconocimiento de nuestro ser.

Cuando al final Nureyev salió a saludar todos saltamos del asiento, las lágrimas corrían, las manos aplaudían, aplaudían, aplaudían. No podíamos estar lo suficientemente agradecidos. Lo hicimos volver una y otra vez durante 43 minutos bajo una enorme lluvia de aplausos y ovaciones. ¡Lo sé porque perdimos nuestra reserva para cenar! Mis manos estaban moradas y aun así no podía dejar de aplaudir. Me sentía tan agradecida con este hombre por haber tocado su propia alma, pero sobre todo me sentía agradecida por haber hecho que el genio que hay dentro de mí se recordase a sí mismo.

¿Alguna vez has vivido una experiencia similar al final de una gran obra de teatro o de un excepcional concierto? ¿Algún momento donde te dejaste llevar por la belleza de la música y la sensación de un ser separado desapareció?

¿O tal vez hayas tenido esa experiencia en la naturaleza? ¿Alguna vez has estado en la cima de una montaña asombrado por la inmensidad? ¿O te has dado cuenta de que te has quedado en silencio ante la belleza de una puesta de sol junto al mar? O quizás has tenido la experiencia mientras esquibas, ajeno a tu mente, sintiéndote como un río que fluye por las pendientes, completamente en unión con la montaña y dejándote llevar por una corriente que sabía intrínsecamente cómo y dónde girar.

Todos nosotros debemos haber tenido este tipo de experiencia en algún momento de nuestra vida. Tal vez has tenido esa experiencia de sentirte llevar por el ritmo de la música mientras bailabas y te has dado cuenta de que tu mente ya no estaba dirigiendo tus pies. Que parecían tener vida propia.

Me di cuenta de que tantas veces había caído en La Fuente de manera espontánea. Sin embargo, el reto seguía estando ahí: ¿Cómo ayudar a otros a tener una experiencia directa y duradera de esto?

El alma había escogido tales momentos para revelar su ilimitada expansión. ¿Pero cómo conectar con ese estado por voluntad propia? Y luego, ¿cómo ayudar a otra persona a permanecer en esa experiencia el tiempo suficiente para poder atravesar un proceso de sanación? ¿Cómo ayudar a alguien a experimentar directamente esta infinitud, esta paz, este amor eterno? ¿Cómo ayudar a las personas a descubrir por sí mismas que esto que han sido siempre y siempre serán es lo que realmente son? Que esto es lo que son en su esencia, en el corazón mismo de su ser, y que en cuanto la mente se aparta de su propio camino, el verdadero yo se revela.

¿Cómo ayudar a alguien a darse cuenta de que no hay necesidad de recurrir a nadie ni a nada fuera de uno mismo? Que este poder, esta conciencia, esta presencia de amor, esta unidad que es plena, silenciosa y profundamente consciente, llamadlo como queráis, es vuestra propia y verdadera naturaleza. ¿Cómo podría ayudar a los demás a descubrir algo que solamente ellos pueden descubrir y experimentar personalmente?

Sabía que no había palabras suficientes para poder captarlo, que lo máximo que las palabras podían hacer era mencionarlo. Pero que la experiencia vendría de experimentarlo uno mismo desde la grandeza ilimitada que se revelaba.

Pensé: "todo el mundo debe haber vislumbrado esta verdad en algún momento u otro de su vida, estoy segura". Sus mentes tienen que haberse detenido en algún momento. ¿Cómo hubieras visto sino a Torvill y Dean patinando Bolero de camino al oro olímpico y no haber tenido un momento de fascinante quietud, de asombro absoluto, cuando el genio interior se releva?

Tal vez hayas oído a Winston Churchill declarar con pasión "Lucharemos contra ellos en las playas" o a John F. Kennedy proclamar "No preguntes que puede hacer tu país por ti. Pregúntate qué puedes hacer tú por tu país". O Martin Luther King exclamar, "Tengo un sueño". O la transmisión de Neil Armstrong desde la luna: "Puede ser un pequeño paso para el hombre, pero



es un gran salto para la humanidad". Momentos en que la misma verdad habló y la verdad en tu interior se reconoció a sí misma.

Muy a menudo cuando alguien se conecta con ese genio interior, con la verdad, algo dentro de nosotros se agita. El vello se eriza y se siente un "sí" interno. La verdad reconociéndose a sí misma. Pero, ¿cómo lograr que la verdad se reconozca así misma cuando nosotros queramos?

Así que dejé de dar terapias por un tiempo. Hasta que no pudiese encontrar una manera de dar a las personas una experiencia ininterrumpida de su verdadero ser, no estaría ayudando a la gente en su nivel más profundo. Y sabía que era cuando los problemas emocionales se abordan en el nivel más profundo, en el nivel del alma, de la conciencia misma, cuando realmente se llega al núcleo del problema. Es cuando la verdadera liberación, tanto emocional como físicamente, puede tener lugar. Y entonces comienza la verdadera sanación.

El mío había sido un viaje espiritual, un viaje de ir soltando hacia la libertad. El resultado había sido la sanación a un nivel muy físico, celular. La evidencia era evidente y sin embargo no podía abordar o poner a prueba o incluso explicar el poder inexplicable y el misterio del alma.

Mi plegaria continuó expresándose. Quería ser guiada a encontrar una manera de ayudar a otros a experimentarlo por sí mismos. Quería ayudarles a sanar a todos los niveles, no sólo en el físico, sino también en el emocional y espiritual.

Como no tenía las respuestas, pensé que era mejor continuar mi propio viaje espiritual personal y poner en segundo plano mi búsqueda para ayudar a otros a tener una experiencia prolongada de La Fuente. Decidí confiar en que si estaba destinada a ayudar a otros, de alguna manera se revelaría la forma de hacerlo.

Varios meses después, cuando menos lo esperaba, la respuesta se me reveló en profundidad. Recibí una experiencia directa de La Fuente tan intensa que la plena toma de conciencia de la misma no me ha abandonado desde ese día. La Fuente ha estado presente desde entonces como el trasfondo de mi vida.

## Capítulo 12

Estaba asistiendo a un curso con una maestra espiritual cuando, durante una sesión de preguntas y respuestas, uno de los estudiantes preguntó: "¿Qué hago si me surge una emoción intensa? ¿Cómo puedo encontrar la paz en ese caso?"

Ella respondió: "No te muevas. Permanece completamente presente en la emoción. Dale la bienvenida. Si surge una emoción negativa, no trates de huir de ella. No vayas corriendo a la nevera a comer algo de comida para taparla. No enciendas la televisión para distraerte. No llates a tus amigos para dispersar su energía chismorreando sobre ella. Simplemente detente y siéntela. Permítete estar presente en ella. Te darás cuenta de que si no intentas distraerte o apartarla, o, peor aún, arrojarla sobre otra persona - si te quedas quieto, si estás realmente presente en ella- en el mismísimo centro del sentimiento encontrarás la paz. Así que, cuando sientas una emoción potente, déjala estar. No te muevas. Dale la bienvenida".

Pensé: "Qué idea tan radical". En el movimiento de autoayuda, todo nos enseña a cambiar nuestros pensamientos, hacerlos más positivos, o sino cambiar tu fisiología para sentirte mejor mejor - haz todo lo que puedas para evitar el dolor. Incluso ir a un médico que te prescriba medicamentos para adormecer la intensidad emocional. Comportate "como si", haz todo lo que puedas para asegurarte de que no vas a sentir lo que surge.

Pero esta maestra nos decía algo totalmente diferente: "No te muevas. Estate presente". Siente". ¡Qué concepto más novedoso!

Algo dentro de mí se agitó. Me pregunté: "¿Y si tiene razón? ¿Y si en lugar de reformular mis emociones, ponerlas en un contexto más positivo o explicarlas, simplemente las acogiera tal cual surgen y me permitiera sentir las plenamente? Me pregunto si podría encontrar esa paz de la que habla en el centro de la emoción.

Decidí intentarlo. ¿Qué es lo que podía perder? Ese siempre había sido mi estilo, nunca podía aceptar nada así tal cual. Siempre tenía que experimentar yo misma lo que alguien me decía antes de poder incorporarlo.

Sabía que tenía un problema emocional desde hacía mucho tiempo que necesitaba resolver. Me sentía impulsada por una necesidad de ayudar y servir a los demás, incluso a costa de mi salud. Simplemente no sabía cómo decir que no. Esta podía ser la oportunidad perfecta para investigar lo que me quería decir.

Don iba a estar fuera durante cinco días impartiendo unos seminarios. ¿Por qué no utilizar este tiempo para comprobar su teoría? Antes de que se fuese, le hice saber que iba a hacer un experimento. Iba a tomarme los cinco días para estar en silencio, y en lugar de utilizar todas las viejas técnicas, iba a hacer lo que la maestra espiritual había sugerido - ir directamente al corazón del sentimiento emocional y descubrir lo que se encuentra en su núcleo.

Le expliqué que ella había sugerido no distraerse de la emoción, chismorreando sobre ella o yendo al cine para alejarse de ella, o comiendo o viendo la televisión para evitarla - que sencillamente debes permitirte sentirla realmente. No sabía lo que iba a pasar, pero algo me empujaba a probarlo.

Le pedí que no me llamara porque no quería que me sirviese de excusa para distraerme. Realmente quería poner todo de mi parte. Él y yo ya habíamos estado en varios retiros espirituales en silencio, así que no le pareció nada nuevo y se alegró de poder ayudarme.

Cuando se fue, Don dijo: "Te voy a echar de menos... Me encantan nuestras conversaciones telefónicas por la noche, voy a echar de menos hablar contigo. Brandon, siempre les digo a mis estudiantes en los seminarios, "¡Me voy un fin de semana y nunca sé a quién me voy a encontrar a la vuelta! No dejas de crecer".

Respondí con ligereza: "Nadie puede decir que por aquí una se aburre o enracia".

"No - imposible!"

Me deseó suerte y pude sentir que en su interior admiraba mi perseverancia. Cuando se iba hacia la puerta, le di un beso de despedida y de alguna manera no tuve la sensación habitual de una despedida amable y romántica. Lo sentí como una despedida triste, casi anhelante, como si se fuese a un largo viaje por el océano, y yo me hubiera quedado abandonada en una isla, incapaz de alcanzarlo.

"Qué tontería", me dije a mí misma, tratando de sacudir esa sensación. Mientras cerraba la puerta comencé a notar una sensación de malestar desde la boca del estómago, como si algo grande estuviera a punto de suceder. Un escalofrío me recorrió a la vez que una fuerte sensación de presentimiento me invadía.

Una vez más, traté de quitármela de encima mientras corría hacia el balcón para despedirme como siempre. Cuando el coche arrancó, volví al salón, reprendiéndome a mí misma, diciendo: "Esto es ridículo". Solo va a estar fuera cinco días, contrólate".

Mentalmente, me erguí y me fui a la cocina para prepararme algo de comer.

Mientras preparaba la comida, me di cuenta de que una parte de mí estaba tratando de mantenerse ocupada, para distraerse de la creciente sensación de presentimiento. Mientras cortaba la ensalada y las verduras picadas, podía sentir un sutil pero muy presente temor

acechándome por dentro. La comida tenía un aspecto poco gustoso, y me senté a comer inquieta e intranquila.

Durante el almuerzo, se me ocurrió que probablemente debería prepararme para el gran experimento dejando la casa limpia, la ropa lavada, y las cuentas pagadas y enviadas. Una parte de mí sabía que era una táctica de evasión, para prolongar el período de tiempo antes de tener que enfrentar al problema emocional, y otra parte de mí sentía que probablemente era una buena idea dejar todo despejado y resuelto para no tener ninguna distracción.

Me entretuve dejando todo en orden, hice algunas llamadas telefónicas en el último momento para avisar a mi hija y a mis amigos de que me tomaba un tiempo libre, y lo último fue cambiar el mensaje en el contestador automático: "Hola, has llamado a Don y Brandon. Don está fuera de la ciudad durante cinco días, y yo voy a hacer un retiro en silencio, por lo que no podremos llamarte hasta el lunes. Hablamos entonces. Por favor, deja un mensaje después de la señal."

Sonaba tan decisivo, como si hubiera cortado todo tipo de comunicación con el mundo. Bajé completamente el volumen, y algo dentro de mí se detuvo. Pensé, "Aunque no puedo hablar con ellos, al menos puedo oír sus voces".

Con este último pensamiento me reí por dentro al ver que hacía que todo pareciera tan dramático. Recordé lo mucho que había disfrutado en el pasado tomándome un tiempo de silencio y traté de convencerme a mi misma de que esta vez no sería diferente, pero mi cuerpo no se creía estas palabras. Sentía como si mi mente intentara tomarme el pelo, pero yo no iba a consentirlo.

Sin más tareas para distraerme, me di cuenta de la terrible sensación de miedo que se acrecentaba en mi interior. Bajé las escaleras hasta el salón y decidí que había llegado el momento. Finalmente me enfrentaría a ese problema emocional. Me senté en nuestro gran sillón suave y de color melocotón. ¿Y ahora qué?

Mientras estaba allí sentada, me di cuenta de que algo dentro de mí parecía empujarme a estar al servicio de todas y cada una de las personas que pasaban por mi vida. Ayudaba a la gente sin importar la hora del día o de la noche, tanto que a menudo había ignorado por completo mis propias necesidades y eso me había ocasionado caer en un agotamiento total más de una vez, trabajando continuamente día y noche, a veces durante semanas enteras.

Cuando estaba aportando algo a los demás y ayudándolos de una manera u otra era cuando mejor me sentía. En los seminarios con Tony a menudo dormía solo unas pocas horas y, sin embargo, me hacía sentir bien, deleitándome con la sensación de estar dándolo todo. Pero también podía ver que había pasado de ser una ayuda saludable y entusiasta a una necesidad malsana de ser servicial. Era como si toda mi identidad estuviese ligada a la noción de ser servicial de una manera desinteresada.

Recordé un incidente que me hizo comprender hasta que punto esto estaba dirigiendo mi vida. Dos años antes, tras haber disfrutados de doce años de una salud estupenda, mi cuerpo me avisó "¡Despiértate o si no ya verás!". Sucedió justo después de un seminario de catorce días con Tony durante el cual había asumido tantas tareas que dormía unas dos o tres horas por noche. Alguna noche solo me duchaba y me cambiaba de ropa, y luego volvía al trabajo.

Al final, me sentía emocional y profundamente muy satisfecha, recompensada, sintiendo que mis esfuerzos estaban marcado una gran diferencia en la vida de muchas personas. Pero mi cuerpo lo vivía de otra manera. Decía, "Para ya'. Basta!". Acabé en la cama con una neumonía aguda.

Todos los profesionales de la salud a los que fui en ese momento me dijeron exactamente lo mismo: "Brandon, has reprimido el agotamiento encerrado en tus células. No tienes más remedio que esperar a que esto pase, descansar y curarte. ¿Cómo piensas estar disponible para ayudar a

los demás si no estás dispuesta a cuidar de ti misma? Si no paras, es tu cuerpo el que te va a parar".

Escuché lo que dijeron, y decidí de que no podía permitirme no hacer caso de sus consejos. Así que, poco a poco, durante los dos años siguientes, empecé a aprender a cuidarme y a equilibrar más mi vida. Sin embargo, fue difícil, porque cada vez que me tomaba tiempo para mi misma, me sentía culpable y en secreto avergonzada, como sintiendo que debía estar ahí ayudando y al servicio de otros.

El amor por ser servicial se había convertido en una necesidad, una adicción, una obsesión. Mi identidad había quedado atada a la imagen noble y desinteresada que tenía de mí misma.

Así que, mientras me sentaba en esa silla de melocotón, sabía que no estaba ahí sentada para afrontar y resolver un asunto emocional ya pasado. Estaba allí para afrontar uno de los mayores problemas de mi vida: examinar mi verdadera identidad, averiguar qué era lo que me impulsaba y, sobretodo, averiguar qué era lo que estaba en el núcleo de todo eso.

Me parecía algo inmenso. Y ahí sentada, inocente y abierta, no sabía por dónde empezar. Me sentí muy sola. No disponía de una maestra que me indicara el camino y me ayudara a superarlo. Mi marido no estaba allí para darme la mano. Estaba completamente sola.

En silencio, me prometí no distraerme del proyecto, no hacer ninguna llamada para contactar con gente, ni recibir ninguna. No iba a satisfacer esta adicción, para nada durante los próximos cinco días. Simplemente iba a hacer lo que la maestra nos había dicho: "Frente a una emoción fuerte, no te muevas, dale la bienvenida".

Así que me quedé en silencio en la silla. Después de unos cinco minutos empecé a sudar. Mi corazón empezó a latir ante la idea de que no iba a permitirme levantarme y contestar el teléfono a nadie que necesitase ayuda. Mi mente empezó a correr hacia todas aquellas personas de mi vida a las que "debía" tender la mano.

Para calmar mi mente, decidí que empezaría el gran experimento con una meditación. Pero incluso eso me resultaba difícil, pues me sacaba el miedo a la cara con más fuerza. Surgió la pregunta, "Si no estoy al servicio de nadie y no hay ninguna ayuda que ofrecer, nadie a quien ayudar, entonces ¿quién soy?"

Había una lucha interior, un miedo abrumador de que si no se hubiese ayuda que ofrecer y no hubiese nadie ayudando, entonces no habría nadie ahí. Decidí encarar directamente el miedo, no huir de él, sino permitirme sentirlo completamente, sentirme abrumada si fuera necesario, y atenerme al consejo de la maestra: "Dale la bienvenida, y no te muevas".

Me mantuve sentada agarrando los reposabrazos del sillón y me permití sentir toda la energía del miedo. Mis manos estaban sudando, mi cuerpo se sentía inundado por el miedo. A medida que le daba la bienvenida, empecé a hundirme en mi interior. Me hundi en una soledad, en una soledad tan profunda que parecía como si toda la habitación estuviera sola. Sentía como si las sillas emanaran soledad y las paredes estuvieran solas - una soledad tan profunda, que todas las moléculas de la habitación vibraban con ella. Parecía que no había lugar alguno en el que la soledad no existiera.

Aún así, mantuve mi promesa. No importaba la emoción, no me movería, estaría presente en ella, la sentiría completamente y me dejaría llevar hasta el centro mismo de la emoción.

Al cabo de un rato, empecé a descender de la soledad a otra capa de emoción. Caí en una desesperación tan profunda que no sabía que pudiera llegar a sentirme tan desesperada. Era la sensación de que si no se prestase ninguna ayuda y no hay nadie a quien ayudar, ¿de qué sirve vivir? ¿Para qué molestarse?

Era una sensación de abandonar, y la intención de hacer las maletas, de morir. Nunca había experimentado un dolor tan abrumador mezclado de forma tan completa con una absoluta

impotencia y falta de esperanza. La desesperación estaba por todas partes, y no había forma de evitarla.

Justo cuando parecía que la desesperación iba a poder conmigo, me vi descendiendo de nuevo a través de otra capa, solo que esta vez parecía estar al borde de lo que parecía ser un abismo, un agujero negro, la nada absoluta. Surgió el terror como un enfermizo sudor frío que se extendió por todo mi cuerpo. Sentía que moriría si entraba 'allí'.

Me quedé helada. Me quedé absolutamente atascada y me resistía. Parecía la negrura de la aniquilación. Me quedé allí, en mi imaginación, paralizada al borde de lo que estaba convencida que sería mi propia muerte, o al menos la muerte de Brandon como la conocía. El terror era abrumador, las lágrimas brotaban de mis ojos y mis manos se agarraban al sillón. Era agotador, pero aún así mantuve mi compromiso, no me moví. Estaba atascada, incapaz y negándome a rendirme, y firme en mi promesa. Estaba congelada en el terror, y no sabía qué hacer.

Aún así no me moví. El tiempo pasaba. Finalmente, surgió una pregunta: "¿Qué pasaría si nunca abandonara este lugar, y estuviera aquí atrapada para siempre? Y en ese momento, algo sucedió. Fue como si mi voluntad finalmente cediera y me rindiese. Me encontré descendiendo en caída libre... caída libre a través de la nada y expandiéndome en una paz que las meras palabras no pueden describir.

La habitación entera se llenó de paz. Irradiaba paz. Yo era la paz y también era todo lo que había en la habitación. La paz y un amor indescriptible estaba en todas partes. Yo era el amor que es la fuente de la vida misma. Yo era las moléculas que bailaban, y todos los espacios entre medias.

Todo en la habitación parecía brillar con una paz resplandeciente, pero simultáneamente tenía el profundo e innegable reconocimiento de que esta paz no era un estado pasajero, ni era algo fuera de mí. Era yo. Había caído en mi propia alma. Y mi alma lo era todo.

Me sentía ilimitada, sin límites, eterna, intemporal. Sentí que esto que yo soy va más allá de la magnitud del universo, con toda la vida sucediendo en mí.

Me di cuenta de que esta debía ser "la paz que sobrepasa todo entendimiento", la paz más allá del entendimiento, más allá de la comprensión de la mente. Me reconocí a mí misma como la conciencia pura, la libertad absoluta, el amor ilimitado. Me recordó las palabras del gran poeta sufí Kabir:

"El camino del amor no es un argumento sutil.  
La puerta a él es la devastación.  
Los pájaros hacen grandes círculos en el cielo de su libertad.  
¿Cómo la aprenden?  
Se caen, y al caer, reciben alas".

Este amor, esta libertad, han estado conmigo, *como yo misma*, desde ese momento. Sé que es lo que soy. No es un estado pasajero, sino lo que soy en el centro de mi ser. Esta es la única verdad. Este es mi el Hogar.

Sucedió exactamente como el maestro espiritual había dicho que sucedería. Justo en el núcleo de cualquier sentimiento está la paz en sí misma. Paz con una P mayúscula. La Paz suprema.

De forma espontánea había atravesado las capas emocionales limitantes que parecían impedirme conocer mi verdadero ser, mi alma. Estas capas habían actuado como velos que me habían ocultado mi verdadero ser. Lo único que había hecho era retirar un velo, una capa, de una en una. Era como pelar las capas de una cebolla, y lo que había encontrado en el corazón era un

diamante de una perfección inmaculada, de una belleza indescriptible. Había puesto al descubierto un brillo que no hay palabras para describirlo.

Me recordó la historia con la que empecé este libro, solo que ahora no era una metáfora, era mi propia experiencia. Había oído decir que cuando nacemos, entramos como un diamante prístino, puro e impecable, y a través del curso de la vida arrojamos mucha "basura" emocional sobre él, oscureciendo su brillo y resplandor natural. Luego, cuando nos convertimos en adultos, le damos una capa de barniz para que todo parezca brillante y esté presentable. Lo único que hemos hecho es poner una gruesa capa de barniz pulido sobre un montón de porquería. Cuando lo presentamos al mundo diciendo, "Esto es lo que yo soy", nos preguntamos por qué nadie lo compra.

Entonces un día, si tenemos mucha suerte, a través de algún acto de gracia, o a través de un seminario transformador, un libro, una crisis, una enfermedad, o algún que otro regalo de la vida, podríamos tener la gran fortuna de romper y resquebrajar esa frágil superficie. Luego, por un rato, nos puede parecer que lo único que estamos haciendo es cavar a través de la sustancia marrón. Pero al final, debajo de todo, desenterramos el diamante precioso que siempre ha estado ahí, brillante, prístino, puro y de exquisita belleza.

Finalmente nos damos cuenta de que siempre hemos sido este diamante inmaculado, sólo que nos hemos pasado toda nuestra vida pensando erróneamente que éramos la materia que lo oscurecía.

Algunos de nosotros, aunque habíamos llegado a vislumbrar nuestro propio resplandor interior, no habíamos tardado mucho en olvidarlo o ignorarlo, y una vez más identificarnos con nuestras superficies pulidas y artificiales.

Esta historia finalmente había revelado su verdadero significado para mí. Me había dejado caer a través de las capas de basura y había descubierto espontáneamente mi inmaculado y verdadero Yo - una realización que nadie podría quitarme. Ninguna emoción podía hacerlo desaparecer, ninguna experiencia de la vida podía mancharlo, ninguna crítica podía estropearlo, porque por naturaleza es puro, prístino, intacto a pesar del drama de la vida. Es lo que yo soy, lo que tú eres y lo que siempre seremos. Me di cuenta de que el mundo entero había cobrado vida, y estaba brillando y centelleando como yo.

Seguí en silencio durante los cinco días completos, pero ahora ya no sentía la necesidad de llamar a amigos ni a mis clientes para ofrecerles mi ayuda. Tampoco me sentía obligada a coger el teléfono a la primera petición de ayuda. Ya no necesitaba estar al servicio de otros para obtener amor y aprecio. ¿Por qué iba a buscar el amor de los demás cuando me había dado cuenta de que *yo soy amor*?

¡Qué ironía! Había pasado toda una vida ganándome el amor, la aprobación y la admiración de los demás dando, sirviendo, ayudando, cuidando y esforzándome por hacerlo lo mejor posible, incluso si eso significaba sacrificar mis propias necesidades y deseos o metas personales, e incluso a costa de mi salud. Y acababa de descubrir que este amor y autoestima que había estado buscando había estado aquí todo el tiempo. No había que hacer nada para conseguirlo, sólo darse cuenta, serlo.

Así que, disfrutando de mi propio amor, me sentía feliz haciendo tranquilamente mis tareas domésticas diarias. No porque me dieran algo o demostraran que era una buena persona, sino porque eran cosas naturales que hacer. Ser, sin esfuerzo.

Desde esa experiencia, me he encontrado descansando como este ser sin esfuerzo. Ya no me siento obligada o impulsada a hacer, hacer, hacer para ayudar a cada persona que conozco. La diferencia es que ya no me impulsa la necesidad de conseguir amor, de ser digno, de conseguir aprobación. El servicio tiene lugar como un aspecto natural de mi vida, simplemente porque es

la expresión natural del amor que siempre está ahí. Nace de un fluido flujo de amor, y siento como si toda mi vida ocurriese en este fluir.

Lo más sorprendente de todo es que me di cuenta de que recibir amor resultaba tan fácil como darlo. Esto fue una verdadera revelación para mí. En el pasado siempre había sido la cuidadora, la fuerte. Había creado toda una identidad en torno al hecho de apoyar y servir. Me habría sentido avergonzada, un fracaso absoluto, si hubiera tenido que pedir ayuda o consejos, o si hubiera necesitado apoyo emocional. Incluso recibir regalos materiales de mis seres queridos me era difícil. Me sentía mucho más cómoda en el rol de ayudar.

En presencia del verdadero amor, no importa si estoy dando o recibiendo - simplemente parece fluir, y es bonito no importa en qué dirección vaya. Más exactamente, ni siquiera se siente como dar y recibir - es sólo una acción que tiene lugar en una vasta presencia de amor.

Ahora por fin estoy dispuesta a admitir que necesito ayuda, que no tengo todas las respuestas. Finalmente estoy dispuesta a abrirme y ser auténtica con mis seres queridos - no aparentando ser fuerte sino siendo lo suficientemente fuerte para darme cuenta de que no puedo hacerlo todo yo sola - admitiendo que realmente necesito ayuda, y me siento muy agradecida por el apoyo y los consejos de los demás.

Han salido muchas lecciones de ese único experimento, y cada día siguen llegando más. Sin embargo, todavía había una tarea pendiente. Ahora que lo había experimentado por mí misma, ¿cómo traducir todo esto a un plan o esquema práctico, paso a paso, para que los demás pudieran emprender su propio viaje personal, quitando capas y descubrirse a sí mismos? Una vez que hubiesen descubierto el amor ilimitado, la inmensidad del silencio del alma, ¿cómo ayudarles a descubrir los recuerdos almacenados en las células?

Entonces, una vez descubiertas las memorias celulares, ¿cómo ayudarles a resolver y sanar los asuntos del pasado todavía no resueltos? Y entonces, ¿cómo ayudarles a dar por concluidas sus dolorosas historias del pasado? Y por último, una vez que acabasen con todo, ¿cómo enseñarles a confiar en que el cuerpo sabría cómo curarse por sí mismo, de forma natural, automáticamente, sin que ellos tuviesen que hacer nada para "hacer" que sucediese?

¿Cómo enseñar a la gente que este es un proceso de participación con el alma, y que una vez que los viejos patrones, problemas y recuerdos se sanan, el cuerpo sabe de forma intrínseca como hacer el resto? ¿Cómo ayudar a la gente a aprender a CONFIAR, y ayudarles a pasar de "hacer" a "ser"?

Me di cuenta de que esto no era una pequeña tarea. Sin embargo, también sabía que me habían dado una llave, una llave para caer en el Vacío, para entrar en contacto con la verdad más profunda. Había encontrado una manera de tener una experiencia directa y sostenida de la inteligencia infinita, la Fuente. Ahora la cuestión era, solo porque a mí me funcionaba, ¿significaba que necesariamente funcionaría para otros? Decidí averiguarlo.

## Capítulo 13

Empezé a rezar para que las personas que se sintieran 'enganchadas' por un problema emocional profundo de alguna manera fueran guiadas a trabajar conmigo. Expresé específicamente la intención de trabajar con personas que sentían que no tenían esperanza, personas que habían intentado todo para sanarse de un problema emocional y no han podido. Personas que, como yo, habían realizado todo tipo de seminarios, personas que habían realizado una gran cantidad de introspección o habían pasado años de terapia. Las personas que, a pesar de todo lo habían intentado, todavía estaban atormentadas por su antiguo problema, como si se estuviera ejecutando en piloto automático.

Estaba completamente enganchada por la necesidad de servir a los demás, y esto había estado controlando mi vida. Al atravesar las capas emocionales me había liberado. Quería atraer a aquellos que, como yo, realmente querían ser libres y estaban dispuestos a remangarse y ponerse manos a la obra.

Sabía que todos tenemos problemas por los que estamos enganchados. Solo hay tantas emociones negativas, y todas tienen que surgir en algún momento u otro. Pensé en los más comunes: ira, rabia, frustración, ansiedad, pérdida, depresión, traición, sentimiento inferior o indigno, baja autoestima, celos, tristeza, dolor, sensibilidad a las críticas, soledad, abandono, pena, desesperación, miedo a la pérdida de un ser querido, miedo al fracaso o al juicio, etc.

Sabía que estos eran los problemas emocionales que nos atrapan a todos. Si todos fuéramos capaces de pasar las capas emocionales, como yo había hecho, y si todos fuéramos capaces de descubrir nuestro verdadero ser, más allá del dolor, qué regalo tan maravilloso sería. ¿Qué pasaría si todos pudiéramos retirar las capas emocionales de la cebolla para revelar el amor y la paz que hay en nuestro núcleo?

Como nunca había hecho el proceso con nadie más que yo, quería comenzar trabajando con mis amigos y seres queridos más cercanos. Al día siguiente recibí una llamada telefónica de mi amiga Nancy.

Aludió a algunos problemas emocionales que ella y su esposo Ronald estaban teniendo. Entonces, sugerí: "¿Por qué no intentamos el proceso al que me sometí recientemente y vemos a dónde nos lleva? Es intenso, y no puedo garantizar que funcione porque no lo he intentado con nadie más, pero estoy dispuesta a hacerlo si tú lo estás también."

Nancy estuvo de acuerdo e hicimos una cita para la mañana siguiente. Y aunque mi propio proceso había sido largo, doloroso y parecía arduo, me di cuenta de que ahora entendía el principio de eliminación de capas, probablemente había algunas herramientas lingüísticas que podría usar para ayudarla a atravesar sus capas emocionales más rápido y fácil de lo que yo lo había hecho.

Al día siguiente nos encontramos en casa de Nancy. Cuando nos sentamos en la alfombra suave de su habitación, le pregunté si podíamos hacer una oración de orientación, ya que esta era la primera vez que intentaría el proceso con otra persona. Ella asintió, y respondió que se sintió conmovida de que me importara tanto querer ayudarla. Recientemente se había sentido emocionalmente incapacitada por una furia celosa que seguía surgiendo. No importaba lo que se dijera a sí misma para suavizar la sensación, la ira parecía surgir espontáneamente y sin trabas, de la nada. Sabía que era irracional y no había



base para ello en las acciones de su esposo, pero parecía que no podía evitar que explotara. Estaba recién casada y temía que si los celos no se detenían, ella podría perder a su esposo.

Ella dijo que estaba dispuesta a intentar cualquier cosa, y solo quería descubrir por qué estaba sucediendo esto y liberarse de ello.

Ella seguía asegurándose que esto simplemente no era como ella. No había conocido tales celos en el pasado, y no sabía de dónde provenía en este momento.

Le aseguré que estaba feliz de ayudarla de cualquier manera que supiera, sentí que también tenía que decirle que simplemente no podía darle ninguna garantía. Me habían liberado espontáneamente de mi propio problema de necesidad de servir, pero no sabía si ella se sometería al mismo proceso de eliminación de capas, ni si obtendría el mismo resultado, pero estaba dispuesta a darle un intento.

Ella conocía mi amplia experiencia como terapeuta y líder de seminarios, y dijo: "Brandon, has tenido un efecto tan profundo en la vida de tantas personas. Estoy realmente abierta a intentar cualquier cosa que sientas podría ayudar. Vamos a ello".

Su entusiasmo y apertura fueron alentadores y me inspiraron nuevamente para darlo todo. Entonces, nos sentamos en silencio y rezamos. Hice una oración especial para que realmente se liberara. Había hablado con su esposo y él me pidió que hiciera lo que pudiera para ayudar, ya que no podía enfrentar más sus arrebatos aparentemente irracionales. Él mismo había entrado en modo apagado y temía haber llegado al límite; se sentía cerca del "umbral" con todo.

Y así empezamos. Le pedí que solo se sentara, que estuviera presente y que se permitiera sentir completamente los celos, que realmente permitiera que surgiera. Ella se rió entre dientes, "No hay problema allí", cuando la emoción estalló y su rostro se volvió rosa brillante.

Le pregunté dónde sentía más celos en su cuerpo. Ella señaló su pecho. Pude ver que el sentimiento era muy intenso para ella, así que rápidamente le pregunté qué había detrás o debajo.

Ella se hundió espontáneamente a la siguiente capa emocional, la ira. Una vez más, le recordé que dejara que el sentimiento se experimentara plenamente, que fuera abierta y presente con él. Su cara se puso roja y su cuerpo comenzó a temblar. Ella dijo: "No es realmente enojo, es rabia".

"Bien, adelante y permítete sentir realmente esta rabia".

Su cuerpo se tensó cuando permitió que todo saliera y se sintiera completamente.

"Ahora me pregunto qué hay detrás, ¿qué hay debajo? Solo permítete pasar". Podía verla hundiéndose a la siguiente emoción.

"Dolor", dijo ella, mientras las lágrimas brotaban de sus ojos. "¿En qué parte de tu cuerpo sientes este dolor?" Yo pregunté. "Aquí, en mi plexo solar", respondió ella.

Ella comenzó a llorar abiertamente, y como pude ver que estaba dando la bienvenida al sentimiento, le pregunté una vez más: ¿debajo de eso?

Una vez más, ella cayó a otra capa, abandonándome.

Antes de que pudiera preguntarle en qué parte de su cuerpo sentía este sentimiento, ella preguntó: "¿Está bien hablar?"

"Claro", dije, sin saber si podría ser una distracción. Lo había hecho muy bien hasta ahora, estando presente y sintiendo completamente los sentimientos, y sabía que era esencial para ella quedarse con la emoción pura y cruda y no distraerse o evitarla.

"Veo un recuerdo de cuando tenía ocho años. Mi hermana, mi mejor amiga y yo estábamos jugando en la playa. Entonces mi hermana salió corriendo a jugar con mi mejor amiga. Me sentí totalmente abandonada, perdida, como si ella hubiera robado todo el amor y la amistad en mi vida".

Estaba ocupada escribiendo todo lo que decía, y pensé: 'Llegaremos a esto más tarde. En este momento, todavía necesita seguir pelando las capas de esta cebolla.' Dije: "Gracias. Lo he apuntado todo; llegaremos a eso más tarde. Sigamos con la emoción pura que estás sintiendo, así que siente ese puro abandono ... ¿Qué hay debajo de eso?"

Su postura cambió visiblemente. "Me siento tan perdida, tan sola", dijo.

"Entonces siente eso completamente. Esté presente en ello", dije.

Su rostro se llenó de una mirada triste que la hizo parecer perdida e infantil. Luego hubo una larga pausa cuando su rostro palideció. Luego murmuró entrecortadamente: "Oh, mierda. Me he hundido en algo que nunca había visto antes. Hay un agujero negro aquí, es como un vacío".

Pensé: 'Conozco muy bien este lugar, ¡ella está allí! Espero que tenga el coraje de sumergirse. Había sido un paradón para mí, y recé para que de alguna manera pudiera tranquilizarla lo suficiente como para que se relajara. Le dije suavemente: "Bueno, déjate llevar".

Ella respondió: "No puedo. Estoy asustada."

"Asustada está bien. Solo déjate caer en la nada". Ella comenzó a temblar, y luego su respiración se detuvo por un momento. Interiormente sentí un toque de pánico, y luego vi como una profunda relajación se extendía por todo su cuerpo, y una pequeña sonrisa comenzó a aparecer en su rostro.

"Entonces, ¿qué sientes?" Pregunté, realmente curiosa por esta vez.

"¡La risa!" Ella comenzó a reír a carcajadas. "¿De qué tenía miedo?"

"¿Dónde sientes eso?"

"En mi vientre, pero un poco por todas partes", respondió ella, mientras sacudía con risa.

"Genial, ¿qué hay más allá de esto?"

"Siento una felicidad juvenil, juguetona, por todas partes". "¡Excelente! Siéntelo completamente", dije.

Ella comenzó a brillar. "¿Y ahora qué hay más allá de eso?"

"¡Alegría!" Su emoción parecía contagiosa. Se sintió tan potentemente que lo sentí yo misma. "Siento que irradia alegría, como si estuviera en todas partes", dijo entusiasmada.

Algo dentro de mí todavía sentía que todavía no estaba allí, así que pregunté una vez más, "¿Qué hay más allá de eso?"

Y luego una gran presencia de paz llenó la habitación cuando ella se quedó absolutamente quieta. Una mirada de paz y asombro irradió de su rostro.

"Eterno. Es eterno ... Soy todo ... Estoy en todas partes ... Es Dios ... Felicidad ... No hay palabras".

'Lo sé', pensé. 'No hay palabras.'

Ella lo había hecho! Se había dado cuenta de que era la misma conciencia ilimitada para la que no hay palabras adecuadas. Y en cambio de tomar horas, ¡solo había tomado unos minutos!

"Hermoso", dije. "Hermoso. Solo descansa en esto, como esta."

Estaba asombrada y alucinada. Habíamos tardado solo unos quince minutos, sin embargo, ella estaba claramente teniendo una profunda experiencia de su propia esencia, su verdadero yo. Mientras me sentaba allí con ella, yo también sentía esa paz inmensa, como si hubiera atravesado las capas con ella. Y así, por un tiempo, nos sentamos juntas bebiendo la belleza indescriptible de la verdad.

'¿Ahora que?' Me preguntaba. "¿Cómo puedo traer esta paz al proceso de curación para que ella pueda tener acceso a la sabiduría que surge naturalmente de ella?"

A pesar de que su experiencia con la Fuente fue profunda, sabía que no era suficiente dejarla en presencia de ella. Todavía tenía que abordar el recuerdo que había surgido espontáneamente. Sabía que la razón por la que mi tumor se había ido no era solo porque sabía cómo acceder a mi alma, sino porque había encontrado el problema que estaba almacenado en mi cuerpo y finalmente lo resolví y terminé la historia: era una combinación de ambos. A pesar de que el Ser eterno es en sí mismo vasto, sin límites, todavía no es la imagen completa de la curación.

¿Cómo podríamos obtener la sabiduría nacida de esta profunda paz para hablar con las diversas capas emocionales por las que había pasado y, lo que es más importante, llevarlo directamente a la memoria? Decidí simplemente pedirle que hablara desde este lugar de paz infinita a las diversas capas emocionales que había experimentado. "Si esta vasta eternidad, esta paz, este amor, tuviera algo que decir a la capa emocional anterior, alegría, ¿qué diría?" Yo pregunté.

Cuando ella comenzó a hablar, bajé mi pluma, fascinada por la sabiduría que brotaba de ella. Ella dijo: "¡Soy la alegría! La alegría siempre está en mi núcleo. Solo necesito poner mi atención en ello, y siempre está ahí".

Nunca había escuchado a Nancy hablar tan simple y bellamente antes. Parecía como si la verdad estuviera hablando. Entonces, hice la misma pregunta con la siguiente capa arriba, y una vez más lo que dijo fue tan inspirado que me hizo llorar. Y así, de la misma manera, continuamos, dejando que su sabiduría interior le hablara a cada capa.

Me sentí humilde. Parecía que la verdad no era solo decir la sabiduría, sino que estaba disolviendo todo el dolor de sus capas emocionales anteriores. Las palabras que salieron de la boca de Nancy eran un antídoto para el dolor que había experimentado. Cuando terminó de hablar con cada capa, fue como si el dolor que había estado allí se hubiera disuelto en la vasta energía y paz que había en la habitación.

Cuando llegó a la capa de abandono, miré mi hoja y noté que este era el punto en el que había aparecido el recuerdo. Pensé: 'Estoy segura de que vino el recuerdo a este nivel por una razón y un propósito. Parecía que ahora sería el momento adecuado para abordarlo, para llevar a Nancy a través de un proceso de curación similar al que atravesé con mi tumor'.

Entonces, recordando mi experiencia con Surja, le pedí que imaginara una hoguera e invitara a las diversas personas que estaban en su memoria. Le sugerí que también trajera a la hoguera un mentor en cuya sabiduría confiaba, y en cuya presencia se sentía segura. Y así comenzó su charla junto al fuego.

Su proceso fue muy similar al mío, y cuando la joven Nancy le habló a su hermana y a su mejor amiga del abandono y el dolor que había sentido, parecía que años de dolor no expresado y no expresado finalmente se estaban vaciando y saliendo.

Luego escuchó mientras su hermana y su mejor amiga compartían lo que estaban pasando en ese momento. Nancy pareció genuinamente sorprendida al escuchar que no era la intención de su hermana robar a su mejor amiga, sino que simplemente corrían para divertirse. Su hermana se disculpó sinceramente por el dolor que se había disparado por sus acciones.

Cuando parecía que finalmente habían resuelto todo el problema, le pregunté a Nancy si se sentía completa: ¿había algo aún no dicho que necesitaba compartir con su hermana? Ella respondió que quería agradecer a su hermana, que nunca había sabido cómo se había sentido, y que quería que supiera que a pesar de que habían tenido muchos malentendidos a lo largo de los años, la amaba.

Le pregunté nuevamente si sentía que estaba completamente vacía. ¿Había dicho todo lo que necesitaba decir y había escuchado todo lo que necesitaba oír?

Ella respondió simplemente: "Sí".

Recordando cuán importante había sido el perdón en mi propio proceso, le pregunté a Nancy si finalmente estaba dispuesta a perdonar libremente a su hermana, desde el fondo de su corazón.

En voz baja, ella respondió: "Sí".

Lágrimas corrían por sus mejillas cuando finalmente perdonó a su hermana por una traición a la que se había aferrado durante años, una traición que, de hecho, nunca había ocurrido, excepto en la mente de la joven Nancy.

'Hmm', pensé, 'es asombroso como de similar es esto a lo que está sucediendo ahora mismo en su vida. Se siente traicionada por su marido y tiene celos e ira inexplicables por algo que ni siquiera ha sucedido '.

Es sorprendente para mí cómo almacenamos estos viejos patrones emocionales dentro, que se desarrollan una y otra vez solo con diferentes personas. Mismo problema, ¡solo jugadores diferentes! Y, sin embargo, parece que nunca resolvemos el dolor ni aprendemos las lecciones; ¡seguimos ejecutando el mismo patrón una y otra vez!

Una vez, una amiga mía vino a mí quejándose de que parecía pasar de una relación a otra. Ella había dicho que era como si empaquetara todos sus malos hábitos, viejos patrones de dolor y equipaje emocional en una maleta. Luego entraría en la siguiente relación, abriría la maleta y los mismos viejos patrones emocionales se desarrollarían. Luego los empaquetaba de nuevo, dejaba la relación y pasaba a la siguiente, abriendo la maleta y sacando todo su equipaje emocional. Y así iría, una y otra vez. Ella dijo que estaba cansada de nunca aprender sus lecciones, pero en su lugar volvía a ejecutar los viejos hábitos.

Nancy me recordaba a esta amiga. Aquí estaba Nancy, recreando su problema de abandono de la infancia y los celos que crecieron de eso, con Ronald. Si no se despertaba pronto a este patrón, podría crear lo que más temía, que sus celos irracionales lo alejarían y él, de hecho, la abandonaría. Entonces finalmente tendría una razón real, no imaginada, para sentirse abandonada.

Pensé, 'nosotros todos hacemos esto. Cuando nacemos no nos dan un manual que nos diga qué hacer con estos problemas, cómo manejarlo cuando surgen estos ganchos emocionales ''.

Cuando terminó el procesamiento de la memoria, le pedí a Nancy que una vez más dejara que su propia sabiduría interior hablara a los niveles restantes, y dejara que la energía de la paz disuelva cualquier dolor restante. Cuando terminó, hice lo que se conoce como 'integración futura' (un medio estándar de PNL que verifica con la mente no consciente para asegurarse de que todo el procesamiento esté integrado). Le pedí que mirara hacia el futuro dentro de un día, una semana, a partir de ahora, un mes, seis meses, un año, y así sucesivamente, para ver cómo en cada coyuntura estaba manejando su viejo problema de abandono / celos.

Mientras Nancy miraba un día hacia el futuro, dijo que definitivamente se sentía más hábil, más ligera, como si no fuera un gran problema, pero que tendría que ser consciente de no imaginar que su esposo podría estar haciendo algo a sus espaldas. .

A una semana era más fácil dejar el viejo patrón, pero ocasionalmente tenía que recordarlo. Al mes no era un problema en absoluto, y a los seis meses, el problema nunca surgió para ella. Al año se sintió libre y alegre, y a los cinco años quedó impresionada por la sabiduría y la libertad que había desarrollado. Diez años después, dijo que sentía que era luz, resplandor y alegría en sí misma.

Pensando que la 'futura ella' era bastante sabia, dije: "¿Por qué no dejas que la sabiduría del tú futuro dé algunos consejos al tú presente? ¿Por qué no escribes una carta del futuro y le das al presente algunos consejos prácticos sobre qué decir, qué pensar, cómo ser, qué tipo de acciones tomar, cómo ayudar a su relación con Ronald, y así sucesivamente?"

Cuando abrió los ojos, le entregué un trozo de papel sobre el cual ella rápidamente comenzó a escribirse una carta. Ella escribió durante un tiempo, y cuando terminó, dejó el bolígrafo y, con una sonrisa, dijo: "El futuro yo tenía mucho que decir, no solo sobre Ronald, sino sobre muchas cosas en mi vida".

Me entregó la carta y dijo: "¿Qué te parece?" Lo leí, una vez más, pensando: 'Esta es la sabiduría de las edades, como los sutras occidentales modernos. Realmente no solo es profundo, sino muy práctico. Le agradecí por compartirlo conmigo, y le sugerí que lo pusiera en el espejo del baño para recordarle los diversos compromisos que se había hecho a sí misma.

Tres días después, cuando me encontré con Nancy, ella dijo que el problema de los celos ya no se le planteaba. Encantada, todavía no estaba completamente convencida. Me aseguré de llamarla dos meses después, solo para comprobarlo.

"No, aún no se me ha surgido, Brandon. Tengo otras cosas que necesito manejar, pero el problema de los celos definitivamente ha perdido su control sobre mí".

¡Qué primer experimento tan extraordinario! Nancy no solo había descubierto con éxito esto que todos pasamos nuestras vidas buscando - el amor y la paz que está en el centro de nuestro ser, esa es nuestra alma - sino que había logrado llegar al núcleo de lo que impulsaba su juego de celos. . Había estado teniendo furias celosas en que se sentía completamente fuera de control, pero cuando abordó el problema real almacenado debajo de todo - el miedo al abandono - y cuando finalmente se resolvió, los celos desaparecieron. ¡Ya no es un problema para ella!

"Interesante", pensé. 'Entonces es posible llegar al núcleo de un problema, a los mismos incidentes que lo crearon. Una vez que se resuelve el problema central, entonces el problema de la superficie finalmente puede liberarse".

Nuevamente me pregunté: '¿Y si todos fueran capaces esto? ¿Qué pasaría si todos pudiéramos llegar a la verdadera causa de nuestro dolor, nuestras luchas y liberarnos antes de crear la enfermedad? ¿Qué pasaría si todos pudiéramos darnos nuestras propias llamadas de atención, de modo que nuestros cuerpos no tuvieran que hacerlo todo por nosotros al enfermarnos?

A diferencia de Nancy, mi cuerpo me había dado una gran llamada de atención, en forma del tumor. Y no me dieron mucho tiempo para descubrir cuál era mi problema principal, qué estaba almacenado en mis células. Gracias a Dios, me guiaron para descubrir esos problemas pasados y finalmente liberarlos, para que mi cuerpo pudiera seguir el proceso natural de curación.

Si sólo me hubiera dado esta llamada de atención antes. Quizás entonces el tumor no se hubiera creado en primer lugar. Quizás podría haberme liberado antes de que el patron degenerativo de la célula comenzara.

## Capítulo 14

Y así, comencé a abordar mi trabajo de terapia uno a uno con este principio de liberación en mente. Estaba decidida a ayudar a las personas a penetrar a través de sus problemas superficiales hasta el núcleo de lo que realmente

estaba 'dirigiendo su espectáculo' a nivel emocional, y sabía que era esencial para la transformación real que el trabajo tomara lugar al nivel del alma.

Para que el proceso pudiera refinarse sin presiones profesionales, comencé trabajando con mis amigos y familiares que estaban abiertos al autodescubrimiento, y que sinceramente anhelaban estar libres de cualquier problema emocional que les hiciera sentir enganchados, cualquier cosa que pareciera estar funcionando en piloto automático.

Sabía que los celos y el abandono no eran los únicos problemas emocionales que nos enganchan. Todos tenemos problemas, y en un momento u otro puede parecer que nos controlan. Y sin embargo, nunca hemos sabido cómo llegar al núcleo real del problema, a la causa subyacente del dolor. Entonces, lo abordamos desde el nivel superficial, ya sea ignorándolo y fingiendo que no existe, o tratando de convencernos de que si decimos todas las cosas correctas dentro de nuestras cabezas sobre el tema, podríamos cambiar las cosas. Mientras tanto, la causa oculta permanece en nuestro núcleo y nos preguntamos por qué, no importa cuánto lo intentemos, de alguna manera parece que no podemos terminar con eso y dejarlo ir.

Hasta la última persona, todos con los que trabajé con éxito cayeron a través de las capas y luego se quedaron atónitos de que las viejas heridas eran la verdadera causa de su dolor actual. Me entusiasmaron los sorprendentes resultados que lograron.

Trabajamos en todo, desde celos hasta el resentimiento, miedo, culpa, vergüenza, depresión, pérdida y rabia. Si podíamos nombrarlo, parecía que trabajamos con él.

En poco tiempo pude ver emerger un patrón claro y decidí construir un guión simple que pudiera usarse para ayudar a las personas a atravesar las capas emocionales. Luego creé otro para ayudar a las personas a descubrir y resolver los problemas emocionales con las personas en sus hogueras, y otro más para la 'integración futura', para que pudieran ver cómo las cosas serían diferentes en el futuro. Esto fue seguido por una carta del futuro para el "yo" presente.

Cuando terminé, se lo entregué a Don, quien sabía que era no solo un experto en el campo, sino que por naturaleza era bastante crítico y escéptico. Después de leerlo, dijo: "Esto es impresionante, Brandon. Probablemente sea uno de los trabajos más profundos e importantes que se realizan en el campo de la curación de la mente y el cuerpo hoy en día. ¿Te importa si empiezo a usarlo en algunas de mis consultas privadas?"

"No", dije, aturdida y honrada por su respuesta. Había previsto que fuera bastante crítico y quisquilloso. En cambio, estaba realmente impresionado.

Él dijo: "Has puesto meses de trabajo en esto y se nota, no solo en la redacción sino en toda la sintaxis y el contenido. No solo es notable, es utilizable".

Estaba estupefacta, y sentí que quizás algo del trabajo profundo que había realizado en los últimos meses podría de verdad tener valor.

Cuando nos sentamos juntos en el sofá de nuestra sala y hojeé el primer borrador del proceso de Viaje Emocional, sentí como si una pieza del rompecabezas finalmente hubiera caído en su lugar. Descansaba en mis manos una herramienta viviente, que podía usarse de una manera profundamente práctica para ayudar a otros a emprender sus propios viajes de sanación espiritual y emocional.

En voz baja compartí mi visión con Don: cómo de profundamente agradecida estaba por el tumor y cómo esa llamada de atención me había liberado en

muchos niveles, no solo físicamente. Había sido un regalo sin precio que sentí que de alguna manera debía transmitirse a otros, y recé para que, a través de él, otros pudieran reconocer su inmensa sabiduría inherente e inspirarse para emprender sus propios viajes de descubrimiento espirituales, emocionales y físicos.

Le dije cómo de profundamente conmovida había estado durante los últimos meses, cómo de privilegiada me sentía al permitirme ayudar a otros a descubrir su verdadero ser, y que asombrada estaba por el éxito de todos en liberarse. Me había sorprendido el deseo natural y la disposición del alma de ayudar al cuerpo a liberarse de los problemas emocionales que habían estado almacenados allí durante años. Todos habían sido tan abiertos, tan dispuestos, tan valientes, y los resultados reflejaron esa grandeza.

Una vez escuché a un maestro espiritual decir: "Si das un paso hacia gracia, dará mil pasos hacia ti. Ciertamente parecía ser cierto en el caso de la curación. Se siente como si la sabiduría del cuerpo estuviera ansiosa por ayudarnos a dejar de lado estos viejos problemas. Si hacemos un pequeño esfuerzo para lograrlo, el resto lo hará.

Compartí que lo que realmente anhelaba era llegar a las personas que tenían problemas físicos, bloqueos y enfermedades, que quería ayudar a otros no solo a liberarse de los problemas emocionales, sino también a ayudarlos a emprender un viaje de curación física. Desde mi propia experiencia con el tumor, había visto lo poderoso que había sido descubrir los recuerdos almacenados dentro de las células, y llegar al núcleo de todo. Intrínsecamente sentí que esto no era solo una experiencia casual única para mí. Sabía que esta posibilidad existe para todos nosotros.

Y así, silenciosamente, hice una oración para que las personas que tenían desafíos físicos se sintieran atraídas por mí para que pudiéramos comenzar a trabajar a ese nivel, así como a nivel emocional.





## Capítulo 15

Al día siguiente, Don cogió un vuelo para dar un seminario en Nueva York, y mientras estaba allí, una mujer llamada Ruth lo llamó y le preguntó si podía ayudarla. Le habían diagnosticado un tumor uterino del tamaño de una toronja y, aunque tenía más de sesenta años, no creía en el dicho: "No se puede enseñar a un perro viejo nuevos trucos". Estaba muy abierta a intentar cualquier cosa que pudiera ayudarla a sanar.

Los médicos le habían dicho que su única opción era cirugía y ella tendría que sacar su útero. Ella dijo: "Sabes, el hecho de que haya pasado la edad de procrear no significa que quiera que me corten el interior. Parecen muy reales al respecto, como si pensarán que era normal que me extirparan el útero".

Había escuchado a través de un amigo que había tenido éxito en curarme de un tumor mucho más grande que el de ella, y se preguntó si Don podría darle algún consejo. Debía someterse a una cirugía dentro de un mes. Él le sugirió que me llamara para hablarme directamente, y después de escuchar mi historia, él la ayudaría en todo lo que pudiera.

Solo había pasado un día y, sin embargo, mi oración ya se estaba respondiendo. Las personas con desafíos físicos se sentían atraídas por The Journey, ya que ahora había nombrado el nuevo trabajo.

Don se olvidó de llamarme para decirme que le había dado a Ruth mi número, así que cuando llamó fue una sorpresa total. Me encantó hablar con ella y hacerle saber que la curación a nivel celular es definitivamente posible. Le pregunté qué tipo de tumor era, y ella dijo que pensaban que era fibroide.

"Eso es benigno (no canceroso), ¿no?" "Sí", dijo ella, con su crujiente acento de Nueva York. "Entonces", le pregunté, "¿hay algún peligro en posponer?"

"No. De hecho, realmente no lo hay. Es solo ... ya sabes, doctores ... "

Le pregunté si estaría dispuesta a retrasar la consulta de su próximo médico.examen por al menos seis semanas.

"Pero tengo programada una cirugía en un mes".

"Sé que es un gran pedido, pero ¿podrías cancelar la programación o al menos posponerla? Yo tardé seis semanas para que la curación se completara, y no quisiera que te quedaras corta de tiempo".

Ella sonaba nerviosa e insegura. Había sido tan clara y directa desde nuestra primera conversación, pero ella estaba lidiando con la idea de que su curación podría tener lugar tan rápido.

Luego le conté mi propia historia, finalizando con la sugerencia de que ella viera a Don para una sesión individual, donde tendría la oportunidad de someterse al proceso de curación física que había desarrollado a partir de mi propia experiencia de curación. . Como mínimo, se liberaría emocionalmente de lo que estaba almacenado dentro del tumor y aprendería las lecciones que tenía que enseñarle.

Ella me preguntó si había hecho este proceso con alguien más que tenía un tumor y admití que ella sería la primera que no sería yo, pero le aseguré que todo lo que tenía que perder eran las limitaciones, los viejos patrones de heridas y cualquier recuerdo traumático almacenado dentro de sus células. En el peor de los casos, solo habría perdido dos horas de su tiempo y pospuesto una operación que no era urgente. En el mejor de los casos, podría tener éxito en liberarse del tumor.

Hablamos durante unos cuarenta y cinco minutos y al final sonaba agradecida pero aún algo escéptica. No pude culparla. Soy igual. A menos que sepa que algo es verdad y real para mí, puede sonar como solo palabras.

Sin embargo, ella siguió adelante. Retrasó su cirugía dos meses e hizo una cita con Don. Al final resultó que, los médicos no le dieron la molestia que esperaba, tal vez porque consideraban que su caso era más rutinario que urgente.

Don llamó la noche siguiente y dijo: "Ahora, dime otra vez cómo fue que realmente entraste al tumor y descubriste los recuerdos que estaban allí". Recientemente había completado un guión completamente nuevo del proceso que había experimentado originalmente. Usando patrones de lenguaje amigables para la mente que no es consciente, el Viaje Físico guía a las personas hacia la Fuente en un conjunto de pasos descendiendo una escalera.

Mientras que aquí, en esencia, se les pide que, en su mente, entraran en un transbordador mágico que es capaz de llevarlos de manera segura y elegante a cualquier parte de su cuerpo. Está impulsado por la sabiduría interna del cuerpo, por lo que no hay nada en lo que tienen que pensar o esforzarse. Todo lo que tienen que hacer es dejar que los lleve a donde debe ir.

De esta manera, podíamos estar seguros de que su propio genio interno tuviera el control de dónde comenzaría el trabajo - lo que permite a sus mentes conscientes liberarse de tomar esa decisión. Se accedería a los recuerdos celulares en el lugar que eligiera su inteligencia interna, su sabiduría corporal y el procesamiento tendría lugar allí.

Informé a Don a fondo sobre el nuevo guión de Viaje Físico, e hice algunas sugerencias específicas sobre cómo trabajar con Ruth. Una vez que se aclaró, y sonaba seguro de que podría hacer el trabajo con ella, le dije: "Es curioso, tú eres el que hace el primer procesamiento físico. ¿No es interesante que sea con una mujer que tiene un tumor en el útero?

"Sí, pero tiene más de sesenta años y no tiene los antecedentes y la comprensión que tú tienes, Brandon".

"Bien, ¡No es la persona, es el proceso que funciona! Dios sabe que ciertamente ya lo hemos descubierto. De todas formas, no dependerá de ti ni de Ruth; dependerá de la inteligencia infinita dentro de su cuerpo hacer la curación real. Vosotros solo serán participantes dispuestos en el proceso. Llámame cuando hayas terminado. Déjame saber como va."

Tres días después, Don llamó. "Bueno, sorprendentemente, fue muy bien. Ella tiene mucho entusiasmo por una dama de unos sesenta años, y realmente lo hizo. Ella dice que le gustaría otra sesión solo para asegurarse".

"Claro, ¿por qué no? No puede doler. Todo lo que tiene que perder es viejo peso emocional." Y así, tuvieron una segunda sesión.

No tuvimos noticias de Ruth durante tres meses. Habíamos viajado a Australia para dar seminarios, por lo que perdimos el mensaje que había dejado en nuestra máquina. Cuando volvimos, me hizo cosquillas escuchar ese acento ronco de Nueva York que hablaba por el contestador automático.

"Bien, fui a los doctores. No pudieron encontrar el tumor. Todo lo que quedaba era un poco de líquido que drenaron con una aguja ... solo pensé que te gustaría saberlo. Supongo que los confundimos, ¿eh? Parecía divertida, ligeramente juguetona y, de alguna manera, poco impresionada a la vez.

## Capítulo 16

Mientras me preparaba para nuestro viaje a Australia, continué refinando el proceso del Viaje Emocional, teniendo en cuenta todo lo que seguía aprendiendo al trabajar con nuevas personas. Cada vez que trabajaba con alguien, el script se hacía más fuerte, más claro y más fácil de usar. Decidí llevarlo conmigo a Australia en caso de que surgiera la necesidad de Journeywork mientras estaba allí.

Tuvimos un tiempo maravilloso. Los australianos son siempre muy acogedores y bulliciosos. Se siente como un país recién nacido y hay un nuevo entusiasmo y apertura a su naturaleza que me parece particularmente atractivo.

Mientras estuvimos allí se me ocurrió que estas podrían ser las mismas personas a las que les gustaría aprender el proceso del Viaje Emocional. Habían pasado unos veintidós meses desde mi tumor, y había trabajado con personas solo en sesiones individuales. Aunque la gente había logrado resultados enormemente exitosos, todavía sentía que los estaba guiando a través del proceso y que en realidad no estaban aprendiendo el proceso en sí. Estaba 'dándoles pescado', pero no les estaba enseñando 'cómo pescar'. A menudo había pensado cuánto más empoderador sería si las personas pudieran aprender a hacer este proceso por sí mismas. Entonces no tendrían que acudir a un entrenador o terapeuta especializado para realizar el trabajo, pero podrían continuar su proceso de liberación por su cuenta.

Es un viaje, después de todo. No es como una tirita, donde tapamos un problema y terminamos. Todos tenemos muchos problemas emocionales en los que trabajar, y mi verdadera oración es que sigamos dejando de lado estas limitaciones mientras se nos presentan. Nunca deberíamos dejar de transformarnos, solo entrar cada vez más plenamente en la conciencia de nosotros mismos como este diamante prístino, siempre soltando las capas limitantes que parecen oscurecernos de nuestro verdadero ser.

Pensé que sería maravilloso si pudiera enseñarles a las personas cómo hacer el proceso del Viaje Emocional juntos, para que pudieran tener un conjunto de habilidades con las que trabajar para cualquier problema emocional que podría surgir en sus vidas. No es como si yo personalmente necesitara ser parte del viaje de curación de todos. Es preferible que las personas retiren sus propias capas, descubran el silencio ilimitado del ser que es ellos mismos, resuelvan sus propios problemas emocionales, perdonen por completo y terminen sus propias historias. Entonces depende de la naturaleza hacer lo que sabe hacer: sanar el cuerpo y el ser.

Pensé, 'no sería maravilloso si las personas pudieran tener un guión para trabajar, uno que pudieran compartir con sus parejas y seres queridos? En lugar de sentarse y mirar televisión todas las noches, tal vez podrían optar ocasionalmente por hacer un trabajo transformador consigo mismos y comenzar a vivir como una expresión de su verdadero yo, como libertad ''.

Decidí organizar un pequeño taller nocturno en la casa de mis buenos amigos, Catherine y Peter. Sus áreas de sala de estar y salón podrían acomodar fácilmente a unas dieciséis personas. Sería un número pequeño pero muy manejable para probar Journeywork.

El domingo por la noche del seminario final de Don, hice una invitación pública para que la gente venga a esta primera noche especial. Conté mi propia

historia y dije que realmente solo quería invitar a personas que sinceramente deseaban liberarse de un problema por el que se sentían enganchados: algún patrón emocional o desafío físico que, no importa cuánto lo hayan intentado, no importa cuánta terapia hayan hecho, no importaba a cuántos seminarios habían asistido, todavía seguía viniendo por ellos.

No quería invitar a personas que solo estaban interesadas en aprender otro enfoque. Solo tenía dieciséis espacios, y sentí que esos espacios eran preciosos y debían dirigirse a personas que realmente deseaban liberarse de algo que los había desafiado durante años.

La mitad de la habitación levantó la mano, así que tuve que reiterar mi súplica. "Esto se está haciendo al servicio de la libertad, y no es un proceso para los débiles o los buscadores de curiosidad. Es un proceso para aquellos quienes realmente quieren arremangarse, mirar al tigre a los ojos y enfrentar viejos recuerdos emocionales y patrones que pueden no ser tan cómodos".

"Pido que solo aquellos preparados para hacer un trabajo profundo, que se sientan preparados para terminar finalmente sus historias, vengan al final de la habitación para verme".

Los lugares se llenaron tan rápido como mi pluma podía escribir. Miré un mar de rostros decepcionados, me sentí terrible por tener que rechazar a todos los demás. Nunca me había dado cuenta de cuán profundamente anhelamos conocer nuestro verdadero ser. Y cuánto anhelamos soltar los grilletes que nos atan emocionalmente y nos impiden experimentar la alegría ilimitada en el centro de nuestro ser.

Ya había hecho los procesos de The Journey con un par de queridos amigos en Australia, por lo que los entrené para ser ayudantes para que las personas que realizan Journeywork en parejas por primera vez se sientan muy apoyadas. Solo había ocho parejas y cuatro de nosotros ayudando, lo que parecía muy manejable: un ayudante capacitado por cada dos parejas que trabajaban. Habrá uno de nosotros a la mano cada vez que alguien necesite ayuda, o si alguien tiene una pregunta. Quería que todos supieran que era un ambiente seguro y acogedor y que estaban muy apoyados.

Me sorprendió que las dieciséis personas llegaran temprano o llegaran a tiempo. Conforme todos se reunieron, se pudo sentir un aumento de entusiasmo, pero también muchos nervios. Les pedí a todos que se tomaran unos minutos para dejar que nuestras energías se asentaran, para dejarnos estar presentes en el momento. Cerramos los ojos y nos sentamos juntos para meditar en silencio.

Me encontré descansando en la poderosa paz que se había convertido en la corriente subterránea familiar de mi vida. Toda la sala quedó en silencio en la profunda presencia de la quietud. No se movió un músculo y, sin embargo, había un estado de alerta, una energía centelleante en la habitación.

Sentí como si mi propia conciencia llenara no solo la habitación, sino que se extendiera sin límites más allá, abarcando todo y en todo. Mi mente se quedó completamente quieta, completamente libre de pensamientos, y parecía como si todos nos estuviéramos bañando, sumergidos en esta presencia de amor. Estábamos empapados en Fuente.

Después de unos minutos abrimos los ojos, y cuando me preparé para hablar, se me ocurrió que esta quietud es contagiosa. Si solo hay una persona pasando el tiempo en una conciencia libre de pensamiento, todos la 'atrapan'. Desde

entonces he leído una hermosa cita de W.S.I. Yeats, que expresa esto perfectamente:

"Podemos hacer que nuestra mente sea tan parecida al agua inmóvil que los seres se congregan a nuestro alrededor para ver sus propias imágenes, y así, por un momento, vivir una vida más clara, tal vez incluso más feroz debido a nuestra tranquilidad".

Con los años, escuché una palabra sánscrita que a menudo se usaba para describir este fenómeno. Se llama Satsang. Sat significa 'verdad' y sang significa 'en compañía de'. Entonces Satsang significa 'en compañía de la verdad', o en presencia o comunidad de la verdad. Aquí estábamos descansando en paz, en quietud, en compañía de la verdad misma, Satsang.

Después de la meditación, les conté a todos mi viaje de curación, y incluso mientras se desarrollaba la historia, todavía nos estábamos bañando en esa paz, en Satsang. Me aseguré de incluir mi experiencia de despegar las capas y descubrir que debajo de todas las capas emocionales había un vacío negro de la nada, y cómo cuando había caído por esa puerta había llegado a la extraordinaria presencia de amor que me di cuenta de que era mi propia alma. Compartí con ellos el asombro que sentí al experimentar mi propia sabiduría interna, y cómo sentí que era la inteligencia infinita en el interior la responsable de toda la curación, y que yo solo era un humilde participante en el proceso.

Compartí que sentía que era posible para todos los seres llegar a conocer su verdadero ser, y al darse cuenta de eso, aprovechar la sabiduría interna que brota naturalmente de su Fuente. Hice hincapié en que Journeywork no era un proceso de mente sobre materia, sino más bien un viaje de descubrimiento en el alma. Les dije que creía que la curación real comienza en el nivel del alma, en el nivel de conciencia esencial, y se refleja a través del nivel emocional al nivel físico.

Para llegar al núcleo de un problema emocional, primero tenemos que llegar al núcleo de lo que realmente somos. Luego, una vez que estamos en contacto con nuestra propia esencia, esa sabiduría puede guiarnos a descubrir qué recuerdos emocionales se almacenan en el cuerpo. Es solo entonces que podemos llegar al fondo de todo y liberarnos.

Mientras hablaba, miré profundamente a los ojos de las personas que escuchaban, y me animé a ver que una parte de ellos parecía reconocer y entender de lo que estaba hablando.

Le pregunté a uno de mis amigos, Ian, si estaría dispuesto a someterse a una demostración en vivo del proceso The Journey, y él aceptó calurosamente. Tenía un problema de frustración que lo había estado molestando, así que decidimos usar eso.

Aunque estábamos en Australia, Ian es inglés y un poco reservado, por lo que estaba muy agradecida de que fuera emocionalmente abierto y auténtico al pasar por los niveles.

A medida que bajaba por las capas, parecía como si todos en la habitación bajarán los niveles con él. Cuando llegó a un nivel de impotencia y comenzó a llorar, noté que había lágrimas en los ojos de varias personas. Tuvo un poco de resistencia cuando entró en el vacío, lo que llamó la nada, y luego su rostro comenzó a brillar con una radiante alegría cuando llegó a la presencia de la paz interior.

Descubrió un recuerdo de la primera infancia de cuando estaba en la cuna. Sintió que había sido abandonado y se sintió frustrado e impotente por no

poder comunicar su necesidad de ayuda. Finalmente, en su hoguera, pudo expresar a sus padres cómo se sentía realmente en ese momento y el perdón le llegó fácilmente. Cuando terminamos todo el proceso, parecía radiante y abiertamente infantil.

Miré alrededor de la habitación y había lágrimas en los ojos de varias personas. Se sintieron tan conmovidos, tan tocados, al ver una transformación tan profunda en tan poco tiempo. En la sala había una palpable ternura y compasión combinada con una disposición abierta que lo convirtió en el momento perfecto para sugerir que las personas sacaran sus guiones, se unieran y comenzaran su propio proceso.

Mientras caminaba por las dos habitaciones, me sentí profundamente conmovida por la profundidad de los procesos de las personas y lo mucho que soltaron. Sin embargo, había una mujer que parecía tener dificultades para bajar las capas: cada vez que se acercaba a la oscuridad, lo evitaba y volvía al punto de partida.

Lo noté y pensé: "Hmm, ¿no hacemos esto todos? Justo cuando estamos a punto de romper, algo dentro nos detiene. Nos atascamos y, en cambio, ejecutamos nuestros viejos hábitos una y otra vez. Tememos lo desconocido y lo evitaremos a cualquier coste, incluso si eso significa nunca liberarse de nuestras viejas historias de dolor y sufrimiento".

Esta mujer había sido diagnosticada con depresión crónica, y estaba tan debilitada que no podía trabajar, y había estado viviendo con ingresos por discapacidad durante seis años. Ella me dijo cuando llegó esa noche que esta podría ser su última esperanza. Lo había intentado todo, desde terapia hasta medicamentos y seminarios, y nada había funcionado para ella. Incluso levantarse por la mañana era una lucha. Así las cosas, se había arrastrado al taller de esta noche.

En su voz había un sonido de fracaso, como si hubiera predeterminado que iba a fallar esta vez, como lo había hecho en cualquier otro intento en los últimos seis años. Cuando me acerqué a ella, ella ya había "hecho un ciclo" emocionalmente tres veces; ella simplemente no podía enfrentar el vacío. Miré lo que su compañero había escrito como sus capas emocionales. 'Hmm', pensé, 'este es todo su patrón de depresión perfectamente presentado en blanco y negro. Es clásico. Por supuesto, ella no sabe cómo salir de la nada, es lo que más teme.

Recordé mi propia primera experiencia del agujero negro y recordé cómo temía estar al borde de la aniquilación y lo aterrorizado que había estado. Sentí una profunda compasión por ella, pero sabía con firmeza que para que finalmente se liberara de su antiguo patrón, tendría que rendirse en la oscuridad vacía y caer.

Con voz suave pero firme dije: "¿Reconoces este viejo patrón? Pasas de la depresión a la desesperanza, a la impotencia, a la desolación, a la desesperación, a la ansiedad, al miedo, y luego llegas a esta nada negra y te atascas, te sientes enojada y frustrada. ¿Qué harás después? Te deprimes por la frustración, y luego vuelves a la cima y ejecutas todo este patrón nuevamente. ¿Es esto algo que haces mucho en tu vida?

"Oh sí. Es un viejo amigo mío. Lo conozco bien. Es todo lo que hago, de hecho. Cuando llego a la ansiedad y al miedo, me rindo. Luego me siento tan frustrada que me deprimó de nuevo".



Le pregunté si finalmente quería ser libre. Ella dijo enérgicamente: "Claro que sí. Estoy harta de esto."

"Bueno, vas a tener que enfrentar esa negrura y sumergirte en él, relájate y finalmente déjalo pasar".

"Pero no sé qué me pasará si lo hago".

"Lo sé", dije. "Pero si quieres ser libre, solo tienes que confiar".

Entonces, la guíé hacia abajo a través de las capas, asegurándome de que ella se demoraría demasiado en ningún nivel. El viaje no se trata de revolcarse o expresar su dolor en todos los niveles, se trata de sentir la emoción lo suficiente como para experimentarla por completo y pasar al siguiente nivel, hasta que finalmente atraviese todas las capas hasta la Fuente.

Esta vez, cuando llegó al agujero negro, anunció en una voz de 'Te lo dije': "¡Estoy atascada!"

"Entonces, ¿qué pasaría si te relajaras y sonrieras y cayeras directamente en la oscuridad? ¿Como sería eso?"

"¡No sé cómo sería eso!"

"Entonces, me pregunto cómo sería si lo hicieras".

Una breve mirada de confusión y preguntas cruzó su rostro. Entonces ella comenzó a temblar. "¡Estoy cayendo! ¡Estoy cayendo!"

"Sigue cayendo", le dije. Y de repente se echó a llorar, sollozando y sollozando, llorando. "Soy amor ... Soy Dios ... Es Dios ... Es ... No sé lo que es ... Soy Libre ... Soy Libertad ... Yo soy hermosa ... es hermosa ... "Lloró de alivio y resplandeció de asombro.

Entonces supe que el resto del proceso sería pan comido para ella. Finalmente había llegado a saber qué había debajo de toda esa ansiedad y miedo, y se había dado cuenta de que realmente no había nada que temer. Le devolví el guión a su compañero y terminaron el proceso con éxito.

A medida que la noche continuaba, un par de personas en la sala se sentían un poco reticentes y levantaban la mano para hacer preguntas, pero todo lo que realmente necesitaban era un poco de tranquilidad por parte de alguien que realmente había pasado por el proceso.

La fuente es realmente contagiosa, y había sido consciente por algún tiempo de que cuando estaba profundamente inmerso en la quietud, en el silencio infinito, con quien estaba trabajando se abrieron paso hacia esa conciencia con mayor facilidad y rapidez. Para trabajar con alguien, no solo puedes hacer el proceso, tienes que serlo, vivirlo. Entonces es fácil para la gente 'contagiarlo' de usted.

He llevado el principio directamente a mis seminarios. Doy una capacitación cada vez más avanzada a los asistentes, por lo que cuando trabajamos con personas, realmente podemos guiarlos a través de un proceso completo. Todos lo hemos pasado varias veces, hemos visto los tipos de desafíos que pueden surgir y hemos desarrollado habilidades para manejar estos desafíos, por lo que prestamos un servicio mucho más profundo a las personas que están siendo procesadas.

Cuando terminó el taller de la tarde, era pasada la medianoche, pero la gente seguía dando vueltas. Nadie quería irse. Todos descansábamos en el resplandor curativo de estar en la pura presencia del Amor mismo.

Tres meses después, recibí una carta con matasellos de Australia. «Extraño», pensé, «no le di mi dirección a nadie esa noche. Esta persona debe haber pasado por muchos problemas tratando de obtener la dirección de mi casa. Cuando lo

abrí, reconocí el nombre en la parte inferior como la mujer que había sido diagnosticada con depresión crónica. Leí sus palabras simples pero conmovedoras.

Dijo que la noche del taller de The Journey, descubrió una ansiedad abrumadora bajo la manta de la depresión. Una vez que enfrentó y resolvió el problema de ansiedad, la depresión terminó por completo; ella no había experimentado un momento de depresión desde entonces. Ella escribió que en el pasado le habría costado un esfuerzo gigantesco levantarse de la cama por la mañana, mientras que ahora, no solo se estaba levantando temprano de forma natural, sino que "estaba haciendo su día de manera simple y efectiva". Estaba encantada de finalmente volver a trabajar después de seis años de enfermedad crónica.

Su carta ahora se encuentra entre miles como esta, en un archivo enorme que guardo como testimonio del enorme coraje y la inmensa sabiduría inherente al alma humana. Cada vez que recibo una carta, me siento inspirada y profundamente conmovida, impresionada por la intrepidez, la fuerza y la sabiduría dentro de todos nosotros, y siento como si volviera a escuchar por primera vez qué increíble gracia existe dentro de nuestros propios corazones. Estas cartas aún me traen lágrimas a los ojos: la grandeza interior nunca deja de asombrarme.

De esa simple e intensa primera noche, el taller de The Journey fue ampliado y refinado. Desde entonces se ha convertido en un rico y profundo programa de tres días en el que las personas se van con el reconocimiento de quiénes son realmente, después de haber bebido profundamente del pozo de paz que está en el centro de nuestro ser.

El primer día experimentamos el Viaje Emocional. Aprendemos y experimentamos el proceso de eliminación de capas y llegamos al núcleo de nuestra alma. Entonces nuestra sabiduría interna nos guía a descubrir y resolver viejos problemas emocionales. Aprendemos el proceso de hoguera y la integración futura.

En el segundo día, todos experimentamos el Viaje Físico, un maravilloso viaje de descubrimiento dentro del cuerpo para descubrir cualquier bloqueo o lugar rígido o áreas enfermas que puedan existir. Luego descubrimos los recuerdos reales almacenados dentro de las células, y pasamos por el proceso de resolverlos y hacer el trabajo de perdón necesario para terminar la historia y establecer nuestra libertad.

Y en el tercer día, aprendemos y ponemos en práctica una gran cantidad de técnicas, habilidades y conocimientos que nos ayudan a abandonar el taller confiando en que podemos usar Journeywork en el curso de nuestras vidas.

## Capítulo 17

Entonces, ahora que ha aprendido sobre el proceso del Viaje Emocional, es hora de aprender más sobre el Viaje Físico.

Hay un hombre cuyo proceso de Viaje físico fue particularmente conmovedor. Jim tenía sesenta y siete años y era dueño de una pequeña panadería en el norte de Inglaterra. Su sobrina había venido a uno de mis seminarios introductorios y había dicho que le gustaría hablar conmigo en privado sobre una condición de salud que tenía su tío. Me advirtió: "Jim no está familiarizado con todas estas cosas de curación de cuerpo y mente, puede ser muy escéptico y de mente independiente. Es un hombre típico de Yorkshire (Provincia al norte de Inglaterra) y tiene un temperamento bastante feroz. No quiero que te sientas intimidada por él".

Solté una risita y dije que estaría feliz de conocerlo. Le expliqué que cuando las personas no conocen el trabajo, a menudo es mucho más fácil trabajar con ellos.

"No sé", dudó. "Puede ser de voluntad bastante fuerte".

"Las voluntades fuertes son saludables. ¡Parece que me va a gustar!

Jim viajó a Londres en tren, sin saber nada sobre mí o mi historia, simplemente confiando en el consejo de su sobrina favorita. Cuando abrí la puerta para darle la bienvenida, resaltaron sus ojos y mejillas rojas y ardientes. Jim era tal y como su sobrina lo había descrito. Estaba claro que era un hombre sensato y de mente propia.

Con paso decidido caminó directamente hacia mi sala de estar y se sentó antes de que yo tuviera la oportunidad de ofrecerle un asiento. Me gustó al instante. Tenía un brillo en sus ojos, y detrás de su ferocidad, detecté un irradiante interior, un resplandor.

Cuando nos sentamos a tomar té, no perdió tiempo en aclarar su punto de vista. A su manera franca de Yorkshire, dijo: "No sé qué es lo que haces, pero mi sobrina parece pensar que podrías ayudarme". Me preparé para darle una versión condensada de mi propia historia, y comencé con, "Bueno, en realidad ..." Pero antes de que pudiera pronunciar las palabras, interrumpió abruptamente con: "¡No! Quiero contarte mi historia ..." Entonces, con brillo en sus ojos, dijo: "Les mostré ... los mostré a todos".

Mi interés se despertó. Le pregunté qué quería decir, y le dio la oportunidad exacta que estaba buscando, ya que, con gran entusiasmo, se lanzó de cabeza a su historia.

"Hace dos años, fui a ver a mi médico de familia. Me ofreció un asiento como para tener una conversación sincera conmigo, me miró directamente a los ojos, puso una voz grave y dijo que habían encontrado un tumor canceroso del tamaño de un huevo en mi pulmón. Estaba tan avanzado que tenía menos de tres meses de vida. Dijo que no podían hacer nada por mí y que necesitaba poner mis asuntos en orden.

"¿Te lo puedes creer?" Gritó Jim, obviamente indignado. ¡Un médico me dice que solo tengo tres meses de vida! ¡Qué carga de basura! Todavía no estoy listo para estirar la pata, ¡no es mi momento de morir! Puedo tener cáncer de pulmón, pero eso no significa que esté dispuesto a empacarlo y rendirme. ¡Qué carga de basura, maldito infierno!

"¿Entonces, ¿qué pasó?", le pregunté, intrigada y cautivada por su actitud gárrulo.

"Bueno, encontré otro médico. ¿Y, que dijo él?" Pregunté.

"¡Pues él dijo que solo me quedaban dos meses de vida!"

"¿Y entonces, que hiciste?"

"¿Qué más podía hacer? Lo despedí. Luego encontré un tercer médico y también lo despedí.

"¿Y luego qué pasó?"

"Bueno, finalmente, encontré un médico que tenía sentido. Tenía antecedentes de casos exitosos, y en realidad había logrado ayudar a siete personas a entrar en remisión por el mismo tipo de cáncer que yo tenía. Pensé que valdría la pena escucharla, porque al menos ella sabía que era posible sobrevivir y sanar. Ella fué la primera médica al que acudí que no estaba convencida de que tenía que morir".

Mientras observaba a este panadero de sesenta y siete años, sentí una gran admiración. Tenía un espíritu de lucha tan luchador y un sentido del humor conectivo e irónico. No tenía antecedentes en el campo de la salud, y sin embargo, él sabía que no tienes que tomar tu primer pronóstico. Qué maravilloso sería si todos tuviéramos esta fuerte voluntad de vivir. Qué ejemplo es para todos nosotros.

Había leído varios libros sobre la psicología de pacientes que sobreviven al cáncer. Una de las cualidades más importantes que los investigadores determinaron que era un factor causal en la supervivencia era esta fuerte voluntad de vivir. A menudo, los pacientes más complicados, que son malhumorados, difíciles para los médicos y exigentes con las enfermeras, son los que superan las probabilidades. Aquí delante tenía tal hombre.

"Entonces, ¿qué pasó, Jim? ¡Obviamente no estiraste la pata eh! Parecía la imagen de la salud, y le dije exactamente eso. Continuó describiendo los diversos tratamientos que había recibido: quimioterapia, radiación, etc. Había una genuina sensación de orgullo en su voz cuando terminó su historia. "Se lo mostré a todos. Hace tres meses, me hicieron una resonancia magnética (radiografía de tejidos blandos) y el diagnóstico fue bueno. El tumor ha entrado en remisión, no ha hecho metástasis como esperaban, y no se ha diseminado".

Su cara parecía radiante, y se rió entre dientes mientras que añadió: "Hace un par de meses me encontré con ese primer médico. ¡Se sorprendió al verme! Se puso completamente pálido, como si hubiera visto un fantasma. ¡Estaba absolutamente convencido de que había muerto hace veinte meses! Y yo no planeo parar ahora, ¡voy a seguir adelante!" Por el espíritu del hombre que estaba sentado delante de mí, sabía que lo haría. Obstinadamente y triunfante puntualizó el final de su historia con "¡Mi tiempo aún no ha terminado!"

Le dije: "Esta es una historia increíble, Jim. Deberías salir y compartirlo con la gente. Hágales saber que es posible participar en tu propio viaje de curación, que uno no tiene que tomar el primer pronóstico que obtiene como evangelio, y que todos tenemos la libertad de elegir el camino de curación que deseamos tomar. Deberías salir y hablar con otros pacientes con cáncer. Permítales ver la posibilidad ante sus propios ojos. Eres un maravilloso ejemplo para todos".

"Oh, lo sé. Ya estoy haciendo eso a mi manera". Se encogió de hombros, un poco avergonzado.

"¿Entonces por qué estás aquí?" Pregunté. "Siento que eres un maestro para mí. Eres un gran ejemplo de lo que es posible".

De repente, su actitud gregaria, casi bulliciosa, se volvió muy silenciosa y vulnerable. Su voz se volvió casi inaudible, y su rostro se volvió infantil y abierto. Tuve que inclinarme hacia adelante para escuchar las palabras que explicaban su visita. "Quiero saber por qué ... quiero saber por qué esto está aquí", susurró, tocando su pecho. "Sé que estoy destinado a aprender algo de todo esto. Esto no sucedió solo para poder probar que algunos médicos estaban equivocados. Sé que sucedió por una razón. Solo quiero saber por qué", dijo con ternura, casi quejumbrosamente. "No quiero que aparezca en alguna otra parte de mi cuerpo solo porque no aprendí lo que tenía que enseñarme".

Fui arrestada por sus palabras. Se me llenaron los ojos de lágrimas al estar en presencia de tanta fuerza, coraje y tan obvia humildad a la vez. Este hombre me estaba mostrando que estaba dispuesto a admitir que no tenía todas las respuestas, y esperaba que tal vez yo pudiera señalarlo para descubrir lo que el tumor tenía que enseñarle. Su tierna exposición me conmovió tanto que no pude hablar por un momento o dos.

Entonces, muy simple, respondí: "Bueno, esa es mi especialidad. Ayudo a las personas a descubrir qué es lo que estas enfermedades tienen que enseñarnos. Es mi oración que, si realmente aprendemos las lecciones, no tendremos que repetirlas. Creo que la razón por la que muchas personas tienen la experiencia de extirparse quirúrgicamente un tumor canceroso, y luego, tres años después, aparece otro en otro lugar, es porque no aprendieron las lecciones y no entendieron lo que el alma quería darles la primera vez. Entonces el alma dice: 'Oye, no escuchaste mi primera llamada de atención. Déjame intentar de nuevo. Quizás escuches esta vez.' Y entonces, aparece otro tumor.

Jim estuvo de acuerdo. Él dijo: "Oh, estoy seguro de que estoy destinado a aprender alguna cosa. Simplemente no sé qué es.

Le conté una versión muy breve de mi propia historia y le dije que estaría feliz de ayudarlo a descubrir los viejos recuerdos almacenados dentro de ese tumor, para que pudiera saber qué era lo que el tumor tenía que enseñarle. Me miró profundamente a los ojos, como si buscara en mi alma, y luego dijo en voz baja: "Todavía no sé qué es lo que haces, pero confío en ti y estoy dispuesto a intentar cualquier cosa".

Y así comenzamos el proceso de Viaje Físico. Aquí había un hombre que no sabía nada sobre mente-cuerpo, quien de alguna manera sabía que había algo más profundo que entender. Una vez más, pensé para mí misma lo sedientos que estamos todos de aprender nuestras lecciones y liberarnos. Qué sed divina. Como un hombre tan fuerte e incondicional resultó ser muy abierto y muy real en su proceso, casi infantil en su apertura. Cuando llegó a su pulmón, antes de que pudiera preguntarle qué había en el tumor, un vívido recuerdo brilló ante él.

Tenía dieciséis años, en tiempos de guerra en Inglaterra. Su padre había abandonado a la familia y lo había dejado para cuidar a su madre. Bombas alemanas caían en todo el país. Estaba en la escuela cuando una bomba aterrizó en su barrio de la ciudad. Algo dentro de él entró en pánico. Luchando contra los maestros de escuela, se liberó, salió corriendo de su escuela, a casa para encontrar a su madre. Buscando, buscando ... ella no estaba allí.

Finalmente, corrió por los carriles laterales hacia la calle principal. Allí la encontró. Ella yacía perfectamente estirada, joven y hermosa, como si estuviera recostada para una siesta. Su ropa parecía perfecta, como si la hubieran "planchado". Corrió hacia ella e intentó sacudirla para que despertara. Siguió sacudiéndola y sacudiéndola, hasta que finalmente llegó la policía y los separó.

"Está muerta, hijo".

Luego vinieron las lágrimas y la rabia. Una ira que nunca pudo expresar, una ira contra Dios. ¿Cómo podría perdonar a Dios por tomar a su madre antes de su tiempo? Era tan joven, tan hermosa, tan llena de vida. ¿Cómo pudo Dios hacer esto? ¿Qué clase de Dios hace esto?

Llegó más ira, ira contra el enemigo. ¿Cómo podría perdonar a esos malvados nazis? Ella no tenía un arma. Ella no estaba peleando en la guerra. ¿Cómo podrían matar a una mujer inocente? ¿Cómo podría encontrar compasión por un pueblo tan malvado?

Toda la ira no expresada e irresoluble estaba saliendo de él. Pero el joven Jim, sin saber qué hacer con todo el dolor, lo había metido justo al lado de su corazón, en su pulmón izquierdo.

Sugerí algo que nunca había hecho antes. Le pedí a Jim que imaginara encender una hoguera allí dentro de su pulmón, e invitar a todas las personas de su memoria, incluido Dios, a que charlen junto al fuego. Me senté en silencio mientras Jim expresó cincuenta años de ira tácita contra Dios, por fin dejándose hablar, quitándolo de encima de su pecho y sacándolo de sus células.

Le pregunté qué creía que Dios podría responder, y parecía que surgía una sabiduría interna de algún lugar profundo dentro de él. Explicó que nadie puede ser tomado antes de su tiempo. Había otros planes para su madre, y él debería saber que ella está en paz y exactamente dónde debe estar. Entonces, cuando era hora de que perdonara a Dios, parecía como si su corazón se hubiera abierto

de par en par, y un profundo perdón se derramara de él, un perdón tan grande que me dejó sin aliento.

Luego habló a los nazis. Expresó una ira tan desgarradora que no supe si mi propio corazón podría soportarlo. Una vez más, cuando le pregunté a la sabiduría interior por qué, el enemigo respondió que solo estaban actuando bajo órdenes y que estaban tan asustados como él. Se apuntaron armas a sus cabezas y sus madres también se estaban muriendo.

La compasión brotó de Jim mientras lloraba en la comprensión completa de su difícil situación. Su voz se quebró cuando perdonó al enemigo con todo su corazón. Luego les pidió perdón por haberlos juzgado tan duramente durante todos estos años. Pude ver que finalmente estaba completo. Se acabó. Cincuenta años de ira sin resolver habían terminado. Parecía como si una máscara de cemento se hubiera abierto de par en par, revelando el verdadero él debajo, y brilló con un resplandor silencioso.

Cuando terminó su proceso, me senté en silencio con este hombre extraordinario. Una inocencia y paz infantil parecía irradiar de él. En silencio, dije: "Tenía razón. Viniste aquí como mi maestro." Su cara estaba sonrojada y sus ojos brillaban como diamantes, y una dulce dulzura interior se derramó de él. No había mucho más que decir.

Antes de irse, le agradecí por venir y le dije: "Sé que te vas a hacer otra resonancia magnética dentro de dos semanas. Me gustaría pedirle que permanezca abierto a la posibilidad de que no encuentren nada allí.

"Oh, no, no", dijo, bastante sorprendido de que sugiriera tal cosa. "No puede suceder. Verás, mi tumor no es como el tuyo, es un tipo diferente. No hay antecedentes registrados de ninguna persona que haya tenido este tipo de tumor desaparecer. Con el cáncer de pulmón, lo mejor que puede esperar es que entre en remisión, que no se propague y que ya está hecho. No vine a ti para curar el tumor. Solo vine a ti para averiguar por qué estaba allí y para aprender lo que tenía que enseñarme."

Dije suavemente: "Bueno, ¿por qué no te mantienes abierto a la posibilidad, tal vez seas el primero? Nunca sabes. Sigue siendo el ejemplo brillante que ya eres. Salga y corra la voz de que la curación a nivel celular es posible. Fue un honor trabajar con usted".

Cuando se fue, pensé: 'Qué inmensa bendición es que se nos permita hacer este trabajo. Tengo que ser la persona más afortunada del mundo. En verdad, esto no se parece mucho al trabajo, sino que siente como un profundo privilegio'.

Pasaron tres semanas sin noticias de Jim. Me decepcionó un poco no saber nada de él. Entonces, recibí una llamada telefónica de su sobrina. Exuberante y entusiasta, dijo: "Mi tía se pregunta qué le hiciste a mi tío. ¡Jim se ha convertido en un gatito! Ya no está furioso, ladrando a los ayudantes cuando derraman la harina o soplando su pila cuando los panes no salen bien. Ya no está gritando al tráfico, o enojado por las noticias. Se ha vuelto mucho más dulce y amable. Mi tía me pidió que te lo agradeciera. Siente que finalmente consiguió al hombre que sabía que estaba allí cuando se casó con él hace cuarenta y cinco años.

Me reí y dije que estaba encantada de escuchar las noticias, y compartí brevemente con ella el privilegio de haber trabajado con su tío. Seguí esperando a que mencionara la resonancia magnética. Estaba claro que la conversación estaba llegando a su fin, y todavía no lo había mencionado. Finalmente, mientras nos preparábamos para despedirnos, encontré el valor de hacer la pregunta: "Entonces, ¿qué pasó con la resonancia magnética de Jim?"

"Oh, sí. No encontraron nada. Todo lo que quedaba era una cicatriz capilar", respondió.

"¡Eso es increíble! ¿Qué dicen los médicos al respecto?"

"Oh, es como un circo en el hospital. Todos se están volviendo locos tratando de resolverlo. La mitad del equipo médico está seguro de que deben haberlo diagnosticado erróneamente en primer lugar, y la otra mitad está tratando de atribuirlo a un medicamento que le dieron hace dos años.

Están tratando a Jim como una rata de laboratorio, pasándole por todas las pruebas del planeta. Es el primer caso registrado donde un tumor pulmonar cancerígeno ha desaparecido espontáneamente ".

"¿Y cómo se lo está tomando Jim? Pregunté.

"Usted conoce a Jim ... Lo toma todo con una pizca de sal y una gran dosis de humor ".

Una semana después, recibí una carta alegre y conmovedora detallando su notable progreso. Después de leerlo, pensé: 'Sabes, todos hacemos nuestros propios viajes espirituales y curativos, cada uno de una manera diferente. Este hombre eligió la radiación y la quimioterapia, y afortunadamente también recibió las lecciones que su alma quería que aprendiera. Necesitaba liberarse de cincuenta años de ira. Vaya lección por aprender.

Todos pensamos: "El tráfico es lo que me enoja", o "La noticia es lo que me molesta", o "Si tan sólo lo hiciera bien, no tendría que explotar en su cara". . Creemos que lo que causa nuestra ira es algo externo a nosotros cuando, en verdad, la ira ya está almacenada en nuestro interior. Esas circunstancias externas solo presionan nuestros botones y activan las emociones que estuvieron allí todo el tiempo.

El botón de ira no es el único botón que tenemos. Una gran cantidad de emociones enterradas se almacenan dentro de nosotros, y nuestras circunstancias externas son simplemente desencadenantes que activan lo que ya está almacenado dentro.

A veces pienso que las enfermedades pueden llegar a ser nuestros mejores regalos. Para Jim, fué el regalo de soltar cincuenta años de ira, lo que finalmente le devolvió su verdadero Ser. Los médicos aún no pueden explicar el milagro de la desaparición de su tumor. Escuché de una fuente independiente que el caso de Jim se publicó posteriormente en una revista médica británica, y la desaparición del tumor se atribuyó al medicamento que tomó dos años antes de realizar el proceso de Viaje Físico.

## Capítulo 18

Uno de mis aspectos favoritos del trabajo de El Viaje es la profunda curación y perdón que tiene lugar dentro de las familias después de haberse completando procesos de Viaje.

El trabajo de El Viaje no se trata de descubrir recuerdos para que podamos usarlos para justificar nuestro comportamiento actual, o para usar como arma para culpar a quienes amamos. El viaje se trata de resolver nuestros problemas, curar el dolor, completar historias y perdonar a aquellos que amamos para que podamos seguir con nuestras vidas de manera saludable, libres del equipaje emocional del pasado.

Hay una mujer cuya valiente historia personifica la profundidad del perdón posible y el poderoso efecto que puede tener en la curación de toda una familia. Rachel era una madre de treinta y dos años de buen corazón cuya historia de abuso no es diferente a la de muchas personas a las que se les ha diagnosticado depresión crónica.

Adoptada a los dos años y medio, su familia adoptiva y sus amigos la habían abusado sexualmente y físicamente repetidamente durante la primera infancia. Como la mayoría de los niños en sus circunstancias,



no tenía las habilidades de afrontamiento emocional para lidiar con el insoportable trauma y angustia que causó. La depresión se convirtió en una manta para adormecer su dolor.

A los once años estaba en la silla de su primer terapeuta. A los dieciséis años su sufrimiento interno aún no se había resuelto y era tan insoportable que hizo el primero de varios intentos de quitarse la vida. Había estado entrando y saliendo de las oficinas de médicos, psiquiatras y salas de psiquiatría de hospitales con estrés, crisis y episodios depresivos desde entonces. Había tomado todas las drogas sedantes y antidepresivas imaginables, pero ninguna cantidad de terapia o medicamentos la liberaron de la desesperación.

Le quitaron a sus tres hermosos hijos y los pusieron en cuidado de crianza porque fue diagnosticada como emocionalmente no apta para ser madre. Incluso con grandes dosis de somníferos, solo dormía dos horas por noche. Sintió que estaba cayendo en espiral hacia una desesperación de la que no habría retorno.

Me escribió una carta desgarradora en la que me contó su increíble recuperación de salud desde su primer proceso de El Viaje. Dijo que no había visto gran mejoría en los primeros días. Entonces, una noche, decidió que no necesitaba el Temazepam para conciliar el sueño. Durmió del tirón durante ocho horas. "Fue absolutamente maravilloso. Sin pesadillas, nada. Podría haberme puesto a correr gritando de alegría".

Comenzó a verse a sí misma de manera diferente. De hecho, comenzó a sonreír, algo que no había hecho en más de dos años. Fue a ver a su madre y tuvo una larga conversación con ella. "Después de tantos años fue maravilloso poder abrazarla y decirla que la amaba y que realmente la perdonaba por lo que me había hecho".

Dejó de tomar Prozac y no lo ha tocado desde entonces, diciendo que su vida siente completa de nuevo. Terminó con la noticia de que finalmente había recuperado a sus hijos. Todos asistieron a un retiro de El Viaje de niños juntos, y fue muy conmovedor verlos reunidos, jugando tan naturalmente juntos en un ambiente tan amoroso.

Sean, su hijo, terminó siendo una de las estrellas del programa infantil, admirado tanto por niños como por adultos. Él y su

hermano se sometieron al mismo tipo de trabajo de proceso de curación poderoso y profundo que Rachel, y también soltaron años de dolor emocional.

## Capítulo 19

En varias ciudades, he alentado a los graduados a formar grupos de apoyo en las que se reúnen periódicamente. Estas reuniones son una forma de apoyo para seguir soltando los velos emocionales que parecen oscurecer nuestros diamantes internos. Es genial trabajar con otros que tienen las mismas habilidades y que están dispuestos a vernos por lo que realmente somos.

¿Alguna vez has tenido la experiencia de sentir que has crecido como persona y luego regresar a visitar a familiares que te tratan como la persona que eras antes? Aunque tu sientas que has progresado, parecen aferrarse a una imagen anticuada de ti. No importa cuánto intentes comunicarte desde tu nueva perspectiva, ellos continúan viéndote a la antigua.

En estas reuniones de ‘posgrado’, me parece tan liberador que todos estamos dispuestos a saludarnos con nuevos ojos. Sabemos que todos estamos evolucionando y nos negamos a aferrarnos a las impresiones pasadas. Continuamente hacemos la pregunta, "¿Quién se presenta ahora?" Y a menudo les pregunto a los graduados: "¿Qué preferirían hacer, sentarse y mirar televisión, o

sentarse juntos y pasar un par de horas liberándose emocionalmente?" Realmente puede ser así de fácil.

En una reunión de apoyo para graduados a la que asistí en Manchester, Inglaterra, Anita, una mujer de unos cincuenta años, se presentó para compartir su historia. Dijo que había asistido al taller de fin de semana El Viaje tres semanas antes y que sinceramente no esperaba un resultado físico. Había tenido dolor agudo crónico en la rodilla durante años y se había vuelto tan grave que le resultaba difícil conducir o incluso caminar hasta su automóvil. Dijo: "Pensé que quizá Brandon podría curarse a sí misma, pero no a mí. Lo único que quiero es la libertad emocional". Sin embargo, perseveró e hizo dos Viajes Físicos.

Con una gran sonrisa en su rostro, dijo: "Honestamente, no esperaba ningún resultado y no noté ninguna diferencia después de hacer el proceso. Pero ayer me di cuenta: estoy en cuclillas en mi jardín desyerbando. Ni siquiera podría haberme arrodillado antes, y mucho menos en cuclillas. No me había dado cuenta de que mi rodilla se había curado; parecía tan natural estar en cuclillas otra vez que ni siquiera pensé en eso".

Al escuchar la historia de Anita, otra persona se puso de pie. Dijo que había asistido al taller de El Viaje un año antes y que había llegado con depresión crónica. Después del fin de semana, estaba convencido de que todos los demás habían tenido un gran avance y que él había sido el único que no. Bill olvidó su proceso y siguió con su vida, y hasta varios meses después no se dio cuenta de que ya no sufría de depresión. Explicó que toda la razón por la que asistió a la reunión de apoyo para graduados fue porque quería agradecerme en persona por algo que había "daba por sentado".

Es cierto: cuando llegamos a nuestro estado natural, parece tan natural que olvidamos que alguna vez fue de otra manera.

## Capítulo 20

Hace algún tiempo tuve una experiencia parecida. Al igual que mis graduados, yo también continúo obteniendo procesos de El Viaje cuando me surge un problema físico o emocional.

Me di cuenta de que mi visión se estaba volviendo borrosa. Siempre disfruté de la visión 20/20, pero mientras conducía en mi coche, me di cuenta me encontraba un poco mareada. Vi una señal de tráfico a distancia que normalmente podría leer claramente, pero se veía borrosa y desenfocada. Lo atribuí a sentirme un poco cansada y no pensé mucho más en ello hasta el día siguiente, cuando sucedió nuevamente. Después de una semana de visión borrosa, decidí que sería mejor hacer un viaje físico y descubrir el problema. Con cuarenta y tres años en ese momento, sabía que la mayoría de la gente diría que esta era la edad normal cuando la vista comienza a deteriorarse, pero pensé: 'Ese no es mi sistema de creencias. No creo que sea una cuestión de edad. Debe haber algo que de alguna manera no estoy dispuesta a mirar.

Cuando viajé dentro del cuerpo, sorprendentemente no llegué a donde pensé que llegaría. Simplemente asumí que llegaría a mis ojos y descubriría el problema allí. En cambio, cuando me subí a mi vehículo mágico, la inteligencia infinita me llevó a mi útero. Aunque no tenía ningún sentido lógico, había aprendido de mi experiencia previa que la sabiduría del cuerpo sabe a dónde quiere ir. Nunca ha resultado erróneo. Decidí confiar en eso.

En mi vientre descubrí un viejo recuerdo que me había molestado a lo largo de los años. Cada vez que intentaba recordar este recuerdo, no tenía éxito, siempre estaba en blanco.

Mi padre se había quitado la vida cuando tenía diecinueve años y su muerte me devastó emocionalmente. En ese momento, estoy segura de que al exterior parecía centrada, fuerte y valiente mientras me enfocaba en ayudar a mi familia a pasar por el proceso del funeral. Pero por el interior, me sentía entumecida e incomprendida, incapaz de permitirme sentir o expresar el dolor que sentía.

Desde entonces escuché que cuando alguien se suicida, a menudo los familiares inmediatos se sienten responsables. Y así fue conmigo. Mezclado con el entumecimiento que apenas cubría la desesperación y el dolor, había una profunda sensación de culpa, como si de alguna manera hubiera podido salvarlo.

Después del funeral volví a la universidad y sentí que existía en un mundo irreal. Era una estudiante de primer curso y había comenzado en este lugar nuevo y extraño solo dos semanas antes de que mi padre se suicidara. Me sentí sola, desconsolada, abandonada y fría, sin una sola amiga al que recurrir.

En el recuerdo que descubrí, era una noche de otoño dura y muy fría en el estado de Nueva York. Decidí ir a una cita con un chico que apenas conocía, solo para distraerme del dolor. No le conté lo que había pasado con mi papá y puse un aire falso y brillante, tratando de parecer madura y "espabilada". Fuimos a un bar y tomamos unos cócteles. A diferencia de mi ser habitual práctica, esa noche tuve una actitud descarada, temeraria y descuidada. Bebí mucho, sin precaución. No estaba acostumbrada al alcohol y rápidamente me emborraché. Pensé: '¿Qué importa de todos modos? Ya nada tiene sentido. Todo es inútil.

En el camino de regreso a los dormitorios nos detuvimos en la licorería y compramos una botella de ginebra. Cuando volví a la habitación del chico, me tomé yo sola tres cuartas partes de la botella. Debo haberme desmayado porque nunca pude recordar lo que sucedió después de eso.

Dos días después me encontré caminando por el bosque cerca del campus. Tenía frío, estaba húmedo, llevaba la misma ropa de esa noche y me sentía devastada emocionalmente, deslavada y desorientada. Sentí un profundo disgusto conmigo mismo combinado con un sentimiento de 'No me importa de todos modos'. No sabía cómo había llegado allí al bosque.

Cansada, encontré mi camino hacia el departamento de mi universidad donde descubrí avisos en todos los tableros de anuncios. Aparentemente, me habían estado buscando por dos días y medio. Había perdido más de dos días de mi vida y nunca los había recordado, hasta este proceso de Viaje Físico.

Creo que el recuerdo de esos dos días fue demasiado doloroso para mirar, y para mi mente más allá del consciente había sido más fácil simplemente bloquearlo. Pero supongo que, a los cuarenta y tres años, mi alma sintió que era hora de enfrentar finalmente lo que había sucedido y ver qué había pasado realmente durante esos dos días. Y durante mi proceso de Viaje Físico, comencé a ver destellos y fragmentos de lo que había sucedido.

No fue lindo.

Pude entender por qué era que inconscientemente me había protegido de ello durante todos estos años. Pero finalmente lo enfrenté y pasé por un proceso profundo y un extenso trabajo de perdón. En este caso, más que nada, tuve que perdonar a mí misma por tratar mi vida de forma tan descuidada, peligrosa e insensible. Y por castigarme por una culpa que no pude calmar. Tuve suerte de haber sobrevivido esa cantidad de alcohol. Pero, de nuevo, tal vez ese era el sentido.

Cuando terminó el Viaje Físico, esperaba que habría un cambio inmediato en mi vista. Después de todo, por fin había "mirado" algo que durante todos esos años había sido invisible. Pasaron tres días y todavía no hubo cambios. Mis ojos todavía estaban borrosos y todavía me estaba mareando.

'Hmm..', pensé. 'Que extraño. Las células oculares solo tardan cuarenta y ocho horas en replicarse. Quizás la sabiduría infinita se equivocó esta vez; tal vez debería haber ido a mis ojos en lugar de mi útero. Olvidé el proceso y seguí con mi vida.

Me prometí a mí misma que la próxima vez que hiciera un Viaje Físico, elegiría específicamente ir a los ojos. Tres semanas después llegué a casa tarde una noche. Las luces no estaban encendidas en mi jardín y de repente noté que mi visión era tan clara que podía ver tal y como un animal nocturno. Estaba aguda, agudamente consciente, capaz de ver claramente en la oscuridad cercana. Podía ver la hierba y las hojas; mi visión nocturna era más aguda de lo que recordaba.

Al día siguiente noté que ya no tenía mareos. Mi visión se había vuelto clara de nuevo: me había arrastrado por sorpresa y ni siquiera me había dado cuenta. Fue tan natural que ni siquiera lo pensé. Era igual que Anita y Bill, que no habían notado su propio progreso hasta después del hecho.

Me parece que el trabajo de El Viaje es a menudo así. Una vez que estamos curados, es difícil concebir que antes estábamos de otra manera que saludable, normal y natural. Encuentro que tengo que recordarles a las personas que hacen trabajo de El Viaje que se aseguren de que se mantengan al tanto observando cambios. En nuestra neurología, el éxito genera éxito. Mirar hacia atrás de dónde venimos y mantener el puntaje puede ser una parte importante para reforzar la curación.

Me he dado cuenta de que a veces con el proceso de trabajo de El Viaje puede pasar algún tiempo antes de que se complete la curación. Con cada proceso, depende de la inteligencia interna llevarnos a cada uno de nosotros, de forma única, a un ritmo natural. A menudo puede parecer que se apaga un interruptor, y el patrón anterior desaparece por completo, al instante. Pero, en otras ocasiones, puede sentirse más como un ventilador que se está apagando. ¿Alguna vez apagó un ventilador y notó que tarda un tiempo reducir la velocidad y detenerse por completo? Con los procesos de El Viaje, a veces puede ser así. Cada vez es único para el tema particular. No hay tiempo "correcto" para la curación.



## Capítulo 21

Ahora que has aprendido sobre el Viaje Emocional y el Viaje Físico, podrías disfrutar escuchando algunos de los inesperados "efectos secundarios" positivos de hacer trabajo de El Viaje.

Muy a menudo las personas tienen una experiencia tan profunda de Fuente que encuentran que muchos viejos hábitos y creencias limitantes desaparecen espontáneamente sin que ellos trabajen conscientemente en ello. Cuanto más se ponen en contacto con su verdadero Ser, más patrones viejos y destructivos se vuelven obsoletos y antinaturales. Recientemente he tenido varios graduados en los talleres que hablan de este fenómeno.

Noreen, una irlandesa gregaria y afectuosa de cincuenta años, se consideraba muy bendecida por ser la niñera de los hijos de dos graduados de El Viaje. Sucedió por casualidad (o tal vez por destino) que se le pidió a Noreen que cuidara a los niños mientras los padres asistían al Retiro de Abundancia, un retiro de Viaje que nos libera de las muchas formas ocultas en las que nos limitamos e inconscientemente evitamos alcanzar la abundancia en nuestras vidas.

Noreen se sentaba afuera de la puerta de la sala de seminarios esperando pacientemente a que la madre saliera durante los descansos

para amamantar a su hijo. Pronto todos los que salieran de la habitación se encontrarían sentados y charlando, deleitados por el ardiente ingenio y el encanto irlandés de Noreen. Ella, a su vez, comenzó a notar que había algo especial en las personas que asistieron al seminario, una presencia de amor que parecía emanar de ellos. Ella se dio cuenta de cierto brillo, un brillo en los ojos. Ella realmente quería tener algo de lo que experimentaba en presencia de todos, y decidió que simplemente tenía que asistir al seminario de fin de semana de El Viaje.

Noreen había sufrido durante años un dolor de espalda agudo crónico y además le habían diagnosticado un bulto benigno en el seno. Estaba interesada en la posibilidad de curarse a sí misma, pero lo más importante, su verdadera sed, era descubrir cuál era la energía que sentía cada vez que se encontraba con alguien del seminario que estaba despierto a su yo verdadero.

Noreen vino al próximo taller de El Viaje. Tuvo un profundo proceso de Viaje Emocional, y cuando cayó a través de las capas y entró en la experiencia de su propia alma, su Fuente, fue tan poderosa que tomó la decisión de honrarlo fuese cual fuese el precio.

Noreen sintió que había pasado toda su vida buscando esta grandeza interior, buscando este amor que está en el centro de todos nosotros. Una vez que había experimentado la belleza en su propio corazón hizo un voto de ser fiel a ella, de ser fiel al diamante que había desenterrado. No quería hacer nada que cubriera o manchara este inmenso resplandor; ella solo quería permanecer en su presencia, estar en su simplicidad y pureza y no dejarlo.

Noreen siempre había sido una bebedora acérrima. Parecía parte de su herencia irlandesa. Iba al pub casi todas las noches, bailando con las chicas, fumando y bebiendo, pasando un buen rato, a menudo hasta altas horas de la madrugada. Me dijo que realmente no conocía ninguna otra vida. “Eso es lo que hace la gente, ¿no es así? Llegas a casa del trabajo, comes algo y luego te vas al pub para disfrutar de una noche con tus amigos”.

Después de hacer El viaje, se sintió tan completamente en paz, tan contenta, que descubrió que no necesitaba actividad constante o amistad para cumplirla. La satisfacción estaba allí todo el tiempo,

ya fuera trabajando o jugando. Se sentía tan en paz consigo misma que por la noche ya no se sentía obligada a quemar el aceite de medianoche, sino que comenzó a deleitarse con su propia buena compañía.

Después de un tiempo, dijo que los pubs comenzaron a sentirse demasiado llenos de humo y oscuridad, y todo el interés en ir a ellos se desvaneció. Inesperadamente, descubrió que los cigarrillos la rechazaban; la hicieron sentir sucia y comenzaron a saber a serrín. Y, sorprendentemente, tampoco necesitaba la bebida; comenzó a saber a orina. Siempre había encontrado que fumar y beber era relajante, pero ahora se sentía naturalmente relajada y no los necesitaba.

A su sorpresa, comenzó a desear comidas más vibrantes, queriendo comer más saludablemente. Cuando trató de comer carne, descubrió que no podía tragarla. Y con el tiempo se hizo vegetariana.

Todo esto, y sin embargo no hubo esfuerzo en ello. Todos los viejos hábitos desaparecieron espontáneamente una vez que ella reconoció que era esto lo que había estado buscando. Una vez que sintió verdadera satisfacción y paz, ya no quería ni necesitaba viejos hábitos destructivos que siempre habían sido un medio para llenar un vacío profundo en su interior.

Dijo que sentía que había encontrado una luz en el interior que quería honrar y proteger, y realmente entendió lo que significaba cuando la gente dice que el cuerpo es el templo del alma. Que el bulto en su seno y el dolor de espalda agudo crónico también la dejaran parecía casi incidental en comparación con esta mayor comprensión.

Suzy era otra graduada de El Viaje, que mientras reía compartió conmigo, “Brandon, siempre pensé que esas personas sanas eran tan aburridas, ya sabes el tipo, beben agua mineral, comen comida de conejo, hacen ejercicio, no fuman ni beben alcohol. Todos son tan santurrones. No quería ser como ellos. Pero ahora mírame, ¡me he convertido en uno de ellos! No sé qué me pasó, pero desde el Retiro No Ego (un retiro de Viaje residencial de nivel avanzado) realmente siento por primera vez en mi vida que quiero cuidar mi cuerpo. De hecho, me preocupo por mí misma y quiero cuidarme

de la misma manera que naturalmente me preocuparía por alguien a quien amo".

Mientras hablaba, sonreí, mirándola a los ojos sanos y vibrantes, sorprendida una vez más de cómo el alma quiere cooperar con nosotros para experimentar nuestra propia libertad, que realmente quiere lo más elevado y lo mejor para nosotros.

Una vez que experimentas tu propia luz interior, comienzas a apreciarla y estás cada vez menos dispuesta a hacer cualquier cosa que lo ocultará. Nos volvemos menos dispuestos a poner una pantalla sobre nuestra luz. Marianne Williamson escribió sobre esto tan elocuentemente en su libro *Volver al Amor*:

"Nuestro miedo más profundo no es que seamos inadecuados. Nuestro miedo más profundo es que somos poderosos sin límite. Es nuestra luz, no nuestra oscuridad, lo que más nos asusta. Nos preguntamos: "¿Quién soy yo para ser brillante, hermoso, lleno de talento, fabuloso?" Realmente, quien eres para no serlo.

Eres un hijo de Dios. Tu jugar ser pequeño no sirve al mundo. No hay nada iluminado en el encogerte para que las personas no se sientan inseguras a tu alrededor. Estamos destinados a brillar, exactamente como hacen los niños. Nacimos para manifestar la gloria de Dios que está dentro de nosotros. No está solo en algunos de nosotros, está en todos. Y cuando dejamos que brille nuestra propia luz, inconscientemente le damos permiso a otras personas para que hagan lo mismo. A medida que nos liberamos de nuestro propio miedo, nuestra presencia automáticamente libera a los demás".

## Capítulo 22

Nuestra luz no es lo único sobre lo cual ponemos una pantalla. Muy a menudo tratamos de cubrir y ocultar nuestros sentimientos emocionales también. He descubierto que esto es especialmente cierto con las adicciones. Las adicciones a menudo pueden ser un medio de distraernos o de "poner una pantalla de lámpara" sobre un problema emocional profundo que no sentimos que podemos enfrentar o manejar.

En nuestra cultura, a menudo se nos enseña a abordar el comportamiento superficial de una adicción (comer en exceso, adicción al alcohol o las drogas, comprar compulsivamente, robar, apostar, etc.) y, sin embargo, no pensamos mirar el problema central que está causando el comportamiento en primer lugar.

Por ejemplo, podemos ser conscientes de que tenemos un desafío con nuestro peso, por lo que lo abordamos cambiando nuestra dieta, ayunando o cambiando nuestro programa de ejercicios. Abordamos nuestro comportamiento, pero no pensamos preguntar: "Sí, pero ¿por qué estoy comiendo en exceso de primeras?"

Muy a menudo tenemos éxito con una nueva dieta por un tiempo y luego, lentamente, nuestras viejas costumbres regresan y nuestro peso aumenta una vez más. ¿Por qué? Porque nunca descubrimos qué nos estaba causando comer en exceso en primer lugar. La causa raíz emocional todavía está al acecho en el cuerpo, sin abordar.

Muy a menudo en los seminarios de Journey alguien levanta la mano y dice: "No tengo un problema emocional, mi problema es que no puedo evitar comer en exceso o picotear". Cada vez que alguien dice esto, me pregunto qué sensación está tratando de 'suprimir', a que aún no se han podido enfrentar. Por supuesto, no son conscientes de que tienen un problema emocional, lo han calmado y lo han dormido antes de darse la oportunidad de sentir lo que realmente está allí.

A menudo escuchamos la expresión 'comida de consolación'. Bueno, ¿qué sentimiento o problema emocional necesita consuelo? La comida adormece nuestra capacidad de sentir. ¿Cuántos de nosotros podemos decir honestamente que comemos puramente porque el cuerpo tiene hambre y necesita alimento?

En la sala de seminarios, a menudo invito a todos a probar un experimento que también se puede utilizar para descubrir el conductor emocional de cualquier hábito, patrón o comportamiento no saludable.

Les pido que cierren sus ojos ... e imaginen un momento reciente en el que tuvieron el impulso de picotear... un momento específico ... Entonces, una vez que tienen la memoria, hacen retroceder un poco las cámaras, hasta el momento mismo del impulso de coger la comida. Y regresa justamente al momento de antes de que surjiese el impulso ... justo antes de tomar la decisión de tomar o comer la comida ... ¿Qué emoción estas sintiendo realmente? ... Estate dispuesto a sentir lo que realmente está allí.

Inevitablemente, una mirada de sorpresa cruza la cara de todos cuando descubren qué es lo que realmente sienten antes de surgir ese impulso, antes de que hayan escapado de sentirlo volviéndolo a suprimir. A menudo es un sentimiento de vacío profundo, soledad, desesperación o ansiedad abrumadora. Suele ser una emoción muy fuerte y profunda. Tan pronto como lo olfateamos, ya estamos

buscando la comida para evitarla, escapar de ella o volverla a dormir.

En el trabajo de El Viaje, siempre digo: "Despierta". ¡Una vez que hayas identificado el problema emocional que estás evitando sentir, entonces tienes las herramientas para finalmente tratarlo en el proceso del Viaje Emocional! Pero si estás demasiado ocupado suprimiéndolo, ¿cómo vas a llegar a la causa raíz y resolverlo?

En un taller de El Viaje en Londres, una mujer de unos treinta años con este problema exacto levantó la mano. Era claramente obesa y dijo que había estado luchando con las dietas toda su vida. Realmente anhelaba acabar con esto. Cuando le pedí que hiciera el proceso, descubrió un profundo sentimiento de vergüenza mezclado con miedo. Abrió los ojos completamente aturdida y dijo que no tenía idea de dónde podría haber salido eso. No era consciente de nada de lo que estaba avergonzada y temerosa. Realmente estaba perpleja. Le sugerí que confiara en que el sentimiento emocional estaba allí por alguna razón, y que lo usara como punto de partida cuando realice su proceso de Viaje Emocional más tarde ese día.

Cuando estaba procesando, noté que parecía haber descubierto algo profundamente perturbador. Y, hacia el final de su proceso, pude ver un enorme alivio en su rostro y en todo su cuerpo. Como el proceso de todos siempre se mantiene en privado, no le pregunté qué había sufrido, pero me di cuenta de que era grande. Un mes después, vino a nuestra reunión mensual de graduados.

¡Había perdido 12 kilos! Con gran entusiasmo fue la primera en levantar la mano para compartir su historia de éxito. Dijo que antes nunca había sido capaz de recordar nada antes de los diez años, que de alguna manera siempre estaba en blanco para ella. Durante el proceso Viaje Emocional, accedió a un recuerdo de la infancia que no había podido recordar previamente. Era un problema de abuso sexual infantil, que había sido extremadamente traumático, y supuso que por ello lo había bloqueado inconscientemente.

En su proceso de hoguera, no solo lo accedió, sino que, lo que es más importante, lo resolvió por completo. Aunque ella nunca podría tolerar o perdonar el comportamiento del hombre involucrado, dijo que de todo corazón podía perdonar su alma. Dijo que se había

sentido libre y tan a gusto desde entonces. Lo último que escuché fue que seguía perdiendo peso.

Otro hombre estaba en El Viaje, y su problema era el alcohol. Dijo que no se llamaría alcohólico, pero era su costumbre tomar tres o cuatro pintas de cerveza todas las noches. Cuando pasó por el proceso de descubrimiento, abrió los ojos y dijo mansamente: "Tengo miedo al fracaso. Veo todo mi patrón. Este miedo surge cuando me siento en casa y empiezo a relajarme, así que, aunque mi mente me dice que no debería hacerlo, le digo: 'Oh, solo tomaré una cerveza'. Entonces resulta ser tres o cuatro. Por supuesto, a la mañana siguiente me levanto sintiendo resaca y harapiento, voy a trabajar y mi rendimiento no es muy bueno. De hecho, no logro los resultados que quiero. ¿Entonces qué hago? Sintiéndome mal por haber sido un fracaso, vuelvo a casa por la noche y bebo más alcohol para adormecerme del miedo. Y así el ciclo continúa."

En su proceso, descubrió recuerdos de la infancia de que su padre le dijo que nunca llegaría a ser nada, que siempre sería un fracaso. Había sido una batalla desde entonces. La próxima vez que lo vi, su barriga cervecera había desaparecido y estaba radiante. Había dejado de beber y fumar, y había logrado conseguir un mejor trabajo.

Estas son solo dos de las decenas de miles que se han liberado de las adicciones al abordar la causa emocional en lugar de ir solo tras el síntoma. El proceso del Viaje Emocional fue clave para esta libertad. Descubrieron con éxito la libertad y la integridad que yace dentro de todos nosotros.



## Capítulo 23

Parece que no importa lo mayor o jóvenes que somos. Hay una manera en que todos tenemos la sensación de que dentro de nosotros yace algo grande y libre. Sabemos que somos capaces de alcanzar la grandeza y, secretamente, anhelamos aprovechar nuestro verdadero potencial y dejar que se exprese plenamente.

Noreen estaba sentada frente a la mesa de un ex monje católico, un irlandés de ochenta y siete años, tomando té y charlando. Le explicó que, a medida que envejecía, le resultaba reconfortante sentarse en silencio al fondo de la iglesia local, que sentía tanta paz y satisfacción allí. Sin embargo, algo lo había estado molestando últimamente. En las últimas semanas, cuando surgió la satisfacción, descubrió que miedo estaba surgiendo a su lado. Admitió a Noreen que lo hacía sentir reacio a ir a la iglesia para su contemplación diaria.

Noreen preguntó: "¿De qué tienes miedo, Arthur?"

Se sonrojó y respondió en un susurro entrecortado: "A la muerte ... pienso yo" ... Su voz se apagó.

Con suavidad y sencillez, Noreen dijo: "Ven conmigo al salón, Arthur". Déjame hacer un breve proceso contigo.

El viejo monje siguió en silencio a Noreen y se acomodó en un sillón. Suavemente, Noreen lo guió a través de las capas emocionales. Cuando cayó a través de la oscuridad en una vasta paz, lágrimas brotaron de sus ojos y cayeron suavemente por sus mejillas. Abrió los ojos y susurró con ternura: "¿Por qué no nos enseñan esto en las iglesias? Todos esos años, y nunca lo supe.

No importa cuál sea nuestra edad, cada uno de nosotros anhelamos recordar quienes somos realmente. Todos anhelamos regresar finalmente a casa. Bajar por las capas no es la única forma de aprovechar y experimentar directamente la paz y la libertad que es su Fuente. Hay muchas otras formas que pueden tener lugar en cada momento de su vida diaria.

Mi experiencia es, una vez que hayas despertado por completo a esto que realmente eres, Fuente te sigue molestando. ¡Simplemente no te dejará en paz! Una vez que has viajado a casa, el hogar sigue llamándote una y otra vez. En verdad te sigue llamando, hasta que finalmente te enamoras tanto que no estás dispuesto a hacer nada que te aleje de ella.

## Capítulo 24

No todos los que hacen el trabajo del proceso de El Viaje llegan con un problema emocional o un problema de salud desafiante. De hecho, la mayoría de las personas ya tienen buena parte de sus vidas en orden. Es posible que ya se sientan saludables y tengan éxito y se sientan realizados.

Creo que una verdadera señal de éxito es el reconocimiento honesto de que siempre hay margen de mejora, siempre más crecimiento y aprendizaje. El éxito tiende a generar más éxito, y para continuar teniendo éxito, debes crecer. Las personas altamente exitosas a menudo vienen a El Viaje para una 'limpieza general de la casa interna', para ser aún más libres, más vivos, más saludables en sus relaciones, en el trabajo o dentro de sí mismos. Vienen para ser más exitosos.

A menudo, cuando la gente lo ha logrado todo: la familia perfecta, la casa en el campo, los trabajos soñados, algo dentro de ellos dice: 'He logrado todo lo que pensé que quería y, sin embargo, sé que hay algo más: algo más grande.

Estas son a menudo las mismas personas que tienen el mayor anhelo por despertar a su verdadero Ser, a su Fuente. Se dan cuenta de que

todas las trampas externas pueden ser agradables, pero saben que no es suficiente. No es *eso*. Estas personas a menudo se convierten en ardientes buscadores espirituales. Después de buscar la grandeza en el mundo exterior y darse cuenta de que falta algo, comienzan a dirigir su atención hacia adentro, con la esperanza de encontrar la verdad que les hará libres.

Esta manera sedienta de querer saber quién eres realmente es la sed más profunda que existe. Es una sed del orden más elevado y más profundo. Muy a menudo los buscadores ni siquiera son conscientes de que esto es lo que están buscando. Lo único que saben es que hay algo más grande, y quieren experimentarlo, conocerlo, vivirlo.

A veces, es solo cuando tienes “todos tus patos en una fila”, cuando todo parece ir bien y lo tienes todo en orden, que tu alma te susurra: "Sí, y hay algo más". A veces es entonces que la gente se encuentra conmigo en un fin de semana de El Viaje.

Siempre creo que, si alguien tomó este libro o llegó al fin de semana de El Viaje, debe significar que su alma está lista. En algún lugar en su interior, han hecho una fuerte oración: una oración para despertar a la verdad, una oración para encontrar la grandeza interior. Me siento tan honrada, tan humilde de conocer a esas personas porque sé que han hecho una oración divina y que incluso si su mente consciente no es consciente de ello, su alma les está llamando a casa.

Están aquí para descubrir su verdadero ser y, si tienen mucha suerte, pueden enamorarse tan profundamente de Fuente, de la verdad, que deciden que no quieren dejarla nunca.

Geoffrey, el director general de una empresa de gran éxito en Inglaterra, es uno de aquellos hombres. Cuando llegó para su sesión individual conmigo, parecía muy seguro de sí mismo, dinámico, un tipo triunfador real. Me imagino que la mayoría de la gente consideraría que su estilo de vida es envidiable, ya que tiene una hija hermosa, una esposa encantadora, un hogar maravilloso y una carrera exitosa. Prácticamente todo en su vida parecía moverse en la dirección correcta.

Me hizo saber que todo iba bastante bien y que solo había venido a resolver algunas cosas pequeñas, hacer algunos 'ajustes'. Le había estado molestando que, a pesar de ser el jefe de una exitosa empresa de informática, tenía miedo de hablar en público y se sentía tímido e incómodo cuando hacía presentaciones frente a su junta directiva. "Sé que soy un buen líder, nuestros resultados lo indican, pero cuando se trata de hablar en público, me congeló".

Nos reímos mientras que le expliqué que en los Estados Unidos hicieron una encuesta y descubrieron que el miedo de hablar en público es en realidad el miedo número uno, ¡mayor que el miedo a la muerte!

Le dije que la incomodidad que sentía era muy común. Dije: "Dado que la gente teme hablar en público más que a la muerte, probablemente estés muy por delante del juego, porque al menos estás poniéndote en pie para pronunciar discursos. Eso es más de lo que la mayoría de las personas sienten que son capaces de hacer".

Él sonrió y reiteró que anhelaba liberarse de cualquier cosa que pudiera detenerlo. Le aseguré que haría todo lo posible para ayudarlo a descubrir lo que yacía por debajo de este miedo para que finalmente pudiera liberarse de él.

Antes de comenzar su proceso, miró su reloj y me hizo saber que tenía una reunión a la que llegar, un avión que tomar y que todo debía completarse y terminarse antes de las 2 p.m. Básicamente, ¡había venido para deshacerse de su mayor temor y quería que se manejara en una hora y media! Incluso cuando se trataba de crecimiento personal, esperaba lograr los mejores resultados en un tiempo récord. Sonreí y dije que daría lo mejor de mí.

Cuando alcancé mi portapapeles, silenciosamente hice la oración que siempre hago por los clientes antes de comenzar; que la curación más alta y más profunda tenga lugar en todos los niveles de su ser, emocional, física y espiritualmente. Y en mi corazón, recordé que, aunque él pensaba que estaba allí para curarse del miedo a hablar en público, de hecho, iba a recibir mucho más. Llegaría a conocer su verdadero Ser, la sabiduría infinita, el genio interno.

Aunque no lo había mencionado, sabía que, en algún lugar en su interior, había hecho una oración para despertar a quien realmente

es y que, aunque el miedo a hablar en público era su problema emocional superficial, su verdadero anhelo era la libertad, la paz, la verdad misma.

A medida que pasamos por las capas emocionales, hizo un comentario continuo, como si estuviera llevando la cuenta de lo bien que lo estaba haciendo. Incluso en su proceso, su identidad de triunfador se hizo evidente. Durante parte del proceso, sentí que este comentario casi se interpuso y tuve que recordarle que se mantuviera fuera de su cabeza y que simplemente sintiera y estuviera presente a sus emociones.

Finalmente se abrió paso. Fue una lección de humildad para los dos. Aquí estaba este hombre sentado con su corbata de seda y camisa perfectamente planchada, con lágrimas de admiración y asombro chorreando por sus mejillas; maravillándose de la impresionante belleza que había descubierto, la vasta e ilimitada unidad con todos y todo. Se sentó en silencio, profundamente conmovido por la poderosa presencia del amor en su propio corazón.

Una vez que estuvo en contacto con su propia sabiduría infinita, fue extraordinario cuán claramente se revelaron sus patrones de infancia. Vió escena tras escena con su padre en la que sintió que nunca sería lo suficientemente bueno para su padre. Si traía a casa un examen marcado 95 de 100, su padre diría: "¿Qué pasó con los otros 5 puntos?" Parecía que no importaba cuánto lo intentara, no importaba cuánto hubiera logrado, nunca ganaría el respeto o la aprobación de su padre.

Vió con absoluta claridad lo que estaba en el centro de este miedo a hablar en público. Cómo, incluso con su junta directiva, sintió que nunca ganaría su respeto, sin importar cuánto haya logrado. Era casi como si cada vez que se levantaba para hablar frente a la junta, en realidad era un niño pequeño parado frente a su padre. Los viejos temores de 'Nunca lo entenderé bien. Nunca seré lo suficientemente bueno' le estaban derrumbando internamente. Después de completar el proceso de trabajo y resolver el problema con su padre, perdonándolo por todas las veces que se sintió tan incomprendido, no amado y desaprobado, continuamos pasando por las capas emocionales restantes.

Cuando terminamos, miré a los ojos de un hombre que finalmente había encontrado la paz. Miró su reloj y se dio cuenta de que estaba justo a tiempo para tomar su avión, pero pensó que tal vez cancelaría la reunión de la junta esa tarde. Admitió que fue una gran revelación para él que quería tomarse unos minutos para saborearlo e integrarlo. Interiormente noté que esa respuesta habría sido poco probable viniendo del hombre que había cruzado mi puerta solo dos horas antes.

Dos semanas después, estaba en un seminario de El Viaje y sorprendentemente apareció Geoffrey en la sala de seminarios. En realidad, no esperaba que viniera debido a su apretada agenda y estaba encantada de verlo.

En un momento durante una sesión de preguntas y respuestas, Geoffrey levantó la mano y se levantó con orgullo y sin miedo para hablar frente a una sala de más de 100 personas. Habló elocuentemente y alegremente e inspiró a todos, como si hablar en público fuera tan natural para él como atar los cordones de sus zapatos.

Vaya cambio de dirección, pensé. Compartió que anteriormente había tenido miedo de hablar en público y que había venido para una sesión individual conmigo. No solo había desaparecido el miedo, sino que desde entonces, sintió que estaba tan en su corriente, en su zona, que su juego de golf había mejorado significativamente. De hecho, ganó un torneo de golf dos días después de la sesión.

Todos aplaudieron su obvio éxito. Luego agregó, “Cuando me levanté para recibir mi trofeo, di un discurso de aceptación sin problemas y fácilmente. Fue entonces cuando me di cuenta de que mi miedo a hablar en público me había abandonado”.

Cuando se sentó, lo miré a los ojos y vi el mismo brillo, ese brillo que a menudo veo cuando alguien se ha despertado y ha vuelto a casa con su verdadero Ser. Brillaba positivamente. Pensé: "¿No es sorprendente cómo incluso un hombre negociante cuyo enfoque principal ha estado en el logro anhela conocer este amor interior, esta paz?"

Por primera vez vi éxito real dentro de él. Había encontrado ese tesoro invaluable que nadie podía quitarle. Había encontrado su verdadero yo.

Aún otro hombre vino a un taller, pero en su caso casi lo contrario había sido cierto. Alrededor de los cuarenta años, Alan había sido un hombre de negocios muy exitoso, habiendo ganado millones. Ahora, alrededor de los sesenta años, había perdido toda su fortuna y tuvo que depender de un amigo para pagar el seminario de fin de semana.

Durante su proceso de Viaje Físico, tuvo un evento inesperado. Su vehículo mágico lo había llevado a su ojo, que parecía completamente nublado desde el interior, mirando hacia afuera. Curiosamente, sin embargo, el recuerdo que descubrió no era un recuerdo negativo de su pasado, sino positivo. Alan volvió a una época de su vida en la que había tenido mucho éxito, un verdadero emprendedor. Regresó a una época en la que parecía que todo lo que tocaba se convertía en oro, una época en la que parecía que nada podía detenerlo.

No había otras personas en su hoguera, solo el joven Alan de cuarenta años, el actual Alan y su mentor. Pero, dios mío, ¡sí que el Alan más joven tenía mucho por decir!

El joven Alan le dio una verdadera charla al Alan actual, recordándole en términos inequívocos que el mismo genio, las mismas cualidades positivas que lo habían convertido en millonario en sus cuarentas, todavía estaban dentro de él. Esas cualidades estaban esperando allí en barbecho y sin usar porque el Alan actual había olvidado quién era. Había olvidado la grandeza que le había permitido alcanzar tal éxito. El más joven lo reprendió, rogándole que reconociera: "¡Todavía estoy aquí!"

Al actual Alan no se le había ocurrido que su éxito no había sido producto de circunstancias externas. No se había dado cuenta de que su éxito había nacido de su propia grandeza interior. Era la primera vez en más de diez años que Alan incluso contemplaba la posibilidad de tener éxito nuevamente.

Después del proceso, Alan dijo que sentía que tenía un salto en su paso y que se sentía realmente liberado del estado de víctima indefensa al que había sido prisionero durante tantos años. Había necesitado el proceso para recordar de nuevo lo que era estar en contacto con Fuente y cómo se sentía al conectarse con su propio genio interno. Era la primera vez que se sentía al corriente, en contacto, en años. No había pensado que fuera posible.



Cuando se preparó para abandonar el seminario, vi un brillo juvenil en sus ojos que estoy segura de que debe haber sido lo como parecía en sus exitosos días de juventud. Había recordado la chispa de estar en contacto con su verdadero Ser libre.



## Capítulo 25

Ha sido mi experiencia continua que nuestro viaje no termina con un proceso de Viaje Físico o Emocional. De hecho, generalmente hacer el proceso es solo el comienzo de toda una vida de ir soltando las capas emocionales, una experiencia cada vez más profunda de libertad.

Libertad no tiene límites. No es como si experimentas Fuente y entonces estás establecido en ella y punto. Más bien, es como si comenzaras a vivir como una expresión de ello, y Fuente revela todos los velos restantes, patrones heridos y viejos problemas que están listos para dejar de lado. Y, sin embargo, esto que realmente eres, Fuente, permanece quieto, prístino e intacto por toda la danza de la vida.

Fuente es implacable en su deseo de liberarte. Por su propia naturaleza, la libertad llama a la superficie todo lo que aún no está liberado, y dice: "Esto es bienvenido, pero no es lo que realmente eres". Fuente tiene una manera de señalar lo que no eres, mientras te lleva a profundizar en lo que realmente eres. Entonces, cuando

el tumor llegó y se fue, no me di cuenta de que esto sería solo el comienzo de toda una vida de ir soltando.

Aproximadamente un año y medio después del tumor, en el otoño de 1993, hubo una gran tormenta de fuego en las colinas de Malibú, que se informó ampliamente en la televisión y las noticias. Los incendios fueron tan devastadores que destruyeron 280 viviendas y dejaron a cientos sin hogar.

Yo estaba en la ciudad de Nueva York en ese momento, en un estudio de televisión. El director se acercó a mí y me dijo: "Creo que será mejor que vayas a la sala verde para ver las noticias. Tienes una casa en Malibú, ¿no? Quizás sea mejor que te asegures de que todo esté bien. Los informes dicen que el fuego está fuera de control y las llamas tienen más de 20 metros de altura".

Mientras veía las noticias, nada tenía sentido, parecía surrealista. Esto era mi ciudad natal, la hermosa Malibú, llena de humo negro y ardiendo como un infierno. Silenciosamente, me senté solo en el salón y vi cómo, una por una, las casas de amigos se levantaron como muchos fósforos. Era como una peli de desastre mal editada, como si pronto los créditos comenzarían a rodar.

No podía ver mi propia casa, pero como el incendio claramente se movía por de las laderas y mi casa estaba en la playa, no parecía que hubiera mucha posibilidad de que las llamas saltaran la carretera y llegaran a las casas de la playa.

Sintiéndome que realmente no estaba ayudando el estar sentada allí hipnotizada frente a la pantalla de televisión, lo apagué y decidí sentarme en silencio y rezar por todas las personas que de repente se encontraban con toda su vida al revés. Sabía que debía haber tanto sufrimiento, y pensé en mis amigos y les envié todo mi amor. Incapaz de alcanzarlos, me sentí muy sola e indefensa. Ansiaba poder hacer cualquier cosa, y rezar era lo mejor que podía pensar.

Luego me quedé allí sentada, aturdida en silencio, clavada en una quietud atemporal sin nada que decir o hacer. Suavemente, en la quietud, comenzó a surgir un presentimiento interno. Decidí que sería mejor hacer una lista mental rápida para asegurarme de que ninguno de mis seres queridos estaba en mi casa, por si acaso. Pensé en mi hija, Kelley, y en cómo se había mudado recientemente a ocho

millas de distancia con su prometido a Santa Mónica. Sabía que Don estaba en Santa Fe tomando un seminario. Ya no teníamos mascotas, así que por un momento sentí un suspiro de alivio porque ninguno de mi familia estaba en casa ... y, sin embargo, en silencio, ese presentimiento interior comenzó a serpentear en mis entrañas.

Sacudiéndome, decidí llamar a mi hija y su prometido para asegurarme de que estaban bien, y una vez que todo estuvo claro, le pedí permiso al director para irme temprano.

Esa noche dormí a ratos y me desperté a la mañana siguiente con una migraña. Fui directamente al estudio. Cuando llegué, todos se detuvieron para mirarme. Pensé que había llegado tarde. Hubo un silencio terrible entre todos, lo que de otro modo era un personal alegre.

Dos de las personas intercambiaban miradas, como para decidir quién me iba a dar la noticia. Finalmente, afortunadamente, alguien se puso nervioso y dijo: "Brandon, creo que necesitas reservar tu vuelo a casa ... Tu casa acaba de incendiarse ... Lo siento ... no sé qué decir". Pausa incómoda ...¿lo tenías asegurado?"

"No ... nadie lo hace en Malibú, es demasiado caro cuando vives junto al mar ..." Otra larga pausa. "Bueno, supongo que será mejor que averigüe si las aerolíneas pueden ayudarme". Nadie dijo nada más. No había nada más que se pudiera decir.

Salí de las puertas del estudio hacia el viento fuerte y frío de Nueva York. Era un día gris de otoño, pero los colores parecían súper intensos, los olores tan fuertes, el ruido del tráfico a todo volumen, y sin embargo, en todo esto, sentí un silencio muy profundo.

Extrañamente, sentí como si me hubieran quitado una gran carga de los hombros, como si años de karma me hubieran dejado de alguna manera. Me sentí curiosamente ligera y libre. Desde adentro, una pequeña canción que había escuchado en un centro espiritual comenzó a sonar. Las palabras fueron: "Ten fe, todo está bien". Parecía ridículamente cursi pero dulcemente apropiado, así que seguí cantando la canción para mí misma mientras caminaba de regreso al hotel para hacer las maletas.

Llamé a las aerolíneas. Aunque tenía un billete no reembolsable, acordaron que dadas las circunstancias podía volar en stand-by, pero

me advirtieron que el próximo vuelo estaba bastante lleno. Cuando Llegué al aeropuerto, el vuelo estaba completamente reservado, y como no había más asientos disponibles en clase turista, una señora muy amable me ascendió a primera clase. Lágrimas brotaron de mis ojos ante el generoso corazón de un completo desconocido que tan claramente se acercaba a mí en el momento en que más lo necesitaba. La canción "Ten fe, todo está bien" continuó sonando en mi cabeza.

Durante el vuelo a casa, me di cuenta de que la ropa en mi maleta era la suma total de lo que poseía. Aquí estaba, con cuarenta años, y todo lo que tenía era una maleta de ropa a mi nombre. De alguna manera, no parecía tan malo.

Mi marido me dio la bienvenida en el aeropuerto de Los Ángeles y dijo: "Creo que sería mejor si fuéramos directamente allí. ¿Llevas contigo tu carne de conducir no? No dejarán que nadie atraviese las barricadas a menos que pueda demostrar que es residente. Ya ha habido tanto saqueo".

Mientras conducíamos por la autovía de la Costa Pacífica, ya no parecía una película de desastre surrealista. Todo fue muy, muy real. La devastación me dejó sin aliento.

Nos acercamos a lo que había sido nuestro hogar y respiré hondo para prepararme, pero nada realmente podía prepararme. Cuando llegamos al camino de entrada, todo lo que quedaba era madera negra y quemada, todavía humeante en algunos lugares, muchos escombros, y nuestra magnífica buganvilla de color magenta, intacta, fresca, en plena floración, luciendo tan vibrante y viva en contraste con la pila negra y recia de los restos de dieciocho años de vida familiar.

Había esperado estallar en lágrimas, pero en cambio me sentí profundamente callada, humilde y consciente de que este era un momento sagrado para mí, un momento precioso. No quería suprimir o entenebrecer lo que pueda haber sentido. Solo quería estar presente para lo que pudiera surgir.

Un profundo sentimiento de gratitud inexplicable me invadió. Me di cuenta de lo afortunada que era de tener una relación tan amorosa con

mi esposo y mi hija, y esto era, después de todo, lo único que realmente importaba. Todo lo demás era solo 'material'.

Cuando entramos en lo que había sido nuestra cocina, Don me advirtió que tuviera cuidado, ya que los suelos se habían quemado. Algunas piezas de madera ennegrecida permanecieron en pie, la nevera y el lavavajillas se habían derretido por completo, y el plástico se había fundido con el metal. Pude ver las señales de que cualquier cerámica que no se hubiera caído y roto ya había sido saqueada. Parecía de alguna manera extrañamente ridículo que la gente realmente aprovechara la pérdida de otra persona y robara a aquellos que ya tenían menos que nada.

Nada sobre los restos parecía ser lo que había llegado a conocer como nuestro hogar hasta que encontré una pieza de cerámica que los saqueadores se habían perdido. Era una taza que compré en ese centro espiritual. En él estaban escritas las palabras simples, "Ten fe, todo está bien". Me reí por dentro y me di cuenta de que me estaban dejando señales de que la gracia estaba definitivamente cerca.

Don y yo seguimos cavando entre los escombros, para ver si podría haber algún recuerdo u objeto de recuerdo que valiera la pena salvar. Sorprendentemente, un archivador de metal había caído sobre nuestro álbum de bodas forrado en cuero denso. Estábamos encantados de encontrarlo, y aunque las imágenes estaban parcialmente empapadas con agua, todavía estaban intactas. También me encontré con un botón de metal mal estropeado que un maestro me había dado una vez. En él estaban escritas las palabras: "Cuando la vida te dé limones, haz limonada". Parecía que me dejaban carteles en todas partes, y sonreí al pensar en cuánta limonada probablemente estaría haciendo.

Cada momento parecía precioso y conmovedor, en absoluto como había pensado que sería. Nos reímos de cuán mejor era la vista del océano ahora que no había paredes, y continuamos cavando entre los restos. De repente e inesperadamente, escuché una voz detrás de mí. Me di la vuelta y me encontré cara a cara con una gran cámara de televisión. Un periodista metió un micrófono debajo de mi boca y preguntó: "¿Te importa si te hago algunas preguntas?" Sorprendida y aturdida, murmuré: "Bueno, no ...

mientras no te importe que continúe con el trabajo ... Acabamos de llegar".

"Bueno, ¿cómo se siente ser víctima de este desastre?"

Sacudiendo la cabeza con incredulidad, ante la increíble insensibilidad de haberme hecho una pregunta como esa en un momento como este, no obstante, respondí suavemente: "Bueno, en realidad, no me siento víctima".

"Bueno, entonces, ¿cómo se siente ser sobreviviente de este desastre?"

La miré y dije en voz baja: "Bueno, en realidad tampoco me siento sobreviviente".

"Bueno, entonces, ¿cómo te sientes?" Finalmente, me había preguntado la primera pregunta verdadera.

"Bueno, sinceramente, lo que más siento en este momento es gratitud".

"¿Gratitud? ¿Cómo puedes sentir gratitud en un momento como este?"

Finalmente, dejé de rebuscar alrededor mía. Me di la vuelta y la miré directamente a los ojos. Pasó por mi mente cuando vi su rostro lo difícil que debe ser ser periodista. En voz baja dije: "Siento gratitud porque hoy estoy realmente consciente de que la mayoría de las personas con gusto incendiarían diez casas para experimentar el tipo de amor que tengo en mi vida, para tener una relación profundamente satisfactoria que tengo con mi marido y siento lo bendecida que soy de estar tan cerca de mi hija".

Señalando los escombros, dije: "Esto no es un desastre. Si está buscando un desastre, vaya a hablar con la mujer de ochenta años que vivía en la cima de esa colina. Ya nunca ve a sus hijos, y su casa era todo lo que le quedaba. Yo tengo cuarenta años. Tengo personas que amo y una carrera en la que me siento privilegiada de trabajar. No le dirías a un joven de dieciocho años: 'Oh, qué desastre, no tienes nada más que dos maletas en tus manos para comenzar la vida. Dirías: 'Tienes toda tu vida por delante'. Soy como ese adolescente. Puedo tener cuarenta años y no tengo ningún



seguro, pero tengo toda mi vida por delante. Entonces, esto no es un desastre”.

Le pidió al camarógrafo cortar, y en privado me preguntó si realmente me sentía así. Tenía lágrimas en los ojos. En silencio respondí: "Ya sabes, en un momento como este no se te ocurre inventar algo así. Hay mucha vulnerabilidad y humildad en un momento como este, y la verdad tiene una manera de hablar claramente ".

“Pero, ¿cómo puedes sentirte agradecida cuando sabes que tu casa es la única casa de playa que se incendió? No te hace sentir... ¿Por qué yo? ¿Por qué mi casa?” La vi indicarle al camarógrafo que comenzara a rodar de nuevo.

"Bien, déjame contarte la verdadera historia de esta casa. Diez minutos antes de que entraras, hablé con un bombero que dijo que estaba allí en el momento del incendio. Una ascua había volado por encima de la carretera, y aunque todo un escuadrón de bomberos estaba preparado fuera de mi casa, listo para apagar las llamas, no podían detenerlo porque los vientos de setenta millas por hora eran demasiado fuertes. Estaba fuera de su control. La casa se quemó hasta los cimientos en menos de cinco minutos. También me dijo algo más interesante. Dijo que toda la casa se incendió, excepto esta habitación de aquí, mi sala de meditación. Él dijo: "No sé de qué se trataba esa habitación, pero el fuego se detuvo allí".

"Si debido a esa habitación misteriosa, se salvaron todas las cabañas de playa vecinas. Si mi casa tuviera que ser sacrificada para poder salvar a todos los demás, bueno, eso es un pequeño precio cuando observas la imagen completa".

Con esta última respuesta, el periodista se quedó sin palabras, y al quedarse sin preguntas, ella y el camarógrafo empacaron en silencio y se fueron.

El bombero se detuvo más tarde y me preguntó qué era sobre esa habitación lo que la hacía tan especial. Parecía genuinamente perplejo. Ninguno de sus colegas en el equipo de bomberos había podido resolverlo.

"Bueno" Dije: "Hace poco construí esta habitación en la cubierta. Debido a que era mi sala de meditación, puse fotos de santos de varias tradiciones espirituales dentro de las paredes, mientras que estaba siendo construido. Ahora, no puedo explicar el misterio de por qué no se quemó, pero si el fuego se detuvo allí, lo único que puedo sugerir es que quizás de alguna manera había algo de gracia protectora. Realmente no puedo darte una respuesta, pero lo importante es que la casa de nuestro vecino, que está junto a la nuestra, quedó completamente intacta, desafectada por las llamas. Y por eso me siento agradecida".

"Bueno, si hubiera llegado a la casa de tu vecino, el fuego habría tomado todas las casas en esta franja de la playa de Malibu, porque de ninguna manera podríamos haberlo detenido". Sacudiendo la cabeza, agregó: "No creo en ese tipo de cosas, pero como bombero conozco mi negocio y me hace pensar".

A mí no me hizo cuestionar. Parecía que las señales de gracia estaban por todos lados. Y realmente, me había quedado con todo lo que realmente importaba: mi marido, mi hija y mi capacidad de ganar suficiente dinero para poner comida en nuestros estómagos y, finalmente, un techo sobre nuestras cabezas. Sobre todo, me sentí abundante, como si fuera bendecida con lo que realmente importaba en la vida, el amor mismo. O, al menos eso parecía en aquel momento.



## Capítulo 26

Pero la vida tenía algo más profundo que enseñarme sobre la verdadera naturaleza del amor.

Fue un año después del incendio. Nos instalamos en un nuevo apartamento en Malibú, al sur de toda la devastación, esta vez en una ladera con vista al mar. De alguna manera, la gracia parecía estar apoyándonos para que nuestras vidas comenzaran nuevamente desde cero. Muchas personas, incluso extraños, nos habían sido amables y generosos durante ese año. El amueblar nuestra nueva casa se había llevado cada centavo que teníamos, por lo que Don había escrito varias cartas al Servicio de Impuestos Internos solicitando que, como otros que perdieron sus hogares en los incendios, se nos pusiera en un plan de pago para pagar los impuestos que debíamos. El incendio había sido financieramente devastador y estábamos haciendo todo lo posible para recuperar nuestras vidas.

Don y yo habíamos estado trabajando fuera del país durante casi dos meses. Nuestros billetes aéreos permitieron una escala en la India, por lo que, con poco dinero y una oración, fuimos a visitar a un maestro

espiritual allí. Parecía que era hora de tantas lecciones: primero el tumor, luego el incendio, y cuando visitamos al maestro, sentí una profunda rendición y una sed insaciable por aprender lo que Fuente tenía que revelar o enseñarme.

Durante nuestra estancia, tuve una experiencia espiritual estrepitosa, un sentimiento de que mi 'olla había sido destrozada', mi propia identidad separada, todo lo que pensaba que era 'yo', mi ego, se había desmoronado. Lo que quedó fue pura conciencia brillando en todo, en todas partes.

En el viaje en avión a casa estaba viendo todo con ojos frescos, como si fuera la primera vez. Todo centelleaba como yo. No tenía ni idea de que lo que me esperaba por delante en Malibú terminaría reflejando mi experiencia de la India. Mi vida nunca sería la misma.

Cargando mis pesadas maletas al subir las escaleras a nuestro nuevo apartamento, cansada del largo viaje, todavía me encontraba viendo todo recién. El árbol de jade se veía tan exuberante; la planta de hielo en flor tan vibrante. Y cuando entré en el apartamento, abrí las puertas corredizas de vidrio y bebí el aire fresco del mar, llenando mis pulmones con el olor salado de las algas del océano, me pregunté si alguna vez había olido tan glorioso.

Miré detrás mía a la mesa de la cocina. Había una pila de correos apilados, lo que siempre me daba una '¡Bienvenida! Sí, has llegado a casa sintiéndote. Antes de desempacar nuestras maletas, revolví rápidamente la pila para ver si tal vez había buenas noticias de alguien. Cinco sobres muy llenos, dirigidos por el IRS y fechados en diferentes momentos, se encontraban entre las otras cartas. 'Genial', pensé. 'Deben haber finalmente respondido a Don y habernos puesto en un plan de pago '. Aunque generalmente dejaba las facturas para Don, me sentí extrañamente obligada a abrirlas yo misma.

Esperando buenas noticias, no estaba preparada para lo que leí. Sorprendida, pensé: 'Debe haber algún error. ¿Pueden realmente hacer esto? Acabamos de ser devastados por el incendio. Rápidamente abrí otra carta más reciente del IRS. Las mismas palabras, solo que más exigentes. Estaban tomando el cien por ciento de nuestros salarios y estaban congelando nuestras cuentas bancarias.

'¿Cómo es posible que, cuando lo has perdido todo en un incendio, el gobierno te quite incluso tu capacidad de poner comida sobre la mesa? ¿No se daban cuenta de que se llevaban todo lo que teníamos? Sentí que me habían dejado sin aliento.

"Don, necesitas mirar esto".

Me quedé aturdida en la mesa de la cocina, incapaz de pensar. Buscando algo que pudiera ser un poco más amigable para leer, desgarré la pila y encontré una carta de mi hija, Kelley. Ella siempre había sido mi alma gemela. Me enorgullecía del profundo respeto que nos teníamos la una a la otra: cómo podíamos contarnos algo y compartir incluso nuestros secretos más profundos. Sentí que la nuestra no era solo una relación especial de madre e hija, sino algo más notable. Su letra al instante me calentó el corazón, e hice un desastre abriendo el sobre, sin poder abrirlo lo suficientemente rápido.

Mi corazón se detuvo. Las lágrimas brillaron en mis ojos. Sus palabras me atravesaron. Escribió que mientras estábamos lejos, había pasado por algunos cambios dramáticos en su vida y, al mirar hacia atrás, sintió que Don y yo habíamos sido una influencia demasiado fuerte sobre ella. No quería tener más contacto con nosotros y no sabía cuándo lo retomaría. No dejó número ni dirección de reenvío.

Su noticia había salido de la nada, aparentemente de la nada. Realmente no podía imaginar lo que habíamos hecho o dicho; simplemente no tenía sentido.

Acabábamos de llegar a casa, y en cinco minutos parecía que todo nuestro mundo se estaba derrumbando a nuestro alrededor.

Dos días después, sin saber a dónde acudir, sin dinero para pagar un abogado que nos ayude y sin tener ni idea de a quién más preguntar sobre el IRS, Don y yo estábamos parados en nuestro dormitorio. Había una sensación en el aire de que todo estaba sobre ascuas, en terreno inestable. Bajo la tensión, el temperamento de Don pareció estallar, e inesperadamente me dijo que yo necesitaba "espabilarme" y despertar a lo que estaba sucediendo a mi alrededor, y no solo con las finanzas. ¿No sabía que se había enamorado de otra mujer? ¿No lo había descubierto todavía?

Me quedé allí con la boca abierta, absolutamente estupefacta. Finalmente, pensando que podría estar enamorado de alguien que ambos conocíamos, murmuré: "¿Quién? ... ¿Qué quieres decir? Enamorado de otra ¿mujer?... ¿Quién es?"

"Es alguien que conocí mientras estuve fuera el agosto pasado. Hemos estado apasionadamente enamorados desde entonces".

Aún sin comprender, pregunté estúpidamente: "¿Estáis involucrados físicamente?"

Me dio una mirada de '¿Debo explicártelo?' y dijo: "¿Qué pensaste que quería decir con 'apasionadamente'? Esto no es una cosa de una noche, Brandon. Es en serio. Ya hemos hablado sobre matrimonio.

Me quedé estupefacta, soplada de revés. No había visto signos ni pistas de nada. Era tan desprevenida, tan confiada. Los dos estábamos tan enamorados el uno del otro. Nuestro matrimonio me parecía tan vivo. No era como si tuviéramos un matrimonio muerto y vacío como tantos que había visto. Ambos todavía nos llamábamos nuestro "verdadero amor", y Don todavía tenía la capacidad de hacer que mi corazón saltara un latido cuando escuchaba su coche llegar.

El nuestro había sido un gran romance, un "amor legendario". Incluso el maestro espiritual en India había comentado sobre la rareza de la devoción que teníamos el uno por el otro y cómo fuimos un ejemplo extraordinario para todas las parejas. Siempre nos había visto tomados de la mano, juntos en mecedoras, aun profundamente enamorados el uno del otro hasta la muerte.

Era la única cosa en la vida de la que estaba absolutamente segura. Don y Brandon eran dos nombres juntos en piedra. Esto debe ser un error. Las palabras simplemente no coincidían con lo que sabía en mi corazón que era la verdad. No coincidía con lo que sabía que era la realidad: él me amaba más que a la vida misma, como yo a él.

La conversación continuó con los detalles mundanos mientras él me señaló todas las señales que yo, estúpida y confiadamente, había pasado por alto. Cuando salí a la sala de estar, parecía que todo el mundo, tal y como lo conocía, se había derrumbado a mi alrededor. Nada era lo que parecía. Ya nada era seguro ni real. Todo lo que había pensado de cómo era mi vida había sido despojado y no había

nada a que aferrarme, a dónde ir. Sentía como caída libre, caída libre en la nada. Sin paredes para agarrarme, y ningún lugar para aterrizar.

El tumor, el incendio, el IRS, sin dinero, el marido yéndose, Kelley desaparecida. ¿Había algo más que pensaba que era mi vida que podría ir? Fue como en India, cuando sentí que mi ego había sido destrozado. Aquí, mi identidad en el mundo tal como la conocía: madre, amada esposa, medios de vida, incluso mi capacidad de sobrevivir, había sido despojada. ¿No había nada seguro o permanente en este mundo?

Sintiéndome muy presente y agudamente consciente, me acerqué a la cocina para tomar un vaso de agua. Cuando pasé por la puerta de la nevera, una cita pegada allí me llamó la atención. Las palabras me arrestaron. Parecían saltar de la página: “Sepa lo que sea inesperado es un regalo de Dios, que seguramente le servirá si lo usa al máximo. Es solo aquello por lo que te esfuerzas con tu propia imaginación, lo que te causa problemas”. Lo leí tres veces. Las palabras me penetraron hasta el núcleo.

Mientras las miraba, supe que decían la verdad. Cada célula de mi cuerpo sabía que eran ciertas. La verdad misma sabía que la verdad estaba hablando. Y aunque no podía saber el misterio de lo que estaba sucediendo, lo único que podía hacer era confiar en que de alguna manera habría un regalo y que, si lo usaba plenamente, seguramente me serviría.

Una vez más, en medio de la catástrofe, los signos de gracia hablaban alto y claro. El tiempo se detuvo. Todo quedó en silencio, y una decisión profunda surgió desde adentro, una decisión de confiar en lo que estaba sucediendo sin importar qué. Fue una decisión saber con certeza que todo era de alguna manera un regalo de Dios y, aunque no podía entender completamente su misterio, supe a tiempo que el regalo se revelaría.

En esa decisión de confiar vino la rendición completa. Al rendirse, una presencia de amor llenó la habitación e impregnó todas partes. Estaba bañada en él, abrazada en él. Sin embargo, también sabía que era quien soy. Viva, centelleante, la presencia del amor estaba



en todas partes, y no había ningún lugar al que pudiera ir donde no estaba.

Fuente me había estado enseñando tan profundamente, usando mi vida como el aula. Con el tumor: no eres tu cuerpo. Con el fuego: no eres tus posesiones materiales. Con el IRS: no eres tu dinero o tu capacidad de sobrevivir. Con Kelley: no eres tus relaciones. Con Don: no eres el romance o el matrimonio. Eres este amor que está presente cuando todo lo demás va y viene.

Los cuerpos envejecen, se marchitan y mueren. Las posesiones se van, las relaciones se van, los estilos de vida se van, pero tú eres el amor que está presente cuando todo lo demás ha venido y se ha ido. Amor eterno. El único amor verdadero. Lo único que no puede venir y no puede irse. Este era el amado digno de ser fiel. Este era el único amor con el que valía la pena casarse. Hice un voto de que sería fiel a esta amada por el resto de mi vida. Haría de mi vida una oración interminable de gratitud al rendirme a este amor que está aquí cuando todo lo demás me ha abandonado.

Me recordó la historia 'Huellas':

Una noche un hombre tuvo un sueño.

Suñó que estaba caminando por la playa con el Señor. Al otro lado del cielo aparecieron escenas de su vida. Para cada escena, notó dos pares de huellas en la arena; uno le pertenecía a él y el otro al Señor.

Cuando la última escena de su vida apareció ante él, volvió a mirar las huellas en la arena.

Se dio cuenta de que muchas veces a lo largo del camino de su vida solo había un par de huellas. También notó que sucedió en los momentos más bajos y más tristes de su vida. Esto realmente lo molestó y le preguntó al Señor al respecto.

"Señor, dijiste que una vez que decidiera seguirte, caminarías conmigo todo el camino. Pero he notado que, durante los momentos más problemáticos de mi vida, solo hay un par de huellas. No entiendo por qué, cuando más te necesitaba, me dejabas.

El Señor respondió: "Mi precioso, precioso hijo, te amo y nunca te dejaría. Durante tus momentos de prueba y sufrimiento,

cuando ves un solo par de huellas, fue entonces cuando te llevé en brazos”.

Esta fue la primera vez que la historia realmente tuvo un verdadero significado para mí. Aquí, en los momentos más devastadores de mi vida, Fuente estaba aquí, cargándome, abrazándome. No dos, solo uno.

Don vino más tarde y me dijo lo que ya sabía que era verdad, que todavía me amaba profundamente y que estaba confundido. Tuvimos un problema emocional de larga data en nuestra relación que aún no se había resuelto y que lo preocupaba profundamente. También confió su confusión con su nuevo romance y suplicó que le diera tiempo para aclararse, que honrara los veinte años del amor que habíamos compartido.

Estuve de acuerdo e hice un voto secreto para mí misma de que no importaba lo que sucediera, no importaba lo doloroso que se volviera, no haría nada para manchar o tirar la santidad del amor que habíamos compartido. Sabía que existía la posibilidad de que él se fuera, y decidí que no iba a dejar que veinte años de un romance legendario se viesan estropeados por la pena y el dolor necesarios que tendrían que tener lugar. Permitiría que el dolor fuese dolor, y veinte años de belleza sigan siendo veinte años de belleza.

Al mismo tiempo, también me prometí a mí misma que no comenzaría a llamar a todos mis amigos y familiares para chismear sobre mí misma, atrayéndolos al drama, con el pretexto de tener que confiar. Sintió como un tiempo sagrado, un tiempo precioso, y no quería invitar el juicio de los demás y proyectar el dolor a lo que estaba siendo un tiempo de tremendo aprendizaje y apertura al pleno reconocimiento de lo que es el verdadero amor.

Así que me lo guardé, permanecí presente día a día, las emociones iban y venían en este vasto océano de amor que era omnipresente. El amor estaba presente, despierta, durmiendo, mientras comía, no me dejaría ni lo dejaría.

Y, sin embargo, todo el drama de la vida continuó en sus tumultuosas formas, incluso mientras me bañaba en esta presencia de amor puro.

Parecía que este amor no había sido tocado por ninguna emoción que lo atravesara ni por ninguna circunstancia que tuviera lugar. Era como descansar en un océano de amor en el que se desarrollaba todo el drama de los peces y, sin embargo, el océano permanecía intacto.

Don prometió que sería abierto conmigo y que compartiría conmigo lo que realmente estaba pasando en su corazón. Y aunque fue doloroso permanecer abierta mientras veía a mi esposo de veinte años llevando un romance a larga distancia en mi presencia, había un poder de ser absolutamente honestos el uno con el otro. Don era mi mejor amigo y sabía que era él en el que podía confiar en guiarme a través de este momento tan doloroso.

Se fue en un viaje de negocios y su nuevo amor se reunió con él mientras estaba allí. En su primera llamada telefónica, habló abiertamente sobre sus sentimientos, lo que estaba surgiendo en él. Todavía no estaba seguro de lo que significaba o hacia dónde lo llevaría. Curiosamente, la sincera honestidad me consoló, sintiendo que mientras tuviéramos una comunicación clara y abierta, habría verdad en lo que estaba ocurriendo.

Sin embargo, al final del fin de semana cuando llamó a casa, pude escuchar una cobertura muy clara en su voz. Se había caído un velo y la pura verdad abierta ya no estaba allí. Fuera del océano de quietud en el que descansaba, una gran ola de ira comenzó a surgir. Era diferente a todo lo que había experimentado. El poder de esto era casi abrumador, y mientras escuchaba sus tonos cubiertos, me enfurecí internamente: "¡Esto no está bien!"

La rabia era enorme y, sin embargo, parecía extrañamente impersonal. Ni siquiera parecía que 'yo' estuviera enfurecida, sino que la Verdad misma estaba enfurecida y tenía una fuerza vital propia. Colgué el teléfono y pude sentir el poder de la ira aún más, como si un volcán estuviera listo para explotar.

Todavía descansando en Fuente, me senté en mi cojín de meditación. Las palabras, "¡Esto no está bien!" explotaron de mi boca. Había tenido un tumor porque no podía estar presente y permitirme sentir lo que estaba sucediendo emocionalmente. Bueno, esta es una vez que no voy a volver a suprimirlo. No voy a crear otro tumor. Me

voy a sentar aquí y permitirme sentir esta ira por completo. Voy a estar absolutamente presente en ello.

Repentinamente, comencé a sentir un dolor en la base de mi columna vertebral y en el área de mi ingle. Mientras me sentaba, sentí que la rabia se convertía en una llama ardiente y candente que comenzó a arder en mi cuerpo. Subió por mi vientre hasta mi estómago, dejándome roja y transpirando a raíz de su fuego. Continuó subiendo por mi pecho y dentro de mi garganta, y finalmente pareció salir por la parte superior de mi cabeza.

La llama blanca había purificado mi cuerpo, y me senté allí sudando, ardiendo en libertad, en profunda quietud. Luego vino la siguiente ola de emoción: un dolor y una pérdida como nunca antes había experimentado. Una vez más, estuve totalmente presente y permití que se sintiera su plenitud. Me doblé de dolor. También fue seguido por una quietud, y luego vino la siguiente ola de dolor: angustia. Me encontré acurrucada en posición fetal mientras se derramaba por mi cuerpo. Luego, una vez más, silencio. Llegó la próxima ola. Cada emoción imaginable abrió paso a través de mi cuerpo.

El proceso duró seis días completos. Perdí cinco kilos de peso. Al final, me dejaron limpia.

La pena y la pérdida se habían acabado por completo en tan solo seis días. No sabía que el permitir que la pura emoción atravesara el cuerpo podría ser tan doloroso, pero lo que aprendí fue que, si estás completamente presente en él, si lo acoges, no hay dolor, no importa cuán profundo sea que no se pueda terminar así de rápido.

Me dejaron en una estela de paz que todavía sigue conmigo hoy. Posteriormente escuché decir en círculos espirituales que, si estás totalmente presente en el dolor, todo el dolor terminará en siete días. No hay dolor tan grande que deba durar más que eso. El dolor se prolonga, ya sea porque no dejamos que surja del todo, o peor, porque lo superamos creyendo nuestro dictamen social de que tiene que durar más tiempo.

Todo esto había tenido lugar, y aún la presencia de amor en la que descansaba no había sido tocada por ella. Incluso en la profundidad de la angustia, el amor estaba allí. Era como si el cuerpo tuviera que pasar

por este profundo y poderoso proceso de soltar, a pesar de que "yo" estaba identificada con el amor mismo. El amor permaneció cuando todo lo demás se fue.

Y así fue durante los siguientes meses: amor presente, mientras el drama de la vida continuaba. Finalmente, llegó un punto en el que le dije a Don: "Debes decidirte. Estoy entregada a cualquier decisión que tomes. Solo quiero un lugar para entregar mi vida. Si vamos a seguir casados, déjame dar mi vida a eso, o si voy a estar soltera, déjame dar mi vida a eso, pero por favor, dame un lugar para rendirme".

Dijo que necesitaba tiempo para guardar silencio y realmente aclararse, ya que lo estaba obligando a tomar su decisión antes de que estuviera realmente listo. Iba a Hawái para un seminario y prometió que, mientras estuviera allí, se quedaría quieto y tomaría una decisión.

Al salir por la puerta, miré sus ojos doloridos. Estaba claro que esto también era lo más difícil por lo que el había pasado en su vida, y dijo en voz baja: "Sé que esto suena como una mierda, pero debajo de todo, he tenido este sentimiento incesante y profundo que estoy haciendo todo esto para ti. No sé a qué me refiero con eso, pero eso es lo que se me viene a la mente".

Le respondí que tal vez tenía razón, y cuando cerró la puerta algo dentro de mí sabía que era verdad. No sabía cómo, pero sabía que era verdad.

Mientras Don estaba en Hawái, seguí descansando en la conciencia, la vida aún sucedía bañada de amor. Me di cuenta de que desde el día de "Esto no está bien", había tenido una sensación persistente que me roía las tripas. Todas las mañanas, justo cuando me despertaba, podía sentir mi barriga revolverse. Cuando finalmente me pregunté: "¿Qué estoy sintiendo realmente?" interiormente escuché la simple palabra 'traición'. La pena, la pérdida y el dolor habían terminado por completo, pero la sensación de traición todavía me perseguía.

Decidí que era hora de llamar a mi amiga cercana, Vicki, y finalmente hacerle saber todo lo que estaba sucediendo. Sabía que necesitaba un proceso de Viaje Emocional a lo grande y, como todavía estaba enganchada al tema de la traición, esperaba que ella estuviera dispuesta a ayudarme.

Cuando escuchó la noticia, dijo: "Por supuesto, Brandon. Ven hoy. Trae el guión de Viaje emocional contigo, estoy un poco oxidada. No he hecho uno en mucho tiempo y este es un asunto bastante grande".

Mientras nos sentábamos allí para el proceso, mi barriga comenzó a revolotear. Realmente no sabía con qué me encontraría. Había estado tan presente en todas mis emociones, pero no podía entender por qué esta en particular no dejaba de fastidiarme.

Casi no tomó tiempo pasar por las capas, y cuando llegamos a la hoguera, Vicki dijo: "Bueno, como este es un problema actual, ¿realmente necesitas hablar con Don a los siete años de edad? La niña de siete años ni siquiera conocía a Don.

"No lo sé. Ella debe estar aquí por alguna razón. Supongo que no puede doler. Jolín, me sorprendió. ¡No era la yo presente que se sentía traicionada en absoluto! Era la yo más joven la que estaba tan molesta. Me había prometido a mí misma a los siete años que un día me casaría con mi Príncipe Azul y estaríamos locamente enamorados y viviríamos felices para siempre hasta el día de nuestra muerte. Mi yo más joven se sentía abatida porque su romance de libro de cuentos había sido destrozado.

Un profundo sentimiento de desilusión y pérdida se produjo cuando se rindió a la verdad de que el romance había terminado. La yo más joven lloró lágrimas de rendición y dijo algo totalmente inesperado: "Fui yo quien me traicioné. Yo creí que los cuentos de hadas se podían hacer realidad y te odié por demostrarme que estaba equivocada, pero en realidad fui yo quien inventó la historia en primer lugar. Yo fui la que estableció su residencia y vivió en el cuento de hadas".

Cuando ella perdonó, supe que el romance del libro de cuentos se había terminado. Me dejó en la tierna y dulce estela de la realidad misma. Pensé: '¿No es asombroso? Aquí estoy, descansando en este océano de amor, y aun así este viejo problema necesitaba ser resuelto. ¡Gracias a Dios por el proceso de el viaje! Cuando terminé, me sentí plenamente y completamente libre, y he permanecido así desde entonces.

Al final, Don decidió seguir adelante y casarse con su nueva amada. Yo fui liberada para comenzar mi vida de nuevo, y esta vez finalmente había aprendido lo que Fuente había estado tratando de enseñarme: nada de lo que puedas hacer puede darte este amor. Ninguna carrera te lo puede dar; ninguna cantidad de servicio puede hacerle saberlo; ningún amante, pareja o familia puede lograrlo; ninguna casa, automóvil o pertenencia material puede comprarlo por ti. Nada ni nadie te lo puede dar, porque es quien ya eres. Eres el amor que has estado buscando.

Resultó que Don tenía razón. No me di cuenta de que él sería quien haría realidad mi oración más profunda y sincera. Diez años antes de que comenzara toda esta historia, había asistido a un seminario en el que descubrí el propósito de mi vida. Este propósito lo memoricé, inscribí en mi corazón e hice lo mejor que pude para vivirlo cada día: "El propósito de mi vida es ser pura alegría y ayudarme a mí misma y a los demás a descubrir nuestra grandeza, nuestro ser divino".

Cada día expuse esa intención, y mi oración finalmente había sido respondida. Había descubierto lo que era la verdadera alegría y finalmente había descubierto lo que era la verdadera grandeza, el ser divino. Don había sido un vehículo usado en la respuesta a mi propia oración más profunda.

Tenía que descubrir por mí misma qué es el amor y lo qué no es el amor, para descubrir mi grandeza innata. De lo que no me di cuenta es que él me dejó libre para hacer lo que ahora estoy haciendo, porque desde su despedida finalmente he podido dedicar toda mi vida a servir a la Verdad.

Gran parte de mi energía y devoción se habían centrado en él y en su carrera. Ahora era libre de dar todo mi amor para servir a la humanidad al despertar a la libertad y el amor que es lo que realmente somos. Hoy estoy sentada aquí, escribiendo este libro, porque finalmente fui liberada para hacer lo que había sido el deseo más profundo de mi corazón. Estoy viviendo el propósito de mi alma.

Kelley finalmente se puso en contacto conmigo un año después y vino a su primer seminario de El Viaje en Londres. Hubo muchas lágrimas de alegría y renovación de nuestro profundo amor, y un

año después tuve el privilegio de estar allí con ella cuando dio a luz a nuestra hermosa nieta, Claire Grace.

Desde entonces, he estado de gira dando talleres de El Viaje en todo el mundo. A medida que crecía el viaje, descubrí la necesidad de contratar a un socio. Con el tiempo, muy lenta y dulcemente, un suave romance se apoderó de nosotros. Y Kevin y yo nos casamos en Maui, en enero de 1998.

Su compromiso de servir a la Verdad es igual al mío, y juntos estamos profundamente satisfechos en el conocimiento de que el amor no se puede dar ni recibir. Es lo que eres. Y aun así, es una gran alegría celebrar la vida juntos en este océano de amor.

En definitiva, la vida es el verdadero Viaje.





## Capítulo 27

### Tu viaje comienza

Muchas personas vienen a El Viaje con desafíos físicos como fatiga crónica, esclerosis múltiple, tumores, cáncer, artritis, dolor de espalda crónico, alergias, enfermedades de la piel, enfermedades cardíacas o dolor agudo de rodilla. Pueden tener problemas con el sueño o haber sido diagnosticados con depresión crónica o tal vez se sienten apáticos o letárgicos. Otros vienen con problemas emocionales, como ira debilitante, mayor sensibilidad a las críticas, o tienen baja autoestima. Algunos vienen porque temen hablar en público o tienen problemas con la dilación, la ansiedad o el estrés. Otros tienen problemas con fumar, beber o consumir drogas. Muchos vienen porque sienten que no pueden resolver el dolor o la pérdida en su vida, o tal vez tienen un bloqueo sexual que les impide ser íntimos. Y otros vienen simplemente porque sienten que falta algo: que debe haber más en la vida, y sienten una grandeza a la cual simplemente no pueden acceder.

Una gran cantidad de personas vienen porque saben que son capaces de lograr grandes cosas y, sin embargo, algo las frena: un saboteador

silencioso parece impedirles alcanzar el tipo de abundancia y éxito de la que simplemente saben que son capaces.

En cada uno de estos casos, las personas han logrado llegar al núcleo de su problema, ya sea emocional o físico, y han tenido éxito en liberarse. Han participado en su propio proceso de curación.

Y, además, lo que se llevan a casa es algo muy profundo y aún más invaluable que la curación. Se van a casa sabiendo quiénes son realmente. Se dan cuenta de que todos estos desafíos emocionales y físicos en realidad han resultado ser los mejores regalos de sus vidas porque sirvieron como una llamada de atención. Y de lo que se despiertan es de la inmensa belleza de su propia alma. Se despiertan ante la presencia del amor que siempre ha estado escondido en secreto en sus corazones. Vienen para curarse, y se van con la realización, el conocimiento de que el Reino de los Cielos ciertamente habita por dentro.

Con todo mi corazón rezo para que este libro te haya dado una llamada de atención. Espero que todas las historias inspiradoras de autodescubrimiento enciendan una llama de anhelo en tu propio corazón y te hagan emprender tu propio viaje espiritual.

Te deseo lo mejor y rezo para que encuentres una profunda paz y libertad en cualquier viaje que tu corazón llame, y tal vez algún día pueda tener la alegría de conocerte en uno de los seminarios, o tal vez te sientas inspirado para pasar este libro a un amigo para que cada corazón humano pueda tomar conciencia de su propia grandeza.

Que descubras la presencia del amor, que es tu verdadero ser, y vivas como una verdadera expresión de Libertad.

En todo amor

Brandon

¡Que la Fuente te acompañe!

# TU INVITACIÓN DESDE BRANDON

Querido Lector,

Realmente espero que hayas disfrutado compartiendo mi experiencia de El Viaje y su magia. Esto es, sin embargo, una experiencia. Uno que es diferente para todos.

Es real. Está cambiando la vida de las personas, y lo ha hecho durante más de 25 años. Sin embargo, millones de personas como usted aún no lo han probado por sí mismos.

Es por eso que me gustaría extenderles una sincera invitación hoy.

Ven y únete a mí o a uno de nuestros presentadores en uno de los muchos eventos en directo, o en nuestros cursos en línea, para que puedas experimentar todo lo que he compartido en estas páginas ... Para realmente 'obtener' El Viaje, de adentro hacia afuera.

Experimentará de manera directa las poderosas herramientas de curación que durante más de dos décadas y media han cambiado la vida de las personas para mejor.

Ir [www.thejourney.com/book-bonus](http://www.thejourney.com/book-bonus) para descargar sus bonos gratis y obtener más información.

## EVENTOS DE VIAJE: INFORMACIÓN Y RECURSOS

### **El Viaje Intensivo**

## **Herramientas Reales - Curación Real - Libertad Real**

¿Desea relaciones más satisfactorias con sus seres queridos, mayor satisfacción en su carrera, mejor salud y bienestar, crecimiento espiritual?

El Viaje Intensivo con Brandon Bays es un taller experimental de tres días que le brinda las herramientas para realizar los cambios de vida necesarios para avanzar de manera saludable. Muchos participantes describen el taller como la "experiencia más transformadora" de sus vidas. Partiendo de la experiencia directa y personal y compartiendo su inspiradora historia de curación y desarrollando este trabajo transformador de vida, Brandon le guiará paso a paso a través de su propio viaje personal, enseñándole el Método del viaje que ha transformado la vida de cientos de miles de personas de todo el mundo.

Durante el fin de semana intensivo de El Viaje, con el apoyo de un equipo altamente experimentado de personal, entrenadores y practicantes de El Viaje, aprenderá las técnicas de El Viaje. Siguiendo procesos paso a paso, llegarás a la causa raíz de problemas de larga duración y te pondrás en contacto con tus propias emociones, emociones que puedes haber encerrado, adormecido o negado durante muchos años debido a experiencias pasadas o circunstancias actuales tales como estrés, depresión, problemas en relaciones, desequilibrio laboral / vital, enfermedad –permitiendo la posibilidad de curación física y emocional.

### **Usarás herramientas para:**

- Acceder a tus verdaderos sentimientos.
- Aprender a lidiar sanamente con tus emociones.

- Descubrir y eliminar bloqueos y limitaciones que te mantienen atrás.
- Encontrar conclusión y liberarte de años de equipaje pesado que te ha estado agobiando.
- Reconectar con tu ser auténtico, tu verdadero potencial.

### **Experimentarás:**

- Historias inspiradoras de enseñanza.
- Visualizaciones guiadas y meditaciones.
- Trabajo grupal práctico.
- Proceso de trabajo uno a uno, con un compañero de su elección.
- Cómo de fácil es acceder a la sabiduría infinita de tu cuerpo.

### **Al final de los tres días, te irás:**

- Habiendo aprendido herramientas sencillas y repetibles para usar en tu vida diaria
- Habiendo experimentado de primera mano los beneficios de haber liberado los problemas almacenados.
- Habiendo soltado equipaje emocional.
- Sintiéndote libre, energizado e inspirado para seguir viviendo tu vida con tu verdadero potencial.
- Con apoyo continuo a través de reuniones locales de graduados y futuros programas, tanto presenciales como en la web.

Para descubrir las fechas de nuestros Intensivos de El Viaje en todo el mundo, visítenos en [www.thejourney.com](http://www.thejourney.com)

El Viaje Intensivo es un evento profundamente transformador que te da la libertad de vivir tu vida como siempre soñaste que sería. Has leído la historia de Brandon. ¡Ahora esperamos que se sienta inspirado para experimentar su propia transformación emocional y física y unirse a nosotros en nuestro próximo evento!

# EL PROGRAMA DE FORMACION COMO TERAPEUTA ACREDITADO® DE EL VIAJE

¿Estas listo@ para el siguiente paso? ¡Entonces date el regalo de tu vida!

Deseche las fórmulas y realice un profundo proceso de transformación de la vida. El Programa Formación como Terapeuta Acreditado de El Viaje® es una serie de retiros que le enseñarán cómo trabajar y vivir enérgicamente en la conciencia, al nivel más profundo, con usted mism@, sus seres queridos o sus clientes. Aprenderá a descubrir su propia curación más profunda mientras se convierte en un facilitador competente en un entorno profesional.

Hay siete cursos diseñados para transformar y sanar cada área de su vida y lo capacitará para:

- Traer a casa a la grandeza dentro de ti, a vivir en la realización como una verdadera expresión de tu máximo potencial.
- Liberarte y manifestar los deseos de tu corazón despejando a tus sabotadores silenciosos.
- Eliminar los bloqueos emocionales y los desafíos físicos. que te impiden vivir la vida plenamente
- Trabajar con personas de todas las edades, de todos los ámbitos de la vida.
- Descubrir problemas centrales y llegar a la causa raíz de lo que te bloquea
- Aprender a trabajar enérgicamente al nivel más profundo con sus clientes en una gran variedad de problemas: desde enfermedades físicas hasta adicciones y obsesiones, hasta depresión y ganchos emocionales como ira, miedo, baja autoestima y problemas de relación y bloqueos sexuales, de abuso y encierre.
- Vive el Propósito de tu Vida guiado por tu propia esencia y ayuda a otros a descubrir su Propósito de la Vida.

El Programa de Entrenamiento para Practicantes es el programa más profundo que ofrecemos y es probablemente uno de los programas para practicantes de auto curación más profundos del mundo. Lo mejor de ser terapeuta es saber cómo vivir una vida guiada de significado, propósito, integridad y alegría profunda.

Como dijo un terapeuta de El Viaje:

"Cómo poner en palabras las historias de curación usando El Viaje, como compartir sobre las herramientas maravillosas, y únicas que ofrece El Viaje? ¿Dónde empiezo? ¿Cómo empiezo a compartir lo que para mí es algo cotidiano? Todos los días soy testigo de una transformación profunda y duradera. Veo personas que se liberan de episodios de depresión, alergias, ansiedad, dolor, baja autoestima, trastornos del estado de ánimo debilitantes y dolencias físicas, como hipertensión arterial, SII, migrañas, ¡incluso cáncer!

¿Cómo describo lo 'indescriptible'? ¿Debería hablar sobre la persona que se limpió de cáncer de seno en solo dos procesos? ¿O el que sufrió impotencia sexual durante todo el tiempo que pudo recordar y pudo reanudar una vida sexual normal nuevamente después de solo dos sesiones? ¿O debería hablar de la persona que sufría ataques de pánico y no podía dormir, pero sintió un alivio y un cambio instantáneos después de la primera sesión? O ¿Tal vez podría hablar de la mujer que fue totalmente incapaz de dejar atrás una angustia pasada hasta el punto de volverse obsesiva y fue capaz de perdonar y seguir adelante? ¿O sobre la mujer que no pudo atender a su madre moribunda en los últimos días de su vida, y fue capaz de superar sus miedos en una sesión y luego fue capaz de dejarla ir en paz mientras sostenía su mano? ¿O sobre los que sufrían de fibromialgia hasta el punto de tener un dolor constante y que ahora están libres de dolor? ¿O hablo de mí misma, finalmente liberada de la voz implacable, dura, sutil y crítica que me mantuvo sintiéndome nunca "lo suficientemente buena" e indigna, sin importar lo que hice o cuánto éxito tuve?

Como puede ver, estoy asombrada de lo que presencié y estoy muy, muy humillada por ello”.



## NOTA DEL AUTOR

Este libro está escrito para inspirarte a reconocer y realizar la grandeza que yace dentro de todos nosotros, para señalar la posibilidad de que participar en nuestros propios viajes de curación es un regalo que podemos darnos a nosotros mismos. Es una llamada de atención a la libertad y la integridad que ya están dentro.

NO está diseñado para alejarlo de cualquier camino de curación o programa de salud en el que se encuentre, ya sea médico ortodoxo o complementario. En cambio, está destinado a mejorar y respaldar su propio crecimiento y proceso elegido. Debería sentirse libre de usar este trabajo con gracia junto con cualquier camino de curación en el que se encuentre.

En el campo de la curación, no hay garantías, y hay tantas rutas para la curación y la salud como personas. Con suerte, las palabras en este libro le inspiraren y le apoyarán en cualquier camino que elija.

Si su corazón se siente llamado a saber más sobre este trabajo, o para conocer cualquiera de nuestros productos de apoyo o talleres de El Viaje, no dude en llamar a una de nuestras oficinas en todo el mundo. Hay personas que estarán encantadas de responder sus preguntas. Además, puede encontrar más información sobre nuestro programa de seminarios internacionales y todos los datos de contacto que necesita para ser apoyado mientras embarca en su viaje en nuestro sitio web [www.thejourney.com](http://www.thejourney.com).

Deseo que sus viajes elegidos estén llenos de la alegría del autodescubrimiento e integridad, y que descubra la extraordinaria belleza de tu propia alma.

# GRATITUD

Mi gratitud hacia mi madre por su creencia en mí y por transmitirme su gran amor por la belleza y la naturaleza.

Mi amor y gratitud hacia equipo de The Journey (El Viaje): Gaby, Cliff, Michal, Daniel, Jane, Claire, Arnold, Bettina, Alexandra, Bet, Annette, Skip, Sharon, Patricia, John, Lydia y todos los equipos de oficina a nivel mundial, por su constante amor y apoyo. Agradezco a todos los Practicantes (Terapeutas) de Viaje en todo el mundo que utilizan este trabajo para servir a la humanidad: ustedes son las antorchas.

Mi corazón está profundamente agradecido con los maestros despiertos que me despertaron y que dedicaron sus vidas al servicio de la verdad, señalando la grandeza dentro de todos nosotros: Krishnamurti, Ramana Maharshi, Gurumayi, Gangaji. Y eterna endeuda y amor a HWL Poonja (Papaji) por 'romper la olla', destruir el concepto de identidad separada, dar la realización directa del Ser, la esencia de este libro. Que mi vida se viva como una oración interminable de gratitud al servicio de esto que se revela en su presencia.

Y mi más profundo agradecimiento a mi compañero, Kevin, cuya propia devoción a la verdad me ayudó a crear y editar este libro. Él cree apasionadamente en el mensaje del libro, y su deseo de servir a la humanidad le hizo someter el libro a la lupa de la verdad. Aseguré de que tuviera los más altos estándares de pureza y honestía.

Gracias a los cientos de miles que han usado The Journey (El Viaje) para transformar sus vidas, y a las almas valientes y generosas cuyas historias inspiradoras llenan este libro (algunos de sus nombres han sido cambiados para proteger su privacidad).

Lo más importante, mi gratitud a la Verdad misma por despertarme al amor y la grandeza interior.

