

Colin Tipping

# El perdón radical

*Un proceso revolucionario en cinco etapas para:*

- *Sanar las relaciones personales*
- *Soltar la ira y la culpabilidad*
- *Encontrar la paz en cualquier circunstancia*



EDICIONES OBELISCO

# Índice

Agradecimientos .....	9
Introducción .....	11
PRIMERA PARTE. Una sanación radical .....	15
<b>Capítulo 1:</b> La historia de Jill .....	17
SEGUNDA PARTE. Conversaciones en torno al perdón radical .....	39
<b>Capítulo 2:</b> Supuestos básicos. ....	41
<b>Capítulo 3:</b> Mundos separados .....	45
<b>Capítulo 4:</b> Rendir cuentas. ....	59
<b>Capítulo 5:</b> La terapia del perdón radical .....	65
<b>Capítulo 6:</b> Los mecanismos del ego .....	71
<b>Capítulo 7:</b> Escondites y chivos expiatorios .....	79
<b>Capítulo 8:</b> Atracción y resonancia .....	87
<b>Capítulo 9:</b> Causa y efecto .....	91
<b>Capítulo 10:</b> Misión <i>perdonar</i> .....	97
<b>Capítulo 11:</b> Transformar el arquetipo de víctima .....	109
<b>Capítulo 12:</b> El ego contraataca .....	115
<b>Capítulo 13:</b> Tiempo, medicina y perdón .....	119
<b>Capítulo 14:</b> Arriba como abajo .....	133
TERCERA PARTE. Supuestos ampliados .....	139
<b>Capítulo 15:</b> Artículos de fe .....	141

CUARTA PARTE. Herramientas para el perdón radical . . . . .	155
Capítulo 16: Un método espiritual . . . . .	157
Capítulo 17: Las cinco etapas del perdón radical . . . . .	163
Capítulo 18: Fíngelo hasta conseguirlo . . . . .	167
Capítulo 19: Sentir la pena . . . . .	171
Capítulo 20: Bloquear la historia . . . . .	179
Capítulo 21: La plantilla de trabajo del perdón radical . . . . .	187
Capítulo 22: Cuatro pasos hacia el perdón . . . . .	215
Capítulo 23: Reconocer a Cristo en el otro . . . . .	219
Capítulo 24: Tres cartas para el perdón . . . . .	221
Capítulo 25: Rituales para el perdón . . . . .	223
Capítulo 26: El perdón artístico . . . . .	225
Capítulo 27: Trabajo de respiración Satori . . . . .	229
Capítulo 28: La carta de liberación . . . . .	233
Capítulo 29: La rosa del perdón . . . . .	235
Capítulo 30: Velatorio para el niño interior . . . . .	237
Conclusión . . . . .	241
Otros recursos . . . . .	247
Acerca del autor . . . . .	249

*A la memoria de*

*Diana, Princesa de Gales,  
quien demostró el poder transformador del Amor,  
abrió el chakra del corazón de Gran Bretaña  
y el de muchas personas en el mundo.*

## Agradecimientos

**A**nte todo, deseo expresar mi gratitud y amor a mi esposa JoAnna por creer en mí y apoyarme de manera incondicional en la escritura de este libro, incluso cuando los tiempos se pusieron difíciles. También tengo una deuda especial de gratitud con mi hermana Jill y mi cuñado Jeff por permitirme publicar una historia muy personal que añade valor a este libro. Asimismo doy las gracias a la hija de Jeff, Lorraine, y a mi propia hija, que también se llama Lorraine, por el mismo motivo, así como a todos los miembros de la familia de Jill y de Jeff que aceptaron leer el libro y ver lo mejor en cada uno de los protagonistas de «La historia de Jill».

Agradezco a mi hermano John, testigo del despliegue de esta historia, su paciencia y apoyo; a Michael Rice en particular su inspiración y participación para la creación de la primera versión de la plantilla de trabajo para el perdón y doy las gracias a Michael Patent por iniciarme en las leyes espirituales.

Numerosas personas han contribuido de manera significativa a la creación de este libro y a la divulgación del mensaje del Perdón Radical, y doy gracias cada día por cada una de ellas. Gracias a todos mis diplomados del Instituto de Perdón Radical que lo viven y lo logran en su vida personal y como instructores. Gracias especiales a Debi Lee por permitirme contar su historia al mundo y a Karen Taylor-Good cuyas canciones y voz añaden un tono excepcional y maravilloso a todos mis talleres, y más aún cuando lo hace en vivo. Mi aprecio más profundo para mis colaboradores y colegas del Radical Forgiveness Therapy and Coaching Inc. Finalmente, expreso mi amor y gratitud a mi madre y a mi padre por elegir tenerme y aceptar mi petición de encarnarme gracias a ellos.

## Introducción

*E*n cualquier dirección en la que miremos, en los periódicos, la televisión e incluso en nuestro entorno, vemos flagrantes ejemplos de víctimas. Leemos, por ejemplo, que al menos cuatro de cada cinco adultos en Estados Unidos sufrieron maltrato físico o abusos sexuales durante su infancia. Los informativos confirman que las violaciones y los asesinatos están a la orden del día en nuestra sociedad y los delitos contra las personas y la propiedad se multiplican. Constatamos que la tortura, la represión, la encarcelación, el genocidio y los conflictos armados se producen a gran escala.

Desde que empecé a dirigir talleres de perdón, retiros para enfermos de cáncer y seminarios en entorno laboral a principios de los años noventa, he tenido ocasión de escuchar tantas historias terribles de personas corrientes que estoy convencido de que no existe un solo individuo en el mundo que no haya sido víctima grave al menos una vez, y víctima leve más veces de las que puede recordar. ¿Y quién de nosotros puede afirmar que nunca ha juzgado con severidad a otra persona por su infelicidad? Para la mayoría si no todos condenando es como vivimos.

El arquetipo de víctima tiene raíces profundas en el ser humano y ejerce un gran poder sobre la conciencia colectiva. Durante eones hemos representado nuestro papel de víctima en todos los aspectos de nuestra vida, convenciéndonos de que la conciencia de ser una víctima es fundamental en la condición humana.

Pero ha llegado el momento de hacernos la siguiente pregunta: ¿cómo podemos dejar de construir nuestra vida sobre este modelo y así deshacernos del arquetipo de víctima?

Para liberarnos de tan poderoso arquetipo debemos sustituirlo por algo radicalmente distinto; algo tan convincente y tan liberador para el espíritu que su magnetismo nos aleje del arquetipo del victimismo. Necesitamos un elemento que nos lleve más allá del drama de nuestras vidas para que podamos ver el lienzo entero y la verdad que, de momento, permanece oculta para nosotros. Cuando despertemos a esa verdad, comprenderemos el verdadero significado de nuestro sufrimiento y seremos capaces de transformarlo inmediatamente. A medida que nos adentramos en el nuevo milenio y nos preparamos para el próximo e inminente gran salto en nuestra evolución espiritual, es esencial que adoptemos un modo de vivir que no esté basado en el miedo, el afán de control y el abuso de poder, sino en el auténtico perdón, el amor incondicional y la paz. Es lo que entiendo por radical y, en definitiva, de eso trata mi libro, de ayudarnos a realizar esa transición.

Para transformar algo antes tenemos que vivenciarlo plenamente. Esto significa que para transformar el arquetipo de víctima, hemos de experimentar plenamente el victimismo. ¡No hay atajo que valga! Por lo tanto, necesitamos situaciones en nuestras vidas que nos permitan sentirnos victimizados y así poder transformar esa energía mediante el perdón radical.

La transformación de un patrón energético tan fundamental como el arquetipo de víctima exige que muchas personas despierten y acepten que ésta es su misión espiritual; almas que poseen la sabiduría y el amor necesarios para llevar a cabo esa ingente labor. A lo mejor eres una de las almas que se ofrecieron voluntarias para esta misión, quizá sea la razón por la cual este libro te llama la atención.

Jesús demostró con contundencia lo que significa transformar el arquetipo de víctima, y estoy convencido de que espera paciente y amorosamente a que sigamos sus pasos. De momento, no hemos aprendido de su ejemplo precisamente porque el arquetipo de víctima está anclado con fuerza en nuestra psique.

Hemos ignorado la lección de auténtico perdón que Jesús nos enseñó y ésta es que no hay víctimas. Nos quedamos a medio camino intentando

perdonar y, al mismo tiempo, firmemente determinados a ser víctimas. Hemos convertido a Jesús en la suprema víctima. Esto no nos ayudará a avanzar en nuestra evolución espiritual. El verdadero perdón supone liberarse por completo de la conciencia de víctima.

Mi principal intención al escribir este libro era aclarar la distinción entre el perdón que perpetúa el arquetipo de víctima y el perdón radical que nos libera de él. El perdón radical nos propone el desafío de transformar por completo nuestra percepción del mundo y nuestra interpretación de los acontecimientos, con el fin de dejar de ser víctimas. Mi meta es ayudarte a lograr este cambio.

Reconozco que las ideas que presento pueden resultar muy chocantes para las personas que han sido gravemente victimizadas y están todavía inmersas en un gran dolor. Sólo te pido que leas con una mente abierta y que compruebes si después te sientes mejor o no.

Mientras escribo la introducción para esta segunda edición del libro, puedo decirte que los testimonios que me han llegado de mis lectores y de los participantes en mis talleres son sumamente positivos. Incluso personas que han sufrido muchísimo en el plano emocional durante años afirman que este libro ha tenido un efecto increíblemente liberador y sanador sobre ellas, y que los talleres les han transformado.

También ha resultado sorprendente y gratificante que «La historia de Jill» del capítulo I, haya generado sanaciones espontáneas en muchísima gente. Al principio, pensé que esa historia me serviría de hilo conductor para introducir los conceptos y las ideas en torno al perdón radical. Ahora reconozco que el Espíritu es sabio y que guió mi mano durante todo el camino pues recibo muchas llamadas, incluso de personas que aún están llorando de emoción tras leer la historia. Me dicen que se ven reflejadas en ella y sienten que su curación ya ha comenzado. Muchas siguen su impulso de compartir esa experiencia con otras personas, escribiéndola y reenviándola por correo electrónico desde la página web a sus amigos, familiares y colegas de trabajo. ¡Una maravillosa reacción en cadena!

Siempre agradeceré a mi hermana y a mi cuñado permitirme contar su historia y hacer este regalo al mundo.

Me siento abrumado por todas las respuestas que he recibido acerca del libro y para mí, cada vez, es más evidente que soy un instrumento del Espíritu para la difusión de este mensaje a fin de que todos podamos sanar, elevar nuestra vibración y volver a casa. Me inunda la gratitud por ser de utilidad en este sentido.

*Namasté*  
Colin Tipping

*Primera parte*

## Una sanación radical

---

# 1 La historia de Jill

*Nota:*

Para ayudarte a comprender lo que llamo Perdón Radical, te presento el fiel relato de cómo este proceso salvó el matrimonio de mi hermana Jill y cambió su vida. Desde entonces, el Perdón Radical ha tenido un impacto positivo en la vida de innumerables personas porque poco después de que a mi hermana le sucediera este episodio caí en la cuenta de que el proceso podía servir como un método de ayuda en sí, bastante diferente de la psicoterapia tradicional y del asesoramiento en relaciones personales.

Colin Tipping

En cuanto apareció mi hermana en el aeropuerto de Atlanta supe que algo iba mal. Nunca ha sabido ocultar sus sentimientos y era evidente que sufría emocionalmente.

Jill había volado desde Gran Bretaña a Estados Unidos en compañía de nuestro hermano John, al que yo no veía desde hacía dieciséis años. Él había emigrado de Inglaterra a Australia en 1972 y yo a Estados Unidos en 1984. Por lo tanto, Jill era y sigue siendo la única de los tres hermanos que reside en Inglaterra. John había estado en nuestro país y Atlanta era la última escala en su viaje de vuelta. Jill lo acompañó a Atlanta para

verme junto con mi esposa JoAnna durante un par de semanas y desde ahí despedirse de John que volvía a Australia.

Después de los primeros abrazos y besos algo apurados salimos hacia el hotel. Había reservado una noche de hotel para enseñarles la ciudad al día siguiente antes de llevarles en coche al norte de Atlanta, a nuestra casa.

A la primera oportunidad de conversación seria, Jill espetó: «Colin, las cosas no van bien en casa, Jeff y yo tal vez nos separemos».

A pesar de haber notado que mi hermana tenía algún problema esta noticia me sorprendió. Siempre me había parecido que, tras seis años, ella y Jeff eran felices en su matrimonio. Ambos habían estado casados anteriormente, pero esta relación parecía sólida. Jeff tenía tres hijos de su primera esposa, Jill tenía cuatro de su anterior matrimonio. El benjamín, Paul, era el único que todavía vivía en casa.

—¿Qué ocurre? —pregunté.

—Bueno, todo es bastante raro y no sé por dónde empezar —me contestó Jill—. Jeff se comporta de una manera muy extraña y no aguanto más. Hemos llegado al punto en que somos incapaces de hablar el uno con el otro. Esto me está matando. Se ha distanciado de mí y dice que es culpa mía.

—Háblame de ello —le dije, mirando de reojo a John, que me contestó entornando los ojos. Él había pasado una semana en casa de Jill y Jeff antes de volar a Atlanta, y por su reacción entendí que ya tenía su dosis de esta historia.

—¿Recuerdas a Lorraine, la hija mayor de Jeff? —preguntó Jill, y asentí—. Resulta que su marido se mató en un accidente de coche hace un año. Desde entonces ella y Jeff han desarrollado una relación muy extraña. En cuanto ella llama, él se vuelve zalamero, llamándola amor y se pasa horas hablando con ella en voz baja. Parecen dos enamorados en lugar de un padre y una hija. Si él está ocupado y Lorraine llama, lo deja todo para hablar con ella. Cuando viene a casa, él se comporta de la misma manera e incluso peor. Se atrincheran en una conversación seria y en un cuchicheo que excluye a todos los demás y en especial a mí. Es insoportable. Siento que Lorraine se ha convertido en el centro de la vida

de Jeff donde difícilmente queda lugar para mí. Me siento relegada e ignorada.

Jill volvió una y otra vez sobre el tema con más detalles sobre la extraña dinámica familiar que se había desarrollado. JoAnna y yo escuchamos con atención. Nos extrañamos abiertamente sobre las causas del comportamiento de Jeff y en general demostramos empatía. Le hicimos algunas sugerencias de cómo hablar con él acerca de su comportamiento y, sobre todo, nos esforzamos en encontrar soluciones, tal como lo habrían hecho cualquier hermano y cuñada preocupados. John también procuró apoyarla y darle su propia perspectiva de la situación.

Lo que me parecía extraño y sospechoso es que todo eso no era propio de Jeff. El Jeff que yo conocía era muy afectuoso con sus hijas y lo bastante dependiente para necesitar su aprobación y su amor, pero nunca le había visto actuar como Jill decía. Siempre se había mostrado muy cariñoso y atento con Jill. De hecho, me costaba creer que podía tratarla con tanta crueldad. Me fue fácil entender por qué esta situación hacía infeliz a Jill, y cómo la insistencia de Jeff en decir que todo eran imaginaciones suyas no hacía más que empeorar las cosas para ella.

La conversación continuó durante todo el día siguiente, y empecé a hacerme una idea de lo que podía estar pasando entre Jill y Jeff desde la perspectiva del perdón radical, pero decidí no mencionarlo, por lo menos no de forma directa. Jill estaba demasiado atrapada por el drama de la situación y no habría podido escuchar ni entender lo que tenía que decirle. El Perdón Radical se basa en un punto de vista espiritual muy amplio que no era nuestra realidad común ni cotidiana cuando aún vivíamos todos en Inglaterra. Convencido de que ni ella ni John estaban al tanto de mis creencias en la base del perdón radical, me pareció que aún no había llegado el momento de introducir un pensamiento tan transgresor que afirma que a pesar de cómo están las cosas, todo puede llegar a ser perfecto y a constituir una oportunidad de sanación.

Aun así, después de hablar y darle muchas vueltas al problema durante dos días, decidí que se acercaba el momento de probar el enfoque del perdón radical. Para ello, era preciso que mi hermana se abriera a la posibilidad de que algo ocurría más allá de lo obvio; algo con un propósito, divinamente orientado y generado en pos de su bien supremo.

Como estaba tan entregada a ser la víctima de la situación, yo no estaba seguro de cómo iba a acoger una interpretación del comportamiento de Jeff que la iba a destronar de ese papel. Pero, justo cuando mi hermana empezaba a repetir lo que ya había dicho el día anterior, me decidí a intervenir. A modo de tentativa le dije:

—Jill, ¿estarías dispuesta a considerar la situación de un modo distinto? ¿Estarías abierta a que te dé una interpretación bastante diferente de lo que está pasando?

Me miró desconcertada, como preguntándose: «¿Qué otra interpretación puede haber? ¿Así están las cosas!

No obstante, resulta que Jill y yo compartimos el tirón de un recuerdo. En el pasado yo le había ayudado a resolver un problema de relación, por lo que confió en mí lo suficiente para decir:

—Bueno, supongo que puede haber otra. ¿Qué tienes en mente?

Ésta era la puerta abierta que yo estaba esperando.

—Lo que voy a decirte te parecerá extraño, pero intenta no cuestionarlo hasta que haya terminado. Sólo procura permanecer abierta a la posibilidad de que lo que esté diciendo sea cierto y comprueba si de algún modo tiene sentido para ti.

Hasta aquel momento, y después de esforzarse en prestar toda su atención a Jill, John había llegado al punto en que las conversaciones repetitivas acerca de Jeff le empezaban a aburrir soberanamente y andaba bastante desconectado. Sin embargo, me di perfecta cuenta de que mis palabras habían tenido como efecto despertarle de golpe y que empezaba a escuchar de nuevo.

Empecé diciendo:

—No cabe duda de que lo que nos has contado, Jill, es la verdad como tú la ves. No tengo la más mínima duda de que todo ocurre tal como lo dices. Además John ha sido testigo de esta situación durante las últimas tres semanas y puede confirmar tu historia, ¿verdad John? —pregunté girándome hacia mi hermano.

—Totalmente —contestó John—, lo he presenciado varias veces tal como lo cuenta Jill. Pensé que todo era muy extraño y, sinceramente, la mayor parte del tiempo me he sentido muy incómodo durante mi estancia allí.

—No es de extrañar —dije—. De todas formas, Jill, quiero que sepas que nada de lo que voy a decir contradice lo que tú has dicho ni invalida tu historia. Esto y seguro de que ocurrió tal como dices. Sin embargo, permíteme darte una pista de lo que quizás subyace en esta situación.

—¿Qué quieres decir con esto de lo que subyace en esta situación? —preguntó Jill mirándome con recelo.

—Es completamente natural pensar que todo lo que hay ahí afuera es todo lo que hay en realidad —le expliqué—, pero quizá esté ocurriendo un mundo de cosas por debajo de esta realidad. No percibimos que algo más esté sucediendo por que nuestros cinco sentidos no son aptos para esta función. Pero esto no significa que no ocurra. Mira tu situación. Tú y Jeff tenéis ese drama en marcha. Hasta aquí todo está claro. Pero ¿y si por debajo del drama estuviese ocurriendo algo más espiritual; las mismas personas y los mismos acontecimientos pero con un significado totalmente distinto? ¿Y si vuestras almas estuvieran ejecutando el mismo baile pero sobre melodías distintas? ¿Y si tras el baile se produjera tu sanación? ¿Y si pudieras ver esto como una oportunidad de sanar y crecer? ¿A que la interpretación sería completamente distinta?

Tanto ella como John me miraban ahora como si estuviese hablando otro idioma. Decidí retraerme de las explicaciones y pasar directamente a la experimentación.

—Jill, si consideras los últimos tres meses, ¿cuál ha sido tu sentimiento dominante al ver a Jeff comportándose tan amorosamente con su hija Lorraine?

—Sobre todo ira —dijo ella, pero siguió pensando y añadió—: frustración —y tras una larga pausa—, tristeza. Me sentí realmente triste.

Las lágrimas afloraron en sus ojos.

—Me siento tan sola y no amada —dijo, y empezó a sollozar suavemente—. No sería tan grave si pensara que no puede demostrar amor, pero puede y lo hace... ¡con ella!

Espetó las últimas palabras con vehemencia y rabia y se deshizo en sollozos incontrolables por primera vez desde su llegada. Por supuesto había dejado escapar alguna lágrima antes de eso pero nunca se había permitido llorar así. Al fin se estaba soltando. Me sentía satisfecho de que Jill fuera capaz de conectar con sus emociones con tanta rapidez.

Diez minutos pasaron antes de que se emitiera su llanto y yo notara que podía hablar. Entonces le pregunté:

—Jill, ¿puedes recordar haber sentido lo mismo cuando eras una niña?

Sin la más leve vacilación, dijo:

—Sí.

Como la explicación de cuándo había sucedido eso no acababa de llegar le pedí que lo explicara. Le costó un buen rato contestar.

—¡Papá tampoco me quería! —soltó finalmente y empezó a sollozar de nuevo—. Yo quería que me amara pero no lo hacía. ¡Pensé que no era capaz de amar a nadie! Luego llegó tu hija, Colin. Él la amaba de verdad. Entonces, ¿por qué no podía quererme a mí? ¡Maldito sea!

Golpeó con fuerza la mesa con el puño mientras hablaba y se desahogó en un llanto aún más incontrolable.

Jill se refería a mi primogénita, Lorraine. Casualmente, o mejor dicho, sincrónicamente ésta y la hija mayor de Jeff llevan el mismo nombre. Llorar le sentó muy bien a Jill. Sus lágrimas le sirvieron de poderosa liberación y es probable que también de punto de inflexión. Un auténtico paso adelante podía no estar muy lejos, pensé, y tenía que animarla a proseguir.

Cuéntame lo que pasó con mi hija Lorraine y papá —le dije.

—Bueno —dijo Jill recobrando la compostura—, siempre me sentí no querida por papá y deseaba desesperadamente su amor. Fueron escasas las veces que me cogió de la mano o me sentó en su regazo. Siempre sentí que debía de haber algo malo en mí. Cuando crecí, mamá me dijo que creía que papá era incapaz de amar a nadie, ni siquiera a ella. En aquella época yo estaba más o menos en paz con esta cuestión. Razóné que si no era capaz de amar a nadie, entonces no era culpa mía que no me amara. La realidad debía de ser que no amaba a nadie. Ni siquiera por mis hijos, sus propios nietos, pareció sentir nada y menos aún por gente o niños que no eran de su familia. No era un mal padre, tan sólo no podía amar. Sentí lástima por él.

Jill lloró un poco más, tomándose su tiempo. Yo sabía a qué se refería al hablar de nuestro padre, quien era un hombre amable y noble, pero también muy callado y frío. En gran parte, era cierto que no parecía estar afectivamente disponible para nadie.

Jill se serenó y siguió hablando:

—Recuerdo un día en especial que estábamos en tu casa. Tu hija Lorraine debía tener cuatro o cinco años. Mamá y papá habían venido de visita desde Leicester y todos nos reunimos en tu casa. Vi cómo tu hija Lorraine cogió la mano de papá y le dijo: «Ven abuelo, voy a enseñarte el jardín y todas mis flores». Él se derritió dejándose llevar de la mano por ella, que no paraba de hablar enseñándole todas las flores. Estaba encantado con ella. Yo les miraba todo el tiempo, detrás de los cristales. Cuando volvieron, la sentó en su regazo y se mostró juguetón y alegre como nunca lo había visto. Me sentí devastada. Por lo visto es capaz de amar después de todo, pensé. Si podía amar a Lorraine, ¿por qué no a mí?

Estas últimas palabras salieron como un suspiro de su boca, seguidas de un profundo y largo llanto de duelo y tristeza, lágrimas guardadas durante demasiados años. Consideré que ya habíamos logrado mucho y sugerí que nos preparásemos un té. ¡Al fin y al cabo somos ingleses y, pase lo que pase, tomamos té!

Al interpretar la historia de Jill desde el punto de vista del perdón radical me fue fácil detectar que el comportamiento en apariencia extraño de Jeff estaba diseñado a nivel inconsciente para servir de apoyo a Jill en la sanación de su relación no resuelta con nuestro padre. Si era capaz de verlo y de reconocer la perfección inherente al comportamiento de Jeff, podría curar su dolor y, sin lugar a dudas, el comportamiento de Jeff desaparecería. Sin embargo, en aquel momento yo no estaba muy seguro de cómo explicárselo a Jill de forma que pudiera entenderlo. Por fortuna ni siquiera tuve que intentarlo. Ella misma cayó en la cuenta de la obvia conexión. Un poco más tarde durante el día me preguntó:

—Colin, ¿no te parece curioso que la hija de Jeff y la tuya lleven el mismo nombre? Por cierto, las dos son rubias y primogénitas. ¡Qué extraña coincidencia! ¿Crees que existe una relación? —Solté una risa y contesté:

—Seguro, es la clave para entender toda la situación.

Jill me lanzó una mirada dura.

—¿Qué quieres decir?

—Desarróllalo tú misma —contesté.—. ¿Qué otra similitud ves entre la situación con papá, mi hija Lorraine y tu situación actual?

—Bien, veamos —dijo Jill—, ambas chicas tienen el mismo nombre. Las dos han estado consiguiendo lo que yo parezco incapaz de conseguir de los hombres de mi vida.

—¿Qué? —pregunté.

—Amor —murmuró ella.

—Continúa —le sugerí suavemente.

—Por lo visto, tu hija Lorraine fue capaz de obtener de papá el amor que yo no pude conseguir. Y Lorraine, la hija de Jeff, tiene todo el amor que quiere de su padre pero a costa mía. ¡Oh, Dios mío! —exclamó Jill, que estaba empezando a entender—. Pero ¿por qué? No comprendo por qué. ¡Asusta un poco! ¿Qué diablos está pasando? —preguntó presa del pánico.

Había llegado el momento de juntar todas las piezas del puzzle para ella.

—Mira Jill —dije—, permíteme explicarte cómo funciona esto. Da la casualidad de que es una ilustración perfecta de lo que estaba hablando antes cuando dije que por debajo del drama que llamamos la vida subyace una realidad totalmente diferente. Créeme, no hay por qué asustarse. Cuando veas cómo funciona todo esto, sentirás más confianza, más seguridad y más paz que jamás imaginaste ser posibles. Te darás cuenta de la maravillosa forma en que nos apoya el Universo o Dios, o como lo quieras llamar, en cada instante, cada día, sin importar cuán mala pueda parecer una situación dada — Lo expresé de la forma más reconfortante que pude—. Visto desde un punto de vista espiritual, nuestro malestar en cualquier situación es un aviso de que no estamos alineados con la ley espiritual y que se nos está proporcionando la ocasión de sanar algo. Puede tratarse de una pena original o de una creencia tóxica que nos impide dar paso a nuestro auténtico ser. Sin embargo, rara vez lo contemplamos desde este ángulo. Al contrario, juzgamos la situación y condenamos a los demás por lo que está ocurriendo. Esto nos impide ver el mensaje o entender la lección. Nos impide sanar. Si no sanamos lo que es necesario sanar, debemos crear más incomodidad hasta quedar literalmente forzados a preguntarnos: «¿Qué está pasando aquí?». A veces, el mensaje tiene que ser atronador o el dolor muy intenso para que le prestemos atención. Por ejemplo, una enfermedad que amenaza la vida proporciona un mensaje estridente. Pero incluso frente a la muerte, algunas

personas no captan la relación entre lo que ocurre en sus vidas y la oportunidad de sanación que ofrece. En tu caso, lo que esta vez ha emergido es tu pena original con respecto a nuestro padre y el hecho de que nunca te demostró amor. Tu actual congoja e incomodidad no vienen de otra cosa. Este dolor específico surgió muchas veces y en diversas circunstancias, pero como no reconociste la oportunidad, nunca se operó su sanación. Así, tener una nueva ocasión de contemplar y sanar esta cuestión ¡es un regalo!

—¿Un regalo? —dijo Jill con expresión dubitativa—. ¿Quieres decir que es un regalo porque contiene un mensaje para mí? ¿U no del que habría podido acusar recibo hace mucho tiempo de haber sido capaz de verlo?

—Sí —le dije—. Si lo hubieses visto entonces, te sentirías más cómoda y no estarías pasando por esto ahora. De todas formas no importa. También ahora está bien. Es perfecto y no tendrás que provocarte una enfermedad letal para entenderlo, como le pasa a mucha gente. Ahora lo captas, estás empeñando a entender y a sanar. Déjame explicar te lo que realmente ocurrió y cómo ha afectado a tu vida hasta hoy —le dije, porque deseaba que entendiera claramente la dinámica de su situación actual—. De pequeña te sentiste abandonada y no amada por papá. Para una niña es devastador, desde el punto de vista del desarrollo es imprescindible sentirse amada por el padre. Como no sentiste ese amor, llegaste a la conclusión de que debía haber algún fallo en ti. Empezaste a creer que eras imposible de amar y en consecuencia, insuficiente. Dicha creencia se ancló profundamente en tu subconsciente y, más tarde, en la esfera de las relaciones personales, empezó a dirigir tu vida. Dicho de otra manera, como medio para reflejar tu creencia inconsciente de que eres insuficiente, tu vida siempre ha incluido situaciones reales que ilustran tu insuficiencia. La vida siempre colabora confirmando tus creencias. Cuando eras una niña, el dolor por no obtener el amor de papá era más de lo que podías soportar, entonces suprimiste parte de la pena y reprimiste el resto. Cuando suprimes una emoción, sabes que aún está ahí pero la sofocas. Por otro lado, la emoción reprimida queda tan profundamente sepultada en la mente subconsciente que dejas de ser consciente de ella. Más tarde, cuando empezaste a darte cuenta de que nuestro padre no era

un hombre naturalmente afectuoso sino a todas luces incapaz de amar a nadie, de alguna manera, comenzaste a rehabilitarte o a sanar te de los efectos de no sentirte amada por él. Probablemente, te liberaste un poco de la pena suprimida y desechaste en parte la creencia de no ser digna de amor. Al fin y al cabo, si no podía amar a nadie quizá no era culpa tuya que no te amara. Un día, estalló la devastadora revelación que te hizo caer en la desesperación y te devolvió a la casilla de salida. Cuando lo observaste cómo se mostraba amoroso con mi hija, tu creencia original se activó. Te dijiste a ti misma: «Mi padre puede amar después de todo, pero no me ama a mí. Obviamente, es culpa mía. Para mi padre no doy la talla y nunca daré la talla para ningún hombre». A partir de entonces, creaste continuamente en tu vida situaciones que espaldaban tu creencia de ser insuficiente.

—¿Cómo pude hacer esto? —me interrumpió Jill—. No veo de qué modo me he creado como un ser insuficiente.

—¿Cómo fue tu relación con Henry, tu primer marido? —le pregunté. Había estado casada con Henry, el padre de sus cuatro hijos, durante quince años.

—No mala en muchos aspectos pero era tan infiel... Siempre estaba buscando ocasiones para mantener relaciones sexuales con otras mujeres y yo no podía soportarlo.

—¡Ahí está! Y lo consideraste como el malo de la película, y tú eras la víctima en aquella situación. Sin embargo, la verdad es que lo atrajiste en tu vida precisamente porque, en alguna medida, sabías que él confirmaría tu creencia de no ser suficiente. Al ser infiel te daba la razón.

—¿Estás intentando decirme que me estaba haciendo un favor? ¡Al diablo si me trago esto! —dijo con una risa y al mismo tiempo una ira mal disimulada.

—Bueno, ¿acaso no apoyó tu creencia? —repliqué yo—. Eras tan insuficiente que iba a la caza de otras mujeres buscando algo más. Si hubiese actuado de la manera opuesta y te hubiese tratado como si fueras totalmente suficiente para él siéndote fiel, habrías creado cualquier otro drama en tu vida para confirmar tu creencia. Tu creencia sobre ti misma, a pesar de ser falsa, imposibilitaba que fueras suficiente a tus propios ojos. Por la misma regla de tres, si en aquel momento hubieses sanado tu pena

original en relación con tu padre y cambiado tu creencia por la de «soy suficiente», Henry habría dejado de inmediato de hacer proposiciones a tus amigas. En caso contrario, te habrías sentido perfectamente feliz de dejarlo y de encontrar a otra persona que te tratase como la mujer suficiente que eres. Siempre creamos nuestra realidad de acuerdo con nuestras creencias. Si quieres conocer tus creencias, mira de qué está hecha tu vida. La vida siempre refleja nuestras creencias.

Jill se mostraba bastante perpleja, por lo que decidí repasar algunas de mis afirmaciones anteriores.

—Cada vez que Henry te traicionaba, te daba la oportunidad de sanar tu pena original de no ser amada por papá. Demostraba y ponía en escena tu creencia de que nunca ibas a ser suficiente para ningún hombre. Las primeras veces, es probable que te sintieras tan alterada y enojada que podrías haber entrado en contacto con tu pena original y descubierto tu sistema de creencias acerca de ti misma. Sus primeras infidelidades fueron tus primeras oportunidades de practicar el perdón radical y sanar tu pena original, pero te las perdiste. Lo seguiste convirtiendo a él en culpable y a ti en víctima, así no había sanación posible.

—¿Qué quieres decir con eso del perdón? —preguntó Jill aún preocupada—. ¿Me estás diciendo que debería haberle perdonado por seducir a mi mejor amiga y a todas las que encontró dispuestas?

—Estoy diciendo que en aquella época te proporcionó una oportunidad de entrar en contacto con tu pena original y de ver cómo una cierta creencia acerca de ti misma estaba dirigiendo tu vida. Al hacerlo te daba la oportunidad de comprender y modificar tu creencia, y de ahí sanar tu dolor original. Esto es lo que entiendo por perdón. ¿Puedes ver por qué Henry merece tu perdón, Jill?

—Sí, creo que sí —dijo—. Estaba reflejando mi creencia, la que creé al sentirme tan poco amada por papá. Me estaba dando la razón de que no soy suficiente. ¿Es esto?

—Sí, y por brindar te esta oportunidad merece crédito, en realidad más del que percibes en este momento. Si entonces hubieras llegado a sanar tu contencioso con papá no nos sería posible ahora saber si Henry habría modificado su comportamiento o si te habrías separado de él. En todo caso, te habría servido bien. Por lo tanto, en este sentido, no sólo

merece tu perdón sino también tu profunda gratitud. ¿Y sabes qué? No fue culpa suya que no entendieras el verdadero mensaje que había detrás de su comportamiento. Sé que era difícil para ti ver que estaba tratando de hacer te un auténtico regalo. No es la forma en que nos enseñan a pensar. No nos enseñan a mirar los acontecimientos y decir: «¡Vaya lo que he creado en mi vida, qué interesante!». En lugar de eso se nos educa para juzgar, condenar, acusar, desempeñar el papel de víctima y buscar revancha. Tampoco se nos anima a pensar que nuestras vidas son dirigidas por otras fuerzas que las de nuestra mente consciente, sin embargo lo son. Para ser exactos, era el alma de Henry la que procuraba ayudarte a sanar. En superficie, Henry actuaba de acuerdo con su adicción sexual pero su alma, trabajando junto con la tuya, eligió utilizar esa adicción para tu crecimiento espiritual. El perdón radical no es otra cosa que reconocer este hecho. Su finalidad es vislumbrar la verdad más allá de las circunstancias aparentes de cierta situación y reconocer el amor que siempre entraña.

Sentí que hablar de su situación actual la ayudaría a comprender los principios que había descrito, por lo que dije:

—Volvamos a Jeff y veamos cómo operan estos principios en vuestra actual relación. En los primeros tiempos de vuestra relación, Jeff era muy amoroso contigo. Te mimaba, hacía cosas por ti, dialogaba contigo. A primera vista, la vida con Jeff era muy bonita. Pero recuerda que esto no coincidía con tu imagen de ti misma, tu creencia acerca de ti. Según ésta, no podías tener a un hombre que te demostrase mucho amor. No eres suficiente, ¿recuerdas? —Jill asintió con la cabeza, aunque perpleja y recelosa—. Tu alma sabe que has de sanar esta creencia, entonces, de alguna manera, se compincha con el alma de Jeff para concienciarte de ello. Por encima, parece que Jeff esté actuando de forma extraña y totalmente ajena a su temperamento. Te desafía amando a otra Lorraine, es decir siguiendo el mismo guión que representaste con tu padre hace muchos años. Parece que te esté atormentando sin piedad y te sientes completamente desamparada y victimizada. ¿Describe esto más o menos tu actual situación?

—Eso parece —dijo Jill pausadamente. Frunció el ceño como intentando fijar la nueva imagen de su situación que se estaba formando en su mente.

—Veamos, ahí estas de nuevo, Jill, frente a dos alternativas. Has de decidirte entre tener razón o sanar y crecer – dije y le sonreí—. Si haces la elección que la gente suele hacer, elegirás ser una víctima y que Jeff sea el culpable, lo cual a su vez te da la razón. Al fin y al cabo, su comportamiento parece bastante cruel e irracional y no dudo de que muchas mujeres te apoyarían si respondes con alguna medida drástica. ¿No te han recomendado casi todas tus amigas que le abandones?

—Sí –respondió–, todo el mundo dice que rompa este matrimonio si Jeff no cambia. En realidad, pensé que eso es lo que me dirías tú también –dijo con un tono de decepción.

—Hace unos años, seguramente lo habría dicho –respondí riendo–, pero después de iniciarme en estos principios espirituales, mi manera de considerar estas situaciones ha cambiado totalmente, como puedes comprobar –dije con una mirada socarrona en dirección de John, que contestó con una sonrisa irónica pero no dijo nada—. Entonces, como puedes adivinar, la otra alternativa sería reconocer que por debajo de lo que parece estar ocurriendo en la superficie, algo más significativo y potencialmente reconfortante está en marcha. Esa otra elección consiste en aceptar que el comportamiento de Jeff contiene otro mensaje, otro significado o intención y que la situación contiene un regalo para ti.

Jill se quedó pensando un momento y después dijo:

—El comportamiento de Jeff es tan raro y retorcido que te costaría encontrar alguna buena razón para ello. Quizá esté ocurriendo algo más que aún no puedo ver. Supongo que es similar a lo que Henry estuvo haciendo, pero para mí resulta difícil verlo con Jeff porque en estos momentos me siento muy confusa, incapaz de ver más allá de lo que sucede.

—No es un problema –le dije con tono reconfortante–. Mira, no hay necesidad de entenderlo. Con estar dispuesta a contemplar la idea de que otra cosa está ocurriendo ya es un paso adelante gigantesco. De hecho, la voluntad de considerar la situación de un modo distinto es la clave de tu sanación. El noventa por ciento de la curación se opera en cuanto te abres a la idea de que tu alma ha creado amorosamente esta situación para ti. Al abrirte dejas de querer controlar y entregas la situación a Dios. Él se encarga del diez por ciento restante. Si realmente puedes entender-

lo a un nivel profundo y abandonarte a la idea de que Dios se ocupará de ello por ti, si te vuelves hacia Él, no necesitarás hacer nada más. Tanto la situación como tu sanación serán tratadas automáticamente. Esto no impide que antes de dar este paso puedas perfectamente dar un paso racional que te permita ver enseguida las cosas de una forma distinta. Consiste en separar los hechos de la ficción. Significa reconocer que tus creencias no tienen fundamento concreto alguno. Se trata, sencillamente, de una historia que te has inventado, basándote en escasos hechos y en una sobredosis de interpretación. Es algo que hacemos constantemente. Vivimos un acontecimiento y elaboramos una interpretación de ello. Luego juntamos estas dos piezas para crear una historia bastante falsa acerca de lo que ocurrió en realidad. Dicha historia se convierte en una creencia que defendemos como si fuera la verdad. Nunca lo es, por supuesto. En tu caso, los hechos eran que papá nunca te abrazó, nunca dedicó tiempo a jugar contigo, nunca te cogió en brazos, nunca te sentó en su regazo. No respondió a tus necesidades de afecto. Éstos eran los hechos. Partiendo de ellos hiciste una crucial afirmación: papá no me quiere. ¿Cierto? —ella asintió con la cabeza—. Sin embargo, el hecho de que nunca respondió a tus necesidades no significa que no te quisiera. Esto es una interpretación. No era cierto. Era un hombre sexualmente reprimido y la intimidad le asustaba, eso ya lo sabemos. Quizá tan sólo no supiera expresar su amor de la manera en que tú querías recibirlo. ¿Te acuerdas de la grandiosa casa de muñecas que te construyó para unas navidades? Recuerdo haber visto a papá dedicarle incontables horas por las noches mientras dormías. Quizá ése fuera el único medio del que disponía para expresarte su amor. No le estoy justificando ni estoy descalificando tu valoración. Únicamente intento señalar de qué manera todos nos equivocamos al pensar que nuestras interpretaciones representan la verdad. Basándote en los hechos y tu primera interpretación «papá no me ama», tu siguiente gran suposición fue «es culpa mía, algo falla en mí». Ésta era una mentira aún más burda, ¿no te parece? —Jill asintió—. No es extraño que llegaras a esa conclusión porque así piensan los niños. Como perciben que el mundo gira en torno suyo, cuando las cosas no van bien siempre asumen que es culpa suya. La primera vez que un niño piensa esto, el pensamiento se acopla con un gran dolor. Para reducirlo el

niño lo reprime, pero en realidad esta acción hace aún más difícil liberarse de la idea. Así nos quedamos bloqueados en la idea de que «es culpa mía y algo falla en mí» incluso como adultos. En cuanto una situación activa el recuerdo de ese sufrimiento o de la idea asociada, se opera una regresión emocional. Entonces sentimos y nos comportamos como el niño pequeño que por primera vez sintió ese dolor. De hecho, es exactamente lo que pasó cuando viste a mi hija Lorraine generar amor en nuestro padre. Tenías entonces veintisiete años, pero en aquel instante regresaste a la Jill de dos años de edad que se había sentido no amada, y emergieron todas tus carencias de la niñez. Sigues haciendo eso, aunque esta vez en relación con tu esposo. La idea sobre la cual basaste todas tus relaciones personales refleja la interpretación de una niña de dos años, y además carece de fundamento —concluí—. ¿Puedes verlo ahora Jill?

—Sí —contestó—. He tomado bastantes decisiones estúpidas basadas en estas afirmaciones inconscientes, ¿verdad?

—Sí, lo has hecho, pero cuando estabas sufriendo y eras demasiado joven para conocer algo mejor. Aunque reprimiste el dolor para deshacerte de él, la creencia siguió modelando tu vida desde el plano subconsciente. Entonces tu alma decidió crear algún drama en tu vida para que retomaras conciencia de esa creencia y tuvieras de nuevo la oportunidad de elegir su sanación. A trajiste a tu vida personas que te confrontarían directamente con tu dolor y te harían revivir la experiencia original a través de ellas —continué diciendo—. Es lo que Jeff está haciendo ahora mismo. Por supuesto, no estoy diciendo que lo esté haciendo conscientemente. Nada de eso. Lo más probable es que esté más perplejo que tú acerca de su propio comportamiento. Recuerda que se trata de una transacción de alma a alma. Su alma sabe de tu pena original y es consciente de que no sanarás sin pasar otra vez por la experiencia.

—¡Vaya! —dijo Jill inspirando profundamente. Por primera vez desde que empezamos a hablar de la situación su cuerpo se relajó—. La verdad es que es una manera totalmente diferente de considerar las cosas, pero ¿sabes qué?, me siento aliviada. Es como si se me hubiese quitado un peso de encima tan sólo al hablarlo contigo.

—Esto es por que tu energía ha cambiado —le contesté—. Imagina cuánta energía vital has tenido que gastar sólo para mantener viva a tu

historia acerca de papá y Lorraine. Además, imagina la cantidad de energía necesaria para mantener a raya los sentimientos de duelo y resentimiento que envuelven la historia. Las lágrimas que vertiste antes te han permitido liberar una gran parte de esa energía. Y tan sólo acabas de reconocer que en todo caso era una historia inventada. ¡Menuda liberación! Además, tenías un montón de energía bloqueada en torno a Jeff convirtiéndole en culpable, convirtiéndote a ti en culpable, siendo una víctima, etc. El mero hecho de aceptar ver la situación de manera diferente te permite liberar toda esa energía y dejarla fluir a través de ti. ¡No es extraño que te sientas más ligera!

—¿Qué hubiera ocurrido si en lugar de entender lo que había en el fondo de la situación con Jeff, simplemente me separo de él? — preguntó Jill.

—Tu alma habría atraído a otra persona para ayudarte a sanar —contesté inmediatamente—. Pero no le has dejado, ¿verdad? En lugar de ello, viniste aquí. Tienes que entender que este viaje no es casual. No existen tales cosas como los eventos fortuitos en este sistema. Tú, o mejor dicho, tu alma creó este viaje, esta ocasión de entender la dinámica de la situación con Jeff. Tu alma te guió hasta aquí. El alma de John creó un viaje en esta época para hacer posible que vinieras con él.

—¿Y qué pasa con las dos Lorraine? —se extrañó Jill—. ¿Cómo ocurrió eso? Debe de ser una coincidencia.

—Tampoco existen coincidencias en este sistema. Vuestras almas y las almas de otras personas conspiraron para crear esa situación y fíjate qué perfecto era que una persona llamada Lorraine estuviera implicada en la situación original y en la presente. No podía haber mejor pista. Cuesta pensar que no fuera programada en cierto modo, ¿no te parece?

—Y ¿qué hago con todo esto ahora? —preguntó Jill—. Es cierto que me siento más ligera, pero ¿qué hago cuando llegue a casa y me encuentre con Jeff?

—En realidad te toca hacer muy poco —contesté—. De ahora en adelante, la cuestión es sobre todo cómo te sientes por dentro. ¿Entiendes que ya no eres una víctima? ¿Entiendes que Jeff ya no es un maltratador? ¿Entiendes que la situación era lo que necesitabas y deseabas? ¿Sientes cuánto te ama ese hombre, quiero decir, a nivel anímico?

—¿Qué quieres decir? —preguntó Jill.

—Quiero decir que estaba dispuesto a hacer lo que hiciera falta para llevarte al punto en que pudieras considerar de nuevo tu creencia acerca de ti misma y ver que es una mentira. ¿Te das cuenta de todas las incomodidades que estaba dispuesto a soportar con tal de ayudarte? No es un hombre cruel por naturaleza, por lo tanto, ha debido de ser muy duro para él. Pocos hombres habrían hecho eso por ti arriesgándose a perderte en el proceso. Jeff, o el alma de Jeff, es realmente un ángel para ti. Cuando lo entiendas de verdad ¡te sentirás tan agradecida hacia él! Además, dejarás de emitir señales de que no eres digna de ser amada. Quizá por primera vez en tu vida serás capaz de dejar entrar el amor. Habrás perdonado a Jeff porque para ti habrá quedado claro que no hubo ningún fallo. Fue perfecto en todos los sentidos y te prometo que Jeff ya está cambiando a medida que hablamos y está abandonando su extraño comportamiento. Su alma ya ha captado que le has perdonado y que has sanado tu errónea percepción de ti misma. Al tiempo que cambia tu energía, la suya también cambia. Estáis conectados energéticamente. La distancia física es irrelevante.

Volviendo sobre su pregunta, le dije:

—Así que no tendrás que hacer nada especial cuando vuelvas a casa. En realidad, quiero que me prometas que no harás absolutamente nada. En especial y bajo ninguna circunstancia compartirás con Jeff este nuevo modo de considerar la situación. Quiero que veas cómo todo será diferente, automáticamente, como una simple consecuencia de tu cambio de percepción. Te sentirás cambiada también, más en paz, más centrada y más relajada. Tendrás una sabiduría que a Jeff le parecerá extraña durante un tiempo. Costará un poco reajustar tu relación con él y quizá continúe siendo difícil durante un tiempo pero este asunto ya ha quedado resuelto —concluí tajantemente.

Jill y yo repasamos varias veces ese nuevo modo de considerar su situación antes de que volviese a Inglaterra. Para alguien sumido en un brote emocional siempre es difícil pasarse a la perspectiva del perdón radical. De hecho, alcanzar el punto en el que el perdón radical pueda realmente operarse requiere a menudo mucha labor de integración y repetir el afianzamiento. Para ayudar a mi hermana, la inicié en ciertas

técnicas de respiración que ayudan a liberar emoción y a integrar nuevas formas de ser y le pedí que rellenara una plantilla de perdón radical (véase Cuarta Parte, «Herramientas para el perdón radical»).

Naturalmente, el día de su partida Jill estaba nerviosa por volver a la situación que había dejado atrás. Mientras recorría la pasarela hacia su avión, miró atrás y saludó con la mano fingiendo aplomo, pero yo sabía que tenía miedo de perder su comprensión recién adquirida y verse de nuevo arrastrada al drama.

Por lo visto, el reencuentro con Jeff fue bien. Jill le pidió no hacerle ninguna pregunta acerca de su viaje. También le pidió que le dejara espacio durante unos días para aclimatarse. No obstante, ella notó enseguida una diferencia en él. Se mostró solícito, agradable y considerado, más como el Jeff que ella conocía antes de que todo aquel episodio empezara.

En los dos días siguientes, Jill le dijo que ya no le reprochaba nada ni quería que cambiase en absoluto; que había aprendido que era ella quien tenía que asumir la responsabilidad de sus propios sentimientos y que se ocuparía de ellos a su manera, sin echarle la culpa. Se abstuvo de desarrollar el tema y no hizo ningún intento para explicarse.

Las cosas fueron bien durante unos días y la actitud de Jeff hacia su hija cambió radicalmente. De hecho, todo parecía volver a la normalidad en la relación, pero el ambiente entre Jeff y Jill permanecía tenso y su comunicación limitada.

Al cabo de dos semanas la situación alcanzó su punto álgido. Jill miró a Jeff y le dijo tranquilamente:

—Me siento como si hubiese perdido a mi mejor amigo.

—También yo —contestó él. Por primera vez después de meses conectaron. Se abrazaron y empezaron a llorar.

—Hablemos —dijo Jill—, te voy a contar lo que aprendí con Colin en Estados Unidos. Te parecerá extraño al principio, pero quiero compartirlo contigo. No tienes por qué creerlo. Sólo quiero que me escuches, ¿de acuerdo?

—Haré lo que haga falta —contestó Jeff—. Soy consciente de que algo importante te ocurrió allí. Quiero saber qué es. Has cambiado y me gusta lo que veo. No eres la misma persona que se subió al avión con John. Dime qué pasó.

Jill habló y habló . Explicó la dinámica del perdón radical lo mejor que pudo de manera que Jeff pudiera entenderla. Se sintió fuerte y poderosa, segura de sí misma y de su comprensión, mentalmente estable y centrada.

Jeff es un hombre pragmático, siempre escéptico acerca de todo lo que no pueda explicarse racionalmente, pero no se resistió esta vez y se mostró, por cierto, bastante receptivo a las ideas que Jill le pedía considerar. Se declaró abierto a la idea de que pueda existir un mundo espiritual subyacente a la realidad cotidiana y, por lo tanto, vio cierta lógica en el concepto del perdón radical. No lo aceptó completamente, pero a pesar de todo estuvo dispuesto a escuchar, considerarlo y comprobar cómo había cambiado a Jill.

Después de la conversación ambos sintieron que su amor se reavivaba y que su relación tenía posibilidades de sobrevivir. No obstante, no hicieron promesas, acordaron seguir hablando y, al mismo tiempo, observar cómo progresaba su relación. Y en realidad progresó bastante bien. Jeff siguió siendo algo zalamero con su hija Lorraine, pero no tanto como antes. Jill se descubrió totalmente despreocupada incluso cuando actuaba de aquella manera. Ya no le producía ninguna regresión emocional ni reacción basada en viejas creencias acerca de sí misma. Al mes de su conversación acerca del perdón radical, el patrón anterior de comportamiento de Jeff con Lorraine se detuvo. Ésta a su vez no llamó ni les visitó tan a menudo, siguió con su propia vida. Poco a poco las cosas volvieron a la normalidad y la relación de Jill y Jeff creció más sólida y amorosa que nunca. Jeff llegó a ser el hombre amable y sensible que es por naturaleza, Jill, menos necesitada y Lorraine, más feliz.

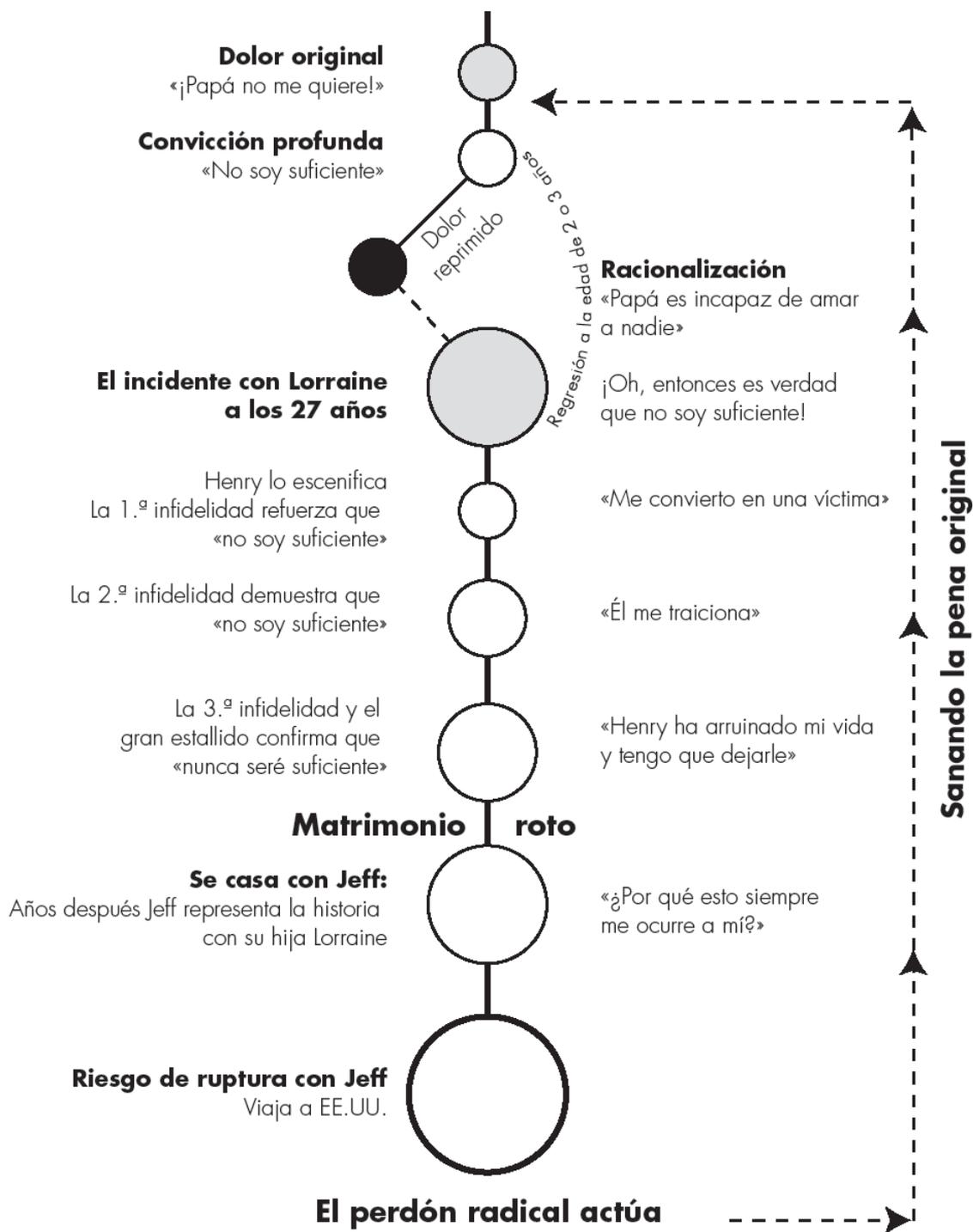
Retrospectivamente, si el alma de Jill no la hubiese llevado a Atlanta para crear la oportunidad de mantener nuestra conversación, estoy seguro de que se habría separado de Jeff. En el gran diseño de las cosas también habría sido lo correcto. Jill habría encontrado otra persona con la cual recrear su drama y una nueva oportunidad para sanar . Tal como fueron las cosas, esta vez aprovechó la oportunidad de sanar y conservó esta relación.

En el momento de escribir esta segunda edición, varios años después de aquella crisis, siguen juntos y muy felices en su matrimonio . Como

cualquier otra pareja siguen creando dramas en sus vidas, pero ahora saben mirarlos como oportunidades de sanación y los atraviesan con rapidez y valentía.

*Nota:* La línea de tiempo de la página siguiente describe la historia de Jill con un gráfico. Lo encontré muy útil para ver cómo la pena original de no sentirse amada por nuestro padre la había conducido a la creencia de que no daba la talla y del papel que había desempeñado a su vez esta creencia en su vida. Si tu historia se parece a la de Jill puedes hacer lo mismo para ti.

## LÍNEA TEMPORAL



**Ilustración 1:** El viaje sanador de Jill.