

## DUODÉCIMO TESTIMONIO

Diagnóstico: la muerte, el traspaso

Sexo: cualquiera

No quiero cerrar este capítulo sin antes mencionar **mis** vivencias con ciertos seres humanos. Son personas que nos dejan, que han llegado a mí para que *haga algo*, los ayude y que por su trayectoria física y su cronómetro de vida, ya están entrando en la recta final de su contrato aquí en la tierra. Tan solo son personas que nos adelantan unos pasos y llegan antes al fin del camino.

Suelen pedir dos cosas: que se les ayude a no tener miedo y a estar en paz consigo mismos.

Al principio, y hablo por mí, siempre pensaba, en cómo abordar esta situación. Ellos acuden al terapeuta emocional para que les sean transmitidas las herramientas adecuadas para vaciar su mochila al máximo *antes de partir*. Al principio, yo tenía la sensación que me faltaban días, horas. Quería transmitir todo aquello que yo había aprendido con los años, en unas pocas semanas con la esperanza que saldríamos de ese tsunami.

Hasta que un día me di cuenta de dos cosas.

Una fue a través de una reflexión. "Anna, me dije, cuidado, si lo tienes ahí enfrente recuerda que tú también debes aprender algo de ese proceso; sólo transmítele lo que te pide y tú recoge sus enseñanzas para aprender de ellas".

Dos: "no pierdas el tiempo pensando en qué hacer, sino en cómo hacer: si quieren paz, da paz, si quieren calma, da calma, si quieren vaciar que vacíen perdonando y que se liberen de su carga al máximo".

De la primera reflexión saque una enseñanza que me acompañe a todas partes. Y es, si vale la pena convivir toda la vida con la rabia, el rencor, la malicia, la maldad, el egoísmo, la ira, los juicios a los demás, y llevar encima mil y un disfraces, según el momento.

O bien, ser uno mismo con todo lo que somos, con virtudes y defectos.

Hace mucho tiempo que decidí *ser yo misma*. Hazlo tú también.

De la segunda reflexión, puedo concluir que el camino que conduce a la liberación, al vacío, al desapego, de nuestros patrones y creencias de lo que constituye nuestra mochila, es el *perdón sin condiciones*.

Gracias a todos de corazón