

Lo que hay
más allá
de la **vida**

Theresa Caputo

Vivencias espirituales
para perder el miedo a la muerte
y superar el duelo

Theresa Caputo

Lo que hay
más allá
de la vida

Vivencias espirituales
para perder el miedo a la muerte
y superar el duelo

CÚPULA ENIGMAS

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Dirijase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Originalmente publicado en inglés por Atria Books, con el título *There's More to Life Than This. Healing Messages, Remarkable Stories, and Insight About the Other Side from the Long Island Medium Theresa Caputo.*

© del texto: Theresa Caputo, 2013

© de la traducción: Noemí Cuevas Rebollo, 2014

© fotografía de la solapa: Sherwood-Triart Photography

La autora quiere agradecer a las siguientes personas su autorización para compartir estas historias: Pat, p. 25; Regina, p. 152; Jacqueline, p. 71; Kristy, p. 103; Richard, p. 104; Corrina, p. 108; Geeta Soogrim-Hirsch, pp. 111 y 198; Reese, p. 162; Shantelle, p.166; William, p. 186; Meagan, p. 188; Crystal Singh, p. 199; Tyler Hirsch, p. 199; Melanie, p. 201.

Primera edición: noviembre de 2014

© Editorial Planeta, S. A., 2014

Av. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

Libros Cúpula es marca registrada por Editorial Planeta, S. A.

Este libro se comercializa bajo el sello Libros Cúpula
www.planetadelibros.com

ISBN: 978-84-480-2079-8

Depósito legal: B. 22.176-2014

Impreso en España – Printed in Spain

El papel utilizado para la impresión de este libro es cien por cien libre de cloro y está calificado como papel ecológico.

ÍNDICE

Prólogo	9
El Espíritu y yo: una unión hecha en el cielo	13
No mates al mensajero	35
¿Quién es el Espíritu del Otro Lado?	57
Entonces, ¿queréis conectar con almas que están en el cielo?	79
Una vez te mueres, ¿qué?	111
Dios y su humilde morada	135
E no es igual a MC Hammer	155
Energía negativa: prohibido el paso	167
Tres palabras de peso: salud, duelo y sanación	181
El Espíritu tiene la última palabra	201
Epílogo: unas palabras de mi coatura	213
Agradecimientos	221

1

EL ESPÍRITU Y YO: UNA UNIÓN HECHA EN EL CIELO

No nací en la parte de atrás de un carromato gitano y no crecí leyendo el futuro en Bayou. Los únicos cristales que llevo son los Swarovski que cubren mis Laboutin. Puede que no sea la imagen que tenéis en mente de una médium, pero a los muertos no les importa. Me han estado incordiando para que transmita sus mensajes desde que era una niña y eso es lo que me siento comprometida a hacer y por lo que me siento afortunada.

Crecí en Long Island en una ciudad llamada Hicksville, con mamá, papá y mi hermano pequeño, Michael. Mi madre era contable y mi padre era el supervisor de obras públicas del condado de Nassau. Estábamos muy unidos y seguimos estándolo. De hecho, la mayor parte de mi vida crecí en la casa de al lado de la que vivo ahora. Tenemos una puerta en la parte de atrás que conecta los dos patios y a papá le encanta usarla para entretenerse en ambos huertos de tomates. Cuando la gente viene a una consulta, se sientan en la mesa del comedor que da justo al patio trasero. Siempre les digo: «si ves a alguien ahí fuera, no es un muerto deambulando, ¡sólo es mi padre!».

Tuve una infancia llena de amor y felicidad, me crié en la más absoluta normalidad. Estaba en un equipo de fútbol benéfico y en la liga de bolos. Me gustaba jugar a peinar a mis muñecas, siempre pensé que sería peluquera, imaginaos. Tenía buenos amigos, sacaba buenas notas y pasaba gran parte de mi tiempo libre con mi familia. Siempre estaba con mis primos, abuelos, tías y tíos. Los jueves comíamos espaguetis con albóndigas en casa de *Nanny* y Pop; los sábados, pintaba cerámica con la tía G;

y los domingos toda nuestra gran familia iba a casa de *Gram* y el abuelo al salir de la iglesia para pasar la tarde comiendo, riendo y contando historias.

Era como la versión al estilo Long Island de la serie «Leave it to Beaver» (*Aventuras de Pablito*) pero con un giro que nos mantenía literalmente a todos despiertos hasta tarde. Solía tener las pesadillas más terribles, lo que no tenía sentido si pensamos que mis días eran tan tranquilos. Estos son mis primeros recuerdos de ver, sentir y escuchar al Espíritu, aunque no sabía que eso era lo que estaba ocurriendo. Mi primera experiencia real la tuve cuando tenía sólo cuatro años. En aquel tiempo vivíamos en la casa de la infancia de mi padre que está justo al lado del museo Hicksville Gregory, un antiguo juzgado de 1915 que también tenía celdas para los prisioneros en su interior. Algunas personas creen que los edificios antiguos como las prisiones, con su historia de dolor y sufrimiento, pueden atrapar al Espíritu. ¡Menudo sitio para que justamente yo viviera cerca! Además, tenía un sueño recurrente en el que, desde una ventana de la segunda planta de nuestra casa, veía a un hombre pasear por la acera de enfrente. Cantaba mi nombre, Theresa Brigandi, Theresa Brigandi, Theresa Brigandi..., una y otra y otra vez. ¿Te puedes imaginar lo terrorífico que resultaba eso para una pobre niña de cuatro años? Nunca llegué a verle la cara al hombre pero siempre andaba encorvado con un bastón que llevaba una bandana hecha un hatillo en la punta. Iba vestido con harapos y parecía un vagabundo.

El Espíritu más adelante me dijo que ese sueño en realidad era una aparición y ahora estoy convencida de que aquel «hombre» fue uno de mis guías espirituales en aquel momento de mi vida. Eso no significa que el espíritu guía sea literalmente un vagabundo. Es algo más parecido a esas historias de la Biblia en las que la gente invita a su casa a un pobre y luego descubren que era un ángel. Ahora creo que un vagabundo es la modesta forma que mi guía tomó para que entendiera la referencia a la escuela dominical y me sintiera bien cuando me llamaba. Me educaron en la fe católica que aún practico hoy en día, por lo que estoy segura de que mi guía se presentó a sí mismo a través de mi marco de refe-

rencia, un poco como cuando el Espíritu me muestra signos y símbolos durante una sesión ahora. Lo hacen de forma que tenga sentido para mí, para que me sea fácil interpretar el mensaje.

Cuando tenía cuatro años, un indigente equivalía a un hombre amable y piadoso, al menos cuando estaba despierta. Por la noche, ver, escuchar y sentir a uno me hacía gritar como si me estuvieran atacando con violencia. Igualmente, no creo que estuviera experimentando una versión negativa del Espíritu, y no estaba soñando que el Espíritu me zarandeaba ni nada; los sueños como tales no eran «malos». Estaba aterrorizada porque sentía la energía del Espíritu a la vez que veía y oía cómo me hablaba, de esta forma tan real y personal.

Mis gritos inconsolables inquietaban más a mi familia que lo que los causaba y mi vida social acabó siendo limitada. No podía ir a fiestas de pijamas o dormir en casa de mi abuela sin preguntarme qué era lo siguiente que iba a sentir. No me sentía a salvo más que en casa y ni siquiera podía estar segura de eso. Además del vagabundo, también vi a mi bisabuela por parte de madre. Murió cuatro años antes de que yo naciera y no supe quién era hasta mucho después cuando vi una foto suya. Pero nunca me olvidaré de ella de pie al lado de mi cama. Era bajita con el pelo oscuro y con un vestido sencillo. También gritaba como una loca cuando la veía. Pobre mujer, no era un monstruo de tres cabezas, pero ¡reaccionaba como si lo fuera!

Por la mañana olvidaba casi todos esos terrores nocturnos y cuánto habían durado. Me han contado que se me pasaban cuando mi madre o mi padre encendían la luz y entraban corriendo en mi cuarto. ¿Hacía eso que el Espíritu se marchara? No lo sé. Pero al cabo de un tiempo, mi madre se inventó una oración para ayudarme a mantener alejado al Espíritu. Decía «Querido Dios, por favor protégeme durante la noche. Bendice...», y nombraba entonces a todas las personas que había en nuestras vidas y aquellos que estaban en el cielo. Y aunque parezca mentira, cada vez que rezaba la oración antes de acostarme, dormía profundamente y también lo hacían mis padres. Seguí haciéndolo cuando llegó el momento de mudarnos a la casa nueva, en la que ahora viven mis padres, aunque siempre dejaba la luz del pasillo encendida.

El Espíritu no me daba tregua ni cuando viajaba con mi familia. Solíamos ir de vacaciones juntos, incluyendo una acampada anual con mis abuelos durante todo el verano. Casi todo el mundo allí eran afortunados si tenían una tienda con una lámpara Bunsen; nosotros teníamos una fantástica caravana con ducha, cocina y un porche cubierto por los cuatro costados para que los insectos no llegaran a la comida. De todo. Mi abuela me hacía huevos revueltos y tostadas con mantequilla por las mañanas y, por las tardes, hacíamos carreras con las bicis y nos íbamos al lago a columpiarnos en una rueda colgada de un árbol. Por la noche jugábamos al pinball en los recreativos, asábamos nubes de caramelo y cantábamos canciones de campamento. ¡Era como una Girl Scout! Pero no importa lo bien que lo pasáramos de día, o lo relajada que estuviera, mis terrores nocturnos atacaban igual que cuando estaba en casa. ¡Sólo que en esta ocasión todo el camping me oía! Mis abuelos incluso avisaron antes a nuestros vecinos de acampada: «Si oyen gritar a alguien como si le estuvieran matando, no es un oso o un loco que ande suelto. Sólo es Theresa que tiene terrores nocturnos». Una vez, mis abuelos querían que durmiera con ellos en una tienda de campaña y yo me moría de miedo de pensarlo. Me sentía más segura en la caravana, sobre todo porque veía sombras a través de las cortinas. Me resistí tanto a quedarme fuera que pataleé y grité, y le partí el labio a mi padre. ¡Se enfadó tanto! Estuvo a punto de darle un puñetazo al farol y prenderle fuego a la tienda.

A pesar de que llevaba mucho mejor las apariciones del Espíritu durante el día, no dejaban de sorprenderme. De hecho, recuerdo claramente ver personas en formato tridimensional pasearse por delante de la tele. Me sentaba en nuestro sofá verde de *tweed*, viendo el programa infantil «Romper Room», y veía pasar a alguien y luego desaparecer. Una vez, esto ocurrió cuando nos cuidaba una canguro y le pregunté si había visto lo mismo que yo. Me dijo que no y me miró raro, así que lo dejé correr. Llegué a preguntarme si veía cosas raras o tenía una imaginación desmesurada pero no me obcequé demasiado. Es como cuando ves una sombra con el rabillo del ojo o miras demasiado rato y después ves una silueta amarilla flotando por la habitación, asu-

mes que estás viendo cosas raras sin darle la menor importancia. También recuerdo que, de pequeña, un año en Pascua me regalaron un set de cocina y, cuando terminé de jugar a las casitas, ordené las cosas de cierta forma y, al volver a buscarlas a la mañana siguiente, estaban en un sitio totalmente distinto. Seguro que el Espíritu también fue el culpable de eso. En serio, ¡sé que mi hermano Michael no las tocó!

¿Quién es quién para decir que algo es normal?

A medida que crecía empezaba a sentirme ansiosa y rara dentro de mi propio cuerpo. No conseguía averiguar qué era lo que lo estaba causando. Le decía a mi madre: «No me encuentro bien. No me siento yo misma. Me siento distinta». Me sentía como si estuviera pasando algo que necesitara ser explicado. Uno de los lugares donde me sentía a salvo y segura de verdad era la iglesia. Incluso tocaba la guitarra en un grupo folk allí. La casa de Dios era la otra casa, aparte de la mía, donde me sentía en paz y a gusto en mi propia piel. A menudo digo que, si no fuera médium, podría haber sido esquizofrénica o monja. En serio, a veces esas me parecen las dos opciones más realistas. ¿Te imaginas? Mis padres me mimaron y me dieron muchísimo amor pero eso no quita el hecho de que yo sintiera que había algo en mí que no era normal.

A veces le preguntaba a Dios por qué ocurría todo aquello, por qué sentía miedo todo el tiempo. Pero nunca me enfadé con él o perdí la fe. No era así como me habían educado. No me gusta usar la palabra *religiosa* pero sí que vengo de una familia con una fe muy firme. Me enseñaron a rezar una oración por la noche y antes de cada comida. Mis padres tenían también una mente abierta sobre la espiritualidad. Es gracioso, porque no todos los católicos son así. Pero para nosotros, fe, espiritualidad..., todo viene de Dios.

Cuando no estaba en la iglesia, mi ansiedad llegaba a empeorar tanto que no quería salir de casa. No sabía cuándo iba a sentir o percibir algo en cualquier momento del día. Me di cuenta de

que cada lugar transmitía una sensación diferente y a veces me sentía como observada. Cuando le dije esto a mamá me sentó y me dijo: «Tu lugar seguro eres tú misma». Podía ir a cualquier parte porque yo era mi fuerza base. Durante mucho tiempo, esta actitud funcionó.

Aun así, estaba claro que veía y sentía cosas que los demás no podían. Cuando salía al centro comercial o a la bolera con mis amigos, les preguntaba si habían visto pasar a un hombre o si habían oído a alguien llamarles, porque yo sí aunque no lo dijera, y respondían: «Pues... no, ¿por qué lo dices?». O a veces recibía un mensaje y asumía que se trataba de mis propios pensamientos y no me daba cuenta de que tenía significado o ni siquiera de que había pensado en lo que fuera hasta que se confirmaba tiempo después. Por ejemplo, si estaba de camino a la feria tal vez escuchaba una voz decirme: «No comas algodón de azúcar». Yo lo ignoraba y luego me enteraba por una amiga de que el algodón de azúcar le había sentado mal. Pero, incluso entonces, sólo pensaba que tal vez tenía mejor intuición acerca de la gente y las situaciones que algunos amigos o desconocidos.

Una vez más, creí que yo era mi lugar seguro. Así pues ver, escuchar y sentir algo alrededor de mí todo el tiempo se convirtió en normal. Los médicos siempre han dicho que nuestros cuerpos están hechos para adaptarse; si una sensación o experiencia dura lo suficiente, el cerebro aprende a ignorarla, evitarla, o simplemente tratarla con normalidad. Ahora sé que ver y sentir al Espíritu no es lo más común en las personas pero para mí era rutinario y no tenía a mucha gente con la que comparar. De niña, mi familia y amigos se reían cuando a veces decía cosas raras pero nunca fueron más allá. (¡Mamá hace poco bromeaba diciendo que mis habilidades le daban un significado totalmente nuevo y distinto a cuando yo decía que había un monstruo, un amigo imaginario o un fantasma en la habitación!) Y aunque muchas veces mis amigos no estaban de acuerdo con lo que yo oía o veía, sí que tenía familiares que tenían experiencias parecidas porque también eran sensibles. De hecho, mi primo Johnny Boy solía burlarse de mí y de mi prima Lisa llamándonos *raritas*, y nos llamaba «Para» y «Noica» cuando le decíamos que habíamos visto

o sentido cosas. También solíamos ir de compras por separado, ¡y volver a casa con la misma ropa! Pero en aquellos tiempos todo lo que Lisa y yo sabíamos era que teníamos experiencias comunes e inusuales provocadas por los encuentros con lo que hoy sabemos que es el Espíritu, una parte de nuestras vidas. Y en lo que se refiere al pedante de mi primo Johnny, estaba viviendo en casa de mi abuela diez años más tarde y la vio de pie en el recibidor cuando salía de darse una ducha. ¿Quién se ríe ahora?

Cuando mis amigos se convirtieron en adolescentes bocazas, las cosas empezaron a cambiar. Entre los doce y los catorce años empecé a sentirme menos cómoda con lo que sucedía a mi alrededor, sobre todo por cómo reaccionaba la gente a mis observaciones. Mi familia seguía mostrándose indiferente a lo que decía, pero cuando de vez en cuando preguntaba si un amigo había visto o sentido algo, solían decir: «No, qué raro, no hay nadie ahí. ¡Nadie oye o ve las cosas como tú!». Lo que una vez pareció normal ahora ya no lo era, por lo que decidí suprimir todo lo que experimentaba. No decía una oración especial para que el Espíritu parara ni nada, sólo ignoraba los intentos del Espíritu de comunicarse conmigo. Pensad que esto fue antes de que en cada canal de televisión hubiera un programa de cazafantasmas y John Edward fuera un nombre conocido. La gente no hablaba de estas cosas. Nadie, incluida yo, podía haber imaginado lo que de verdad estaba pasando. Nunca formó parte de ninguna conversación agradable y normal.

A los dieciséis años, tenía la suerte de no haber perdido a muchos seres queridos, pero eso también significa que no se me solía aparecer ningún Espíritu conocido. Cuando *Nanny*, la madre de mi padre, murió, me quedé destrozada. Estábamos muy unidas y todo el mundo la echaba mucho de menos. Después de su muerte, la hermana mayor de mi padre hizo que una vidente viniera a casa de *Nanny*. En aquel momento no entendí por qué, pero ahora creo que era para ponerse en contacto con ella. Yo no quería ir y me daba un poco de miedo, más que nada porque no sabía lo que era una vidente ni qué hacía. Pero sabía que me sentía a salvo en casa de *Nanny*, así que al final fui. Y por primera vez en mucho tiempo, no ignoré al Espíritu.

Sentí la energía y el alma de *Nanny* cerca de la ventana y mi familia no paraba de preguntarme por qué estaba al lado de la cortina cuando todo el mundo estaba en la mesa de la cocina. También me preguntaron con quién hablaba aunque no recuerdo lo que decía. (Es parecido a cuando no recuerdo lo que el espíritu dice después de contactar para otros). Tras un minuto así, mi familia tuvo que interrumpirme con su forma habitual y burlona. No se lo tomaban en serio ni se asustaban.

—Theresa, ¿con quién hablas?

—Hablo con *Nanny*.

—Sí, claro. *Nanny* está muerta.

—Sé que está muerta, pero estoy hablando con ella.

Mi tía y mis primos puede que estuvieran confundidos, pero no le dieron importancia. Era famosa por soltar cosas sin sentido, pero ¿era eso más raro que invitar a una vidente a tomar café? Estaban abiertos a conversaciones espirituales que yo aún no había siquiera considerado.

Cuando recuerdo esto ahora puedo oler físicamente la casa de *Nanny* y ver todo lo que había dentro, los muebles cubiertos con plásticos, mesas con la superficie de mármol, el brillante candelabro del comedor, un cuadro de *La última cena*, y aquellas cortinas doradas. Todo muy llamativo e italiano. Y, a medida que cuento esta historia, tengo una visión, como una película que pasa rápida ante mis ojos, de *Nanny* de pie delante de los fogones, fumando su cigarrillo hasta convertirlo en una larga tira de ceniza colgando sobre una olla de espagueti hirviendo. Dejaba que el cigarrillo se consumiera hasta que sólo quedaba el filtro y a pesar de eso la ceniza jamás cayó en la salsa. Le encantaban sus joyas y, en mis recuerdos, lleva todos aquellos diamantes. Como yo.

Después de mi pequeño encuentro con *Nanny*, volví a ignorar al Espíritu completamente. Mi tío Julie murió en mi último año de instituto y, en aquellos tiempos, mi ansiedad empezó a ser peor que nunca. Desarrollé fobias aleatorias, muchas de las cuales tenían que ver con la claustrofobia. Los terrores nocturnos habían pasado hacía tiempo pero mis hábitos de sueño seguían siendo inestables. En lugar de despertarme gritando, saltaba de la cama sintiendo que me ahogaba, que no podía respirar.

Y entonces llegó Larry

Mis dieciocho años fueron un desastre total. Fue cuando conocí a mi marido, ¡Larry! Cuando mi tía llevó a la vidente la primera vez que vi el espíritu de *Nanny*, me dijo que iba a conocer a alguien mucho mayor que yo con barba y bigote. En aquel entonces, pensé que la vidente estaba chiflada, ya que estaba saliendo con alguien ya y ni siquiera me gustaba el vello facial. Pero dos años más tarde conocí a Larry y por supuesto tenía barba, bigote, y era once años mayor que yo.

Fue amor a primera vista. Larry tenía un pelo increíble, pegado a las sienes, con volumen en la parte de arriba y largo por detrás. También era muy elegante vistiendo y tenía un cuerpo bonito. Parecía un motero pulcro y aseado. Él dice que yo era una chispa que hacía bromas e iluminaba cualquier habitación. Larry trabajaba en el negocio de su familia, una compañía petrolífera, y yo trabajaba a tiempo parcial en el servicio de atención al cliente. Nunca fui a la universidad porque me daba demasiado miedo dejar a mi familia y abandonar mi zona de confort. Soñaba con ser peluquera o secretaria de un bufete, pero eso significaba desplazarme hasta Manhattan para encontrar buenos trabajos, lo que era demasiado apabullante para mí: trenes, ascensores, rascacielos, atascos... Ese no era mi mundo.

Larry me cuenta que solía tener ganas de ir a trabajar para ver lo que me había puesto, porque era mi época Madonna. Solía llevar pantalones ajustados, grandes cinturones, camisetas de rejilla que dejaban al descubierto un hombro y guantes sin dedos. Como en la película *Buscando a Susan desesperadamente*. Pero que el amor me tuviera distraída no quiere decir que mi ansiedad desapareciera. Hice todo lo que pude por reprimirla pero aquello sólo empeoró las cosas. No quería que Larry creyera que estaba loca y yo seguía preguntándome de vez en cuando si lo estaba. A veces veía siluetas u oía cosas, pero en aquel momento estaba en un punto de negación tal que estaba convencida de que eran todo imaginaciones mías.

Decidí ir a ver a un terapeuta que, sesión tras sesión, no dejaba de repetirme que no me pasaba nada. Y yo le decía: «Ben, sí

que me pasa algo. No me siento bien». Me preguntó sobre mi infancia y le expliqué que había sido idílica. ¿Mi familia y amigos ahora? Bien. ¿Tu novio? Divertido y excitante. ¿El trabajo? ¡Bien! La única causa que pudo encontrar para mi angustia crónica fue que venía de una familia ansiosa y puede que eso fuera algo genético. Pero el tío no pudo darme una buena razón médica o psicológica de por qué me sentía tan terriblemente mal como me sentía.

No pude ocultar mis ataques de ansiedad y mi larga lista de fobias a Larry durante mucho tiempo, sobre todo cuando estábamos en el coche o en otros espacios cerrados. Parece que cuando peor estaba es cuando mi mente estaba relajada. Si estábamos en un atasco en la autopista de Long Island, empezaba a fruncir el ceño porque sabía que estaba a punto de perder los estribos. Luego gritaba con todas mis fuerzas y, aunque el coche estuviera en marcha, le rogaba y le suplicaba a Larry que se desviara para poder salir de allí enseguida. Me pasó incluso en citas dobles con otra pareja dentro del coche. Mi ansiedad no tenía vergüenza. Los ataques de pánico acababan pasando y me ayudaba mucho que Larry siempre mantuviera el tipo. No tenía ni idea de qué me causaba tanto estrés, igual que yo, pero me alegro de que no se asustara y saliera corriendo.

Larry y yo nos casamos cuando yo tenía veintidós años. Enseguida le sobresalté en mitad de la noche. Me despertaba llamándole a gritos y llorando pidiendo ayuda. Luego se me pasaba, volvía a la cama y por la mañana no recordaba nada. También hablaba en sueños. Nunca dejé que Larry cubriera nuestras cabezas con las sábanas, ni siquiera en broma. Una vez nos tapó con una manta mientras veíamos la tele y empecé a gritar. Nunca más volvió a hacerlo. Pero, oye, Larry sabía que la ansiedad venía incluida en el *pack* y me quería tal y como era.

En la salud y la enfermedad

Mi marido dice que a pesar de que les hice subir por las escaleras en lugar de en el ascensor cuando estaba de parto de nuestro

hijo, Larry Jr., estaba extrañamente tranquila y controlada durante el parto. Mi ansiedad subió y bajó luego, pero normalmente me sentía mejor ahora que tenía la nueva responsabilidad de cuidar de un hijo. Incluso podía viajar bien.

Desde que iba a secundaria, siempre tenía un cigarrillo entre mis dedos de uñas pintadas. Nunca bebí ni tomé ningún narcótico pero fumar era mi vicio. Lo dejé cuando me enteré de que estaba embarazada de mi hijo pero, dos o tres años más tarde, volví a fumar cuando esos niveles (ya familiares) de estrés atacaron de nuevo. Creía que fumar me relajaría aunque parecía que me hacía sentir pesadez en el pecho, lo que sólo aumentaba mi ansiedad.

Dejé de fumar de nuevo cuando me quedé embarazada de Victoria, la tuve con veintisiete, y volví. La ansiedad se volvió espantosa. Peor que nunca. Recuerdo un incidente horrible en Disneylandia después de estar un tiempo sin viajar. Llegamos a nuestra habitación de hotel con los niños y enseguida empecé a perder los estribos. Mi madre y mi tía tuvieron que coger el tren desde Nueva York para calmarme. Como si tener un ataque de pánico severo no fuera suficiente, la pagué con mi marido. Dice que necesitaba un cabeza de turco. Los niños nunca me habían visto tan mal y parecían aterrorizados viendo a su madre volverse loca ante sus ojos.

En diciembre de 1999 me puse muy enferma sin motivo. Yo no soy una persona que se ponga mala. Incluso cuando los niños eran pequeños y traían gérmenes repugnantes del colegio, rara vez me resfriaba o cogía la gripe. Pero esto fue la cosa más rara. Una mañana me estaba arreglando para una boda y estaba bien, luego de repente estaba a cuarenta de fiebre. Mi padre me llevó literalmente a la consulta del médico. Estuve en cama dos semanas, lo que fue muy duro porque mi hijo, Larry, tenía nueve años, y Victoria, cinco. Mi marido era de gran ayuda, como siempre, pero no es que pudiera tener el lujo de quedarme en cama. Ni siquiera recuerdo la primera y delirante semana de todo esto. Y durante la segunda, seguí allí acostada. No podía caminar, comer ni ir al lavabo. Tampoco podía fumar.

Visto en la distancia, creo que Dios estaba desintoxicando mi cuerpo durante ese tiempo. Drogas, tabaco, narcóticos, todas

esas cosas ensucian tu aura y destrozan tu energía. Y fumar, en concreto, vuelve tu aura gris. Me mantuve alejada de los cigarrillos cuando me puse mejor. Eso no significa que fuera una alegría vivir conmigo. Recuerdo a mamá decirme: «Eres insoportable sin nicotina, ¡vuelve a fumar!», ¿Sabéis qué le contesté? «¡Dios está haciendo que lo deje!»

La razón salió por mi boca. Mi pregunté a mí misma: «¿De dónde ha salido eso?». ¿Por qué iba a decir yo algo así? Fue cuando supe que dejar de fumar era obra de Dios, porque aquellas palabras no habían salido de mi cabeza. Y después de eso no he vuelto a coger un cigarrillo en trece años.

Cuando contacto con el Espíritu lo hago desde un lugar donde obra el más alto bien, y eso requiere que mi cuerpo, mente y alma estén sanos y puros. Si miro atrás, no hubiera sido capaz de desarrollar mis habilidades si hubiera continuado llenando mi cuerpo con sustancias nocivas, como el tabaco. Pero en aquel entonces lo único que sabía es que Dios quería que dejara de fumar. Algunos alimentos empezaron a sentarme mal también. Los Doritos y comer en Wendy's hacían que me atontara y tuviera una sensación de mareo, como si no pudiera concentrarme. Alucinaba cuando comía glutamato monosódico. Cuando estaba embarazada de mi hijo Larry y estaba saliendo de un restaurante chino, tuve una de aquellas conversaciones surrealistas que me recordaron a cuando era pequeña.

—Oye, ¿has visto ese perro en el coche?

—¿Qué perro?

—¿No lo oyes ladrar?

—Cariño, no hay ningún perro.

—Es un husky, ¡acaba de guiñarme el ojo!

Más tarde supe que a los huskis siberianos se les considera perros muy espirituales porque están estrechamente relacionados con el lobo, que en la cultura de los nativos americanos es el mejor maestro espiritual del reino animal. Sospecho que el glutamato ayudó a potenciar mi visión porque es un producto químico, y cuando la gente altera la química de su cuerpo puede causar ciertas locuras en su alma.