

# ANITA MOORJANI

Su experiencia cercana a la muerte (ECM) en 2006, su asombrosa recuperación luego de estar postrada prácticamente en el lecho mortuario y la forma como expresa su forma de concebir y transformar la realidad (sentido común llevado a su una alta expresión) ofrecen una magnífica avenida hacia la Vivencia Transpersonal.

## BREVE RESEÑA BIOGRÁFICA

Anita Moorjani nació en Singapur y luego vivió en Sri Lanka hasta los dos años de edad. De origen indio de la etnia sindhi, luego se trasladó con su familia a Hong Kong. Debido a ello, creció hablando con fluidez sindhi, cantonés e inglés. Allí se familiarizó además con un gran número de idiomas de otras comunidades. Aunque india de nacimiento, fue primero educada en colegios católicos y luego en colegios privados ingleses en Hong Kong. Más tarde estudió en Inglaterra y después regresó a Hong Kong a trabajar en un puesto administrativo de alto rango para una compañía de moda francesa que le permitió viajar alrededor de todo el mundo usando sus conocimientos de las distintas lenguas y culturas aprendidas en diferentes negocios y actividades sociales. En diciembre de 1995 se casó con su alma gemela, Danny, quien la ama incondicionalmente (aun ahora a pesar de haberse tornado un tanto peculiar por haber tenido una experiencia cercana a la muerte).

En abril del año 2002 los médicos le diagnosticaron un Linfoma de Hodgkin. En febrero del 2006, después de batallar durante casi cuatro años con la enfermedad, la trasladaron a la unidad de cuidados intensivos del hospital local donde le dieron menos de treinta y seis horas de vida. Su impresionante experiencia de casi muerte (ECM) y su recuperación aparentemente milagrosa del cáncer, han creado un enorme interés a escala internacional.

## DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA CERCANA A L MUERTE

### EFFECTOS DE DICHA EXPERIENCIA Y SU VIDA Y SUS PENSAMIENTOS

Tenía cáncer (linfoma de Hodgkin), y en aquella mañana, no podía moverme. Mi marido me llevó al hospital, en donde, después de hacer exploraciones, me diagnosticaron linfoma del grado 4B (el grado más alto). El oncólogo más antiguo vio mi informe y dijo a mi marido que era demasiado tarde, y que mis órganos ahora estaban dejando de funcionar. Tenía solamente 36 horas de vida. Sin embargo, el oncólogo dijo que él haría todo lo que pudiera, pero preparó a mi marido a que muy probablemente yo no sobreviviría, pues mis órganos ya no funcionaban. Me pusieron la quimioterapia así como el oxígeno, y entonces comenzaron a hacer pruebas, particularmente de las funciones de mis órganos, de modo que pudieran determinarse qué drogas utilizar.

Me encontraba a veces consciente e inconsciente durante este tiempo, y podía sentir mi espíritu realmente salir del cuerpo. Vi y oí las conversaciones entre mi marido y los médicos que ocurrían fuera de mi habitación, a 40 pies de distancia en el vestíbulo. Verifiqué esta conversación con mi sorprendido marido. Entonces yo realmente <sup>3</sup>crucé la frontera<sup>2</sup> a otra dimensión, donde fui engullida por una sensación total de amor. También experimenté claridad extrema de por qué tenía el cáncer, por qué había entrado en esta vida en primer lugar, qué papel desempeñó cada uno en mi familia en mi vida en el esquema magnífico de las cosas, y generalmente cómo funciona la vida. La claridad y el entendimiento que obtuve en este estado son casi indescriptibles. Las palabras parecen limitar la experiencia - yo estaba en un lugar en donde entendía cuánto más hay de lo que podemos concebir en nuestro mundo de 3 dimensiones. Entendí el regalo que es la vida, y que yo estaba rodeada de seres espirituales que me amaban, que estaban siempre alrededor de mí, aún cuando no lo sabía.

La cantidad de amor que yo sentía era abrumadora, y de esta perspectiva sabía lo poderosa que soy, y vi las posibilidades asombrosas que nosotros, como seres humanos, somos capaces de realizar durante nuestra vida física. Descubrí que mi propósito ahora sería vivir <sup>3</sup>el cielo en la tierra<sup>2</sup> usando esta nueva comprensión, y también de compartir este conocimiento con la gente. Sin embargo tenía la opción de volverme a la vida, o ir hacia la muerte. Me hicieron entender que no era mi tiempo, pero tenía siempre la opción, y si eligiera la muerte, no experimentaría muchos de los regalos que el resto de mi vida todavía me guardaba. Una de las

cosas que quise saber era que si elegía la vida, tendría que volverme a este cuerpo enfermo, porque mi cuerpo estaba muy, muy enfermo y los órganos habían dejado de funcionar. Entonces me daban a entender que si elegía la vida, mi cuerpo se curaría muy rápidamente. ¡Vería una diferencia no en meses o semanas, sino en días! Me demostraron cómo las enfermedades comienzan en un nivel energético antes de que lleguen a ser físicas. Si elegía volver a la vida, el cáncer desaparecería de mi energía, y mi cuerpo físico se recobraría muy rápidamente.

Entonces entendí que cuando la gente tiene tratamientos médicos para las enfermedades, cura solamente la enfermedad de su cuerpo pero no de su energía, así que la enfermedad vuelve. Entendí que si yo volvía a la vida, me quedaría con una energía muy sana. Entonces el cuerpo físico recuperaría las condiciones de energía muy rápido y permanentemente. Me dieron la comprensión de que ésta se aplica a cualquier cosa, no sólo a las enfermedades - condiciones físicas, condiciones psicológicas, etc. Me <sup>3</sup>demostraron<sup>2</sup> que todo lo que sucede en nuestras vidas dependía de esta energía que se encuentra alrededor de nosotros y creada por nosotros. Nada era sólido - creamos nuestros ambientes, nuestras condiciones, etc. dependiendo de donde estaba esta <sup>3</sup>energía<sup>2</sup>. ¡La claridad que recibí acerca de cómo conseguimos lo que conseguimos era fenomenal! Todo se trata de donde estamos energéticamente. Me hicieron saber que iba a ver la <sup>3</sup>prueba<sup>2</sup> de esto directamente si volvía de nuevo a mi cuerpo.

Sé que estaba entre los dos mundos, pero cada vez que pasaba al <sup>3</sup>otro lado<sup>2</sup>, me mostraban cada vez más escenas. Había una que mostraba como mi vida había tocado a toda la gente en ella - era como un tapiz y mostró cómo afecté a cada uno alrededor de mí. Había otro que me mostraba a mi hermano en un avión, quién habiendo oído las noticias que yo estaba muriendo, venía a verme (esto fue verificado cuando comencé a volver en mí. Mi hermano estaba allí, apenas desembarcado de un avión). Entonces pude vislumbrar a mi hermano y a mí y entendía, de alguna manera, que era una vida anterior, donde yo era mucho mayor que él y que era como una madre para él (en esta vida, él es mayor que yo). Vi que en aquella vida yo era muy protectora hacia él. Repentinamente me di cuenta de que él estaba en el avión viajando a verme, y sentí <sup>3</sup>no puedo hacerle esto a él - no puedo dejarlo venir y que me vea muerta<sup>2</sup>. Entonces también vi cómo el propósito de mi marido estaba ligado al mío, y cómo habíamos decidido venir y experimentar juntos esta vida. Si yo me iba, él probablemente me seguiría poco después.

Me hicieron entender que, como las pruebas habían sido tomadas para las funciones de mis órganos (y los resultados no estaban listos todavía), que si elegía la vida, los resultados demostrarían que mis órganos funcionaban normalmente. Si elegía la muerte, los resultados demostrarían falla multiorgánica como causa de muerte, debido al cáncer. ¡Podía cambiar el resultado de las pruebas por mi opción! ¡Escogí mi opción, y cuando comencé a despertar (en un estado muy confuso, pues no podría en aquel momento decir de cual lado del velo estaba), los médicos se precipitaron en el cuarto con grandes sonrisas en sus rostros diciendo a mi familia, Tenemos buenas noticias - obtuvimos los resultados y sus órganos están funcionando - no lo podemos creer!! Realmente parecía como si en su cuerpo todo se hubiera parado!<sup>2</sup>

Después de eso, comencé a recuperarme rápidamente. Los médicos habían estado esperando a que estuviera estable antes de hacer una biopsia del nódulo linfático para ver qué tipo de células de cáncer eran, y no pudieron encontrar ni siquiera uno lo bastante grande para sugerir el cáncer (al entrar en el hospital mi cuerpo estaba lleno de nódulos linfáticos hinchados). Hicieron una biopsia de la médula, para ver otra vez la actividad del cáncer y para poder ajustar la quimioterapia según la enfermedad, y no había ninguna actividad de cáncer en la médula. Los médicos quedaron muy confusos, pero concluyeron que yo había respondido repentinamente a la quimioterapia. ¡Puesto que ellos mismos no podían entender lo que pasaba, hicieron prueba tras prueba, que pasé sin problemas, y triunfar sobre cada prueba me hacía sentir con más fuerza aún! ¡Tenía una exploración completa del cuerpo, y puesto que no podían encontrar nada, hicieron que el radiólogo lo repitiera otra vez!!!!

Debido a mi experiencia, ahora estoy compartiendo con cada persona que conozco que los milagros son posibles en nuestra vida diaria. Después de lo que he visto, me doy cuenta de que absolutamente cualquier cosa es posible, y que no venimos aquí para sufrir. La vida debe ser fabulosa, y nosotros somos muy, muy amados. La manera en que miro la vida ha cambiado completamente, y estoy tan contenta de que me hayan dado una segunda oportunidad de experimentar el <sup>3</sup>cielo en la tierra<sup>2</sup>.

La experiencia era mucho más de lo que las palabras pueden expresar. El uso de palabras para expresar la experiencia la disminuye y la hace más limitada. Lo que vi, percibí, y sentí, y la claridad que experimenté

sobre la vida, es más de lo que podemos concebir, así que no se han creado palabras para describirla.

## ALGUNAS PREGUNTAS Y SUS CORRESPONDIENTES RESPUESTAS

¿A la hora de esta experiencia, hubo algún evento asociado con una amenaza a la vida? Incierto. Yo estaba muriendo de cáncer, y los médicos habían dicho que tenía solamente cerca de 36 horas de vida. A este punto comencé a pasar entre otra dimensión y ésta.

¿En qué momento durante la experiencia estuvo usted en el mayor nivel de conciencia o estado de alerta? Probablemente cuando me dieron la opción de regresar o no.

¿Cómo su mayor nivel de conciencia y estado de alerta durante la experiencia se compara con su nivel de conciencia y estado de alerta diarios normales? Más conciencia y estado de alerta de lo normal

Si tu nivel de conciencia y estado de alerta durante la experiencia era diferente de tu nivel de conciencia y estado de alerta diarios normales, ¿cómo nos lo puedes explicar?

Estaba consciente e inconsciente, así que estaba consciente de ambos <sup>3</sup>lados<sup>2</sup>. Estaba también enterada de las conversaciones que ocurrían fuera del cuarto, lejos del alcance de mis oídos.

¿Difirió su visión de alguna manera de su visión diaria normal (en cualquier aspecto, tal como claridad, campo visual, colores, brillo, profundidad del grado de percepción de lo sólido/transparente de los objetos etc.)?

Sí, sabía que todavía estaba en el cuarto - aún cuando para los otros, mis ojos estaban cerrados y no estaba despierta, podía todavía <sup>3</sup>ver<sup>2</sup> a cada uno en el cuarto, y al mismo tiempo experimentar la otra dimensión, como si existiera simultáneamente.

¿Difirió su capacidad auditiva de alguna manera de su capacidad auditiva diaria normal (en cualquier aspecto, tal como claridad, capacidad de reconocer la fuente del sonido, tono, sonoridad, etc.)? Sí, podía oír lo que decían los médicos y mi familia fuera del cuarto, bien fuera de alcance del sonido.

¿Experimentó su conciencia una separación del cuerpo? No estoy segura

¿Qué emociones sintió durante la experiencia?

Sentía enorme amor, más que cualquier cosa que yo haya experimentado en la tierra. Me sentía muy amada, como si no importara lo que hiciera, yo todavía sería amada. No tenía que hacer nada para merecerlo o probarme a mí misma.

¿Pasó hacia o a través de un túnel o encerramiento? No

¿Vio una luz? No

¿Conoció o vio algún otros seres? Sí Muchos seres que ya habían muerto, incluyendo mi padre y mi mejor amigo, me rodeaban. No reconocí a los otros seres, solo sabía que me amaban mucho y que me protegían. Me di cuenta de que estaban allí siempre, aún cuando yo no lo sabía.

¿Experimentó el repaso de eventos del pasado de su vida? No

¿Observó u oyó algo relativo a personas o eventos durante su experiencia que pudiera ser verificado posteriormente? Sí, vi y oí una conversación entre el médico y mi marido lejos de mi cuarto en el corredor. Vi a mi hermano en un avión que venía a verme. Ambos episodios fueron verificados, incluyendo la conversación entre el médico y mi marido, la cual repetí palabra por palabra.

¿Vio o visitó algún sitio bello o de alguna manera peculiar, niveles o dimensiones? No

¿Tuvo alguna sensación de alteración del espacio o el tiempo? Sí, sentía que estaba en la otra dimensión mucho más tiempo de lo que realmente estaba. La cantidad de cosas que vi y que aprendí habría durado mucho en esta dimensión aquí. También, con las pruebas médicas que se hicieron, aún cuando las pruebas

fueron hechas, los resultados dependían de mi elección de volverme a la vida o no. ¡Eso realmente cambió mi concepto del tiempo!!

¿Tuvo la sensación de comprender un conocimiento especial, orden universal y/o propósito? Sí ¡La claridad era asombrosa! Entendía por qué yo tenía el cáncer, entendía cómo la gente consigue lo que consigue, y entendía que la vida es un regalo, solamente no nos damos cuenta. Entendía que somos muy, muy amados, no importa lo que hacemos. No tenemos que hacer ninguna cosa para probarnos a Dios, y no hay <sup>3</sup>cielo<sup>2</sup> ni <sup>3</sup>infierno<sup>2</sup>. ¡Me di cuenta de que creamos nuestro propio cielo o infierno aquí en la tierra, y aprendí los ingredientes principales para crear mi propio cielo en la tierra!

¿Alcanzó un lindero o limitante de una estructura física? Sí. Llegué a un punto donde sabía que tenía que escoger la opción de regresar de nuevo a la vida o ir hacia delante, a la muerte. Mi mejor amiga estaba allí (ella había muerto de cáncer 2 años antes), y ella me dijo que no podía seguir más adelante o no podría dar vuelta atrás. <sup>3</sup>Has llegado al límite. No puedes seguir más adelante<sup>2</sup> ella dijo. <sup>3</sup>Vuélvete y vive tu vida plenamente y sin miedo.<sup>2</sup>

¿Estuvo desde entonces con la percepción de eventos futuros? Sí. Me di cuenta de que mi cuerpo se curaría muy rápido, y lo hizo. Sabía que todas las pruebas demostrarían resultados fenomenales, y así fue. No encontraron ningún rastro de ninguna enfermedad en mis exploraciones, mis biopsias, etc. Mis órganos están funcionando normalmente, mi apetito volvió y me hicieron saber que todo esto sucedería. Hace solamente 6 meses desde mi ECM, y todavía estoy esperando todos los otros regalos que me mostraron. Sin embargo, puedo ver mi vida cambiar hacia una dirección donde es muy posible todo esto. ¡Una de las cosas que vi era que tendría una vida muy larga!

¿Tuvo usted a partir de la experiencia algún don psíquico, paranormal u otro que no tenía antes de ella? Sí. Soy mucho más intuitiva desde la experiencia. Cuando estoy sola, tengo a menudo la certeza de estar rodeada por seres (los mismos seres que sentí cuando crucé al otro lado), y tengo la sensación de ser muy, muy amada - la misma sensación que sentí durante la ECM.

¿Ha compartido esta experiencia con otros? Si. Unos días después de la experiencia, tan pronto como pude hablar bien, comencé a compartirla con los miembros íntimos de la familia - mi marido, mi hermano (a quién había visto en el avión), mi madre. Estábamos todos muy emocionados y llorosos. Y todos quedaron muy impresionados con mi relato de acontecimientos, los resultados de la prueba que sabía que serían normales porque elegí regresar, las conversaciones que <sup>3</sup>oí<sup>2</sup>. Entonces vieron la velocidad de mi recuperación, la sorpresa de los médicos que no podían encontrar ningún rastro del cáncer - ha cambiado a mi familia entera. También la compartí con mi mejor amiga que estuvo conmigo durante esta experiencia, y ha cambiado su vida también. ¡Al salir del hospital y saludar a la gente cambió a muchas personas, porque la última vez que ellos vieron u oyeron hablar de mí, yo estaba en mi lecho de muerte! Yo parecía muy, muy enferma, y no podía caminar o respirar correctamente en aquel momento. Parecía totalmente sana y normal ahora. La primera vez que caminé hacia un grupo de personas después de salir del hospital, todos se asombraron. Me miraban como si hubieran visto a un fantasma. ¡No podían creer cómo me había recuperado tan rápido - cada uno de ellos pensó que yo iba a morir! Entonces compartí mi experiencia con cada uno en el cuarto, y todos me creyeron porque me habían visto <sup>3</sup>antes<sup>2</sup> y <sup>3</sup>después de<sup>2</sup> mi experiencia. Algunos de ellos dijeron que yo les había cambiado sus vidas.

¿Tenía usted algún conocimiento de experiencias cercanas a la muerte (ECM) anteriormente a su experiencia? Sí. He leído sobre las ECMs pero nunca esperaba experimentar una . Mi ECM me parecía totalmente diferente a cualquier cosa que he leído porque no había luz, túnel, ninguna figura religiosa, y no vi mi vida entera correr delante de mis ojos. Mientras que la experimentaba, no tenía ninguna idea de que experimentaba una ECM o que era una experiencia fuera del cuerpo. Me parecía muy normal en ese momento. Fue solamente después que me di cuenta de que me había deslizado a otra dimensión.

¿Cómo vio la realidad de su experiencia poco tiempo (días a semanas) después de que sucedió? La experiencia fue definitivamente real. ¡Sabía que era real porque nada podía explicar la manera milagrosa de como el cáncer desapareció de mi cuerpo!!! ¡(Tengo las exploraciones y las pruebas médicas para probarlo)! ¡Y la energía que sentía del poder y de la comprensión - nada podía explicar el cambio que experimenté in mi manera de pensar!

¿Hubo una o varias partes de la experiencia especialmente significativas para usted? La experiencia entera fue de muy gran alcance - no puedo imaginar que me sucediera ninguna otra cosa más poderosa. Sin embargo, dos cosas principales me impactaron - una era poder cambiar el resultado de la prueba. Eso me convenció de que nada es sólido (o real). Podemos cambiar cualquier cosa. ¡La segunda cosa, aún más importante, es cómo mi cuerpo cambió de estar casi muerto de cáncer a estar totalmente sano, sin un rastro de la enfermedad en tan corto plazo! No sólo me da la sensación de que todo (incluyendo el cáncer) no es real (un cambio en mi consciencia lo hizo desaparecer!) sino también que me hace sentir que yo misma soy muy poderosa, y ahora tengo una comprensión totalmente diferente de la vida.

¿Cómo ve actualmente la realidad de su experiencia? La experiencia fue definitivamente real. Primero que nada, estoy gozando de las maravillas de mi cuerpo sano. ¡No me he sentido así de bien hace mucho tiempo! En segundo lugar, me siento muy <sup>3</sup>conectada<sup>2</sup> de una manera que nunca había sentido antes. Me siento <sup>3</sup>guiada<sup>2</sup>. Ahora no tengo miedo de nada. Sé que no moriré hasta que complete todo lo que vine a hacer aquí. Y aún así, no tengo miedo de la muerte. Muchísimas <sup>3</sup>coincidencias<sup>2</sup> han estado ocurriendo en mi vida desde la experiencia (de ahí la sensación de ser <sup>3</sup>guiada<sup>2</sup>). Es como recibir regalos del universo sólo por desearlos, recibo la llamada telefónica de las personas que necesito, me he topado con la gente necesaria, recibo emails que contestan las preguntas que tengo, etc. La vida ya es mucho más fácil, a pesar de que hace solamente algunos meses que estoy sana. Siento una energía muy alta, y por el momento todavía siento la realidad de la experiencia entera.

¿Han cambiado sus relaciones específicamente como resultado de su experiencia? Sí. Estoy aún más ligada a mi familia, pero mi círculo social ha cambiado. Muchos de mis amigos se han alejado de mí, pero unos pocos están más ligados que nunca, y ya tengo muchos amigos nuevos desde esta experiencia.

¿Han cambiado sus creencias/prácticas religiosas específicamente como resultado de su experiencia?

No estoy segura. Nunca fui muy religiosa desde el principio. Todavía no creo en ninguna religión particular, pero la experiencia ha fortalecido mi creencia en la espiritualidad y mi fe en una vida después de esta vida, y en el poder de nuestro propio ser superior (alma).

¿Después de su experiencia ha tenido algunos otros eventos en su vida, medicamentos o sustancias, que le reprodujeron alguna parte de la experiencia? Sí. Puedo ir de nuevo a esa sensación <sup>3</sup>conectada<sup>2</sup>, de ser amada, y de sentir a los otros seres alrededor de mí, particularmente cuando estoy sentada en un ambiente tranquilo.

¿Las preguntas formuladas y la información suministrada por usted describieron en forma precisa y comprensiva su experiencia? Sí.

¿Has vivido en un lugar del mundo de habla inglesa por un período de tiempo?

Asistí a una escuela privada británica durante toda mi carrera escolástica aquí en Hong Kong, puesto que era una colonia británica hasta 1997. Había escuelas británicas organizadas específicamente para los niños de los oficiales británicos y la mayor parte de las corporaciones grandes en Hong Kong también fueron dirigidas por ingleses.

Después de terminar la escuela, hice otros estudios en Manchester, Reino Unido, pero volví a Hong Kong después de terminar. Me casé con alguien aquí, que compartía antecedentes culturales muy similares al mío - un Hindú étnico nacido y criado en Hong Kong, sin un nexo real al país nativo de nuestros padres. También he estado trabajando aquí en Hong Kong.

Cuando tuve mi ECM, y podía ver y percibir ciertos aspectos de mi futuro, percibí que una de las razones por la que debía regresar era mi comisión espiritual de tocar e inspirar las vidas de la gente. En ese estado sabía que, de alguna manera, yo iba a inspirar millares, quizá a diez millares de personas, pero no estaba claro cómo se suponía que lo hiciera - solo sabía que yo debía hacer algo para inspirar a la gente. Específicamente, tuve la sensación de que no necesitaba hacer nada especial para que eso sucediera, solamente tenía que ser yo misma y gozar de la vida. Luego, recientemente, había estado pensando en esto, y ahora que estoy sana y deseo hacer algo productivo con mi vida, he estado intentando descifrar que es lo que se supone que debo hacer para inspirar a otros. Y esta mañana recibí tu E-mail que decía <sup>3</sup>a través de los años, diez millares de personas leerán tu experiencia y, estoy seguro, se inspirarán.<sup>2</sup> ¡Ahora entiendo porqué me hicieron sentir que no tenía que hacer nada!! ¡Lo estaba haciendo al experimentar la ECM!!!

¿Tu linfoma de Hodgkin fue diagnosticado por biopsia? ¿Cómo se hizo el diagnóstico? Con respecto a tus preguntas, lamento si las respuestas te parecen un poco largas, pero deseo explicar todo lo más claro posible: Hace más o menos 3 años y medio, me hicieron una biopsia de aguja en una glándula linfática inflamada en la base de mi cuello, donde se une con mi hombro en mi lado izquierdo, y los resultados indicaron que tenía linfoma de Hodgkin. Una exploración preliminar entonces, lo ubicó en etapa 1A en aquel momento, sin embargo tenían que hacer más pruebas.

Quisiera explicar algunos detalles, que no pensaba eran necesarios en mi relato anterior pues no tenían nada que ver con el ECM misma: Mi mejor amiga acababa de morir de cáncer - ella tenía un sarcoma en el área del pecho. El sarcoma se había removido quirúrgicamente, y entonces le hicieron quimioterapia. Su condición física se deterioró muy gravemente después de comenzar la quimioterapia y se continuó deteriorando hasta que ella murió. Su familia sintió fuertemente que fue la quimioterapia la que le mató, no el cáncer. Yo estaba con ella durante su experiencia, y la vi sufrir a lo largo del tratamiento de quimioterapia, que era un horror, y entonces la vi morir. Ella era mi amiga que yo había conocido desde la escuela primaria y habíamos crecido juntas.

Cuando me diagnosticaron subsiguientemente, el mismo año que ella murió, me dieron una sacudida terrible, igual que a muchas personas de nuestro círculo de amigos. Yo tenía mucho, mucho miedo a la quimioterapia así que rechacé el tratamiento, y fui a ver un naturópata especializado en el tratamiento del cáncer. Al principio, los nódulos linfáticos hinchados parecían encogerse, y pensábamos que la terapia era buena, y estaba muy feliz que no tendría que hacerme la quimioterapia. Pero aunque se disminuyeron, no desaparecieron totalmente. Vivía con mucho miedo en aquel momento - miedo al cáncer y l miedo a la quimioterapia. Mejoré mi dieta, hice terapia del colon, y tomé todas las píldoras que el naturópata me diera. Pero a eso de 2 años, los nódulos linfáticos parecían crecer de nuevo, y el médico cambió mi terapia, y también me envió a un especialista herbario.

Una vez más se parecía estar controlada por un corto tiempo, pero hace más o menos 1 año, comencé a tener líquido en la zona del pecho, y también mi brazo izquierdo se hinchaba. Mi doctor entonces realizó una efusión pleural, y entonces el líquido regresó y él realizó la efusión varias veces más. Durante este tiempo, mis glándulas se hinchaban cada vez más, hasta el enero de 2006, cuando mi salud deterioró dramáticamente en un lapso de 2 o 3 semanas. Mi respiración llegó a ser cada vez más laboriosa; no tenía aliento y tenía que llevar una máquina portátil de oxígeno.

Perdía peso, no podía comer porque me sentía siempre llena; mis músculos se deterioraban al punto que no podía caminar y tenía que utilizar una silla de ruedas, yo tenía lesiones en la piel que exudaban, y el 2 de febrero, no podía moverme. No podía abrir mis ojos, salir de la cama, menos aún caminar. Solo acepté que esto era mi final, yo iba a morir, y dejé ir todo. No sentía ningún dolor, ni malestar. No tomaba ninguna medicación en ese momento - sólo un estado de soltar todo. Mi marido me llevó urgentemente al hospital, y me asignaron un oncólogo quien, después de examinarme, dijo <sup>3</sup>es demasiado tarde. No hay nada que pueda hacer.<sup>2</sup>

Mi marido rogaba que ella hiciera algo, y ella entonces cedió y asignó a otro, puesto que ella se sentía que sería una <sup>3</sup>pérdida de su tiempo<sup>2</sup>, o quizás ella no quería que mi muerte estuviera registrada en su récord. Ella estaba muy enojada con mi naturópata, y pensaba que él tenía la responsabilidad de haberme enviado al hospital antes y dijo claramente que él tenía la culpa que yo iba a morir. Las exploraciones demostraron que el linfoma se había extendido por todo mi cuerpo y mis órganos estaban comprometidos. Mis pies y manos ahora comenzaron a hincharse como globos, y mi cara estaba toda hinchada.

La oncólogo dijo <sup>3</sup>sus órganos no funcionan ya - ella está muriendo por falla multiorgánica<sup>2</sup>. Escuchando las súplicas de mi marido, ella llamó a otro oncólogo, que dijo a mi marido no puedo prometer nada, veré lo que puedo hacer. Sin embargo, las próximas 24 horas son críticas. Ella está demasiado inestable, incluso para hacer una biopsia para determinar qué drogas inyectar. También comenzaremos enseguida las pruebas para ver el estado de los órganos ya que todos los síntomas parecen indicar falla.<sup>2</sup> Ésta era la conversación que ocurrió fuera de mi habitación, a unos 40 pies de distancia, y yo la oía y observaba, así que obviamente había dejado mi cuerpo en aquel momento.

De todas formas, entonces me di cuenta de todas las agujas que me picaban, y de que cierta clase de drogas de la quimioterapia me entraban, pero no sé exactamente cuál era la mezcla. Y yo estaba conectada a una

máquina de oxígeno, a un tubo de alimentación, a algo que monitoreaba mi corazón, pulso, presión arterial, etc. etc. A la mañana siguiente, (después de errar entre los dos mundos durante toda la noche y después de tomar mi decisión para regresar a la vida) comencé a sentirme más despierta, y comencé a sentirme un poco más ligada a este mundo que a aquél, y fue entonces cuando entraron los médicos y me dijeron que mis órganos mostraban una función normal. Me seguía sintiendo un poco borrosa, y dije algo como <sup>3</sup>Ah, pensaba que ya sabíamos eso.<sup>2</sup>

Mi hermano había llegado, después de volar en avión toda la noche, y para esa tarde, yo estaba realmente despierta y lista para incorporarme. Mi familia entera comenzó a celebrar. En un plazo de 4 días, mi progreso fue notable, y me transfirieron de la UCI a un cuarto privado normal. Había reducción significativa en mis nódulos linfáticos durante esos 4 días. Puesto que ahora parecía que yo iba a vivir, el doctor mandó que un especialista de heridas mirara mis lesiones de piel. Cuando las vio por primera vez, me dijo que las lesiones necesitarían cirugía porque la piel <sup>3</sup>se había comido<sup>2</sup>, pero iba a esperar hasta que yo me sintiera más fuerte. Sin embargo, mis heridas se curaron milagrosamente durante las semanas, y nunca necesitaron la cirugía (tenía una en el cuello y otra debajo del brazo). A eso de una semana después de salir de la UCI, realizaron una biopsia de la médula, y no pudieron encontrar nada, y unos 10 días después, realizaron una biopsia del nódulo linfático. Cuando me enviaron para hacer la biopsia del nódulo linfático, el radiólogo no pudo encontrar un nódulo linfático lo suficientemente grande para sugerir cáncer, no obstante el oncólogo lo presionó para que, de todos modos, marcara un nódulo linfático en mi cuerpo. Hizo una biopsia y no encontró nada. Cada vez, yo sabía que los resultados de la prueba iban a ser negativos.

El oncólogo, sin embargo, quería hacer estas pruebas para poder determinar qué drogas de quimioterapia debía utilizar, pero puesto que él no podía encontrar nada, me dijo que era porque yo estaba respondiendo extremadamente bien a lo que él estaba utilizando, así que él continuaría administrándome lo mismo. Le pregunté que si el cáncer parece haber desaparecido, porqué tenía que continuar con la quimioterapia, pero él insistió diciendo que a pesar de ser notable mi recuperación, tenía que estar seguro de administrarme, por lo menos, el número mínimo de ciclos, debido al estado en que yo estaba cuando llegué. Me dijo que originalmente pensaba que necesitaría muchos ciclos más, pero que ahora los reduciría drásticamente al mínimo número de ciclos que él da: 6. No sé porqué, pero no sufrí efectos secundarios importantes de la quimioterapia.

Yo estaba tan energética por causa de mi ECM, que era como si nada pudiera tumbarme, y perdí mi miedo a la quimioterapia, y sabía que iba a estar bien - mejor que bien. En cuanto a la pregunta 3, los nódulos linfáticos se redujeron, visiblemente, en aproximadamente un 80% en unos 4 días después de la quimioterapia. Sin embargo, la biopsia fue hecha unas 2 semanas después de eso, y no podían encontrar un nódulo linfático que pudiera sugerir cáncer. Estaban esperando a que mi cuerpo se pusiera más fuerte antes de realizar la biopsia, y era por eso que no lo habían hecho anteriormente. La biopsia de la médula fue hecha anteriormente, y no encontraron nada.

Al otro lado, el tiempo parece tener un significado totalmente diferente que aquí en este lado. Lo que sentía era que existen todas las posibilidades simultáneamente - solo depende de lo que eliges. Es algo como estar en un elevador, donde existen todos los pisos de un edificio, pero puedes elegir en cual piso quieres bajar. Así que si todas las posibilidades futuras existen para elegir, entonces asumo que existen todos los panoramas pasados también.

Entonces, dependiendo de cual posibilidad futura elija, eso también determinará, automáticamente, como será el pasado (yo elegí vivir, así que eso influenció el pasado, eligiendo el resultado apropiado de la prueba para la función de los órganos). Espero que esto tenga sentido. Está muy claro en mis pensamientos, pero es difícil escribirlo. Cuando me presentaron la opción, realmente vi una visión de mi informe del laboratorio que decía, en el encabezamiento: Diagnósis: Falla multiorgánica. Entonces en el texto del informe: Muerte debido a falla multiorgánica causada por linfoma de Hodgkin. Cuando vi realmente el informe después de regresar, la hoja del papel parecía casi idéntica, y el encabezamiento era, palabra por palabra, lo que yo había visto: Diagnósis: Falla multiorgánica. Sin embargo, el reporte decía: No hay evidencia de falla multiorgánica. Yo tenía, realmente, escalofríos leyendo ese informe, sabiendo lo que hubiera podido leer.

Ahora sé que existe mucho más de lo que nosotros estamos conscientes o somos capaces de entender. Cada día, entiendo más, después de tener la ECM. Estoy descubriendo que hay cosas que ahora siento que <sup>3</sup>sé<sup>2</sup> o que <sup>3</sup>entiendo<sup>2</sup>, que no sabía antes. El mejor ejemplo que puedo dar es: imaginen que hay un almacén

enorme, que está oscuro, y vives en este almacén con una linterna. Todo lo que sabes sobre este almacén se ve a través de la luz de esta pequeña linterna. Siempre que deseas buscar algo, puedes o no encontrarlo, pero no significa que no existe la cosa. Está allí, pero sólo es que no has destellado tu luz en ella. Puedes ver solamente lo que se enfoca con tu rayito de luz.

Entonces un día, alguien presiona el interruptor de luz para todo el almacén y, por primera vez, puedes ver el almacén entero. La inmensidad del almacén es casi abrumadora, no puedes ver la totalidad, y sabes que hay más de lo que puedes ver. Pero ves cómo todos los productos se alinean en todos los estantes, y notas cuántas diversas cosas están allí, en el almacén, que nunca notaste antes y menos aún concebiste que existían, a pesar de que existen, simultáneamente con las cosas que sabes que existen (ésas son las cosas que tu linternita había podido encontrar).

Entonces, aun cuando el interruptor se desliga, nada puede quitar la comprensión y la claridad de tu experiencia. Aun cuando estás de nuevo con una linternita, tú ahora sabes buscar cosas. Sabes que es posible, inclusive sabes qué buscar. Comienzas a ver las cosas de una manera diferente, y es de esta ventaja nueva que tus experiencias comienzan a suceder. Entonces, encuentro que en mi vida diaria, me refiero a diversos aspectos de mi experiencia en diferentes momentos, y entiendo las cosas de una manera diferente, y sé de cosas que no sabía que sabía.

Ví a toda la gente como <sup>3</sup>energía<sup>2</sup>, y dependiendo donde estaba nuestro nivel de energía, ese era el mundo que creábamos para nosotros mismos. La comprensión que gané de esto era que si el cáncer no estaba en nuestra <sup>3</sup>energía<sup>2</sup>, entonces no estaba en nuestra realidad. Si el sentirse bien con nosotros mismos estaba en nuestra energía, entonces nuestra realidad sería positiva. Si el cáncer estaba en nuestra energía, entonces aunque lo erradicáramos con la medicina moderna, volvería pronto. Pero si lo despejábamos de nuestra energía, el cuerpo físico pronto se curará. Ninguno de nosotros somos tan <sup>3</sup>reales<sup>2</sup> o tan físicos como pensamos que somos. De lo que yo ví, parece que somos, sobretodo, energía y lo físico es solamente un resultado de expresar nuestra energía. Y podemos cambiar nuestra realidad física si cambiamos nuestra energía. (Algunas personas me han aconsejado usar el término <sup>3</sup>vibración<sup>2</sup>). A mí, personalmente, me hicieron sentir que para mantener mi energía o vibración en un nivel alto, solo tenía que vivir el momento, gozar de cada momento de la vida, y utilizar cada momento para elevar el momento próximo (lo cual, entonces, eleva mi futuro). Es en ese momento de elevar tu nivel de energía que puedes cambiar tu futuro (como mis resultados de la prueba). Suena muy simplista, pero lo sentía de una manera muy profunda cuando experimentaba la comprensión de esto.

## DIÁLOGO POSTERIOR

### CON UN ENTREVISTADOR DE NDERF

NDERF: Hola Anita, ¡qué gusto hablar contigo de nuevo! Han pasado sólo unos pocos meses desde tu ECM y desde tu recuperación. Por ello me pregunté cómo te has sentido estos días. ¿El interés de los medios de comunicación y del público general te ha privado de libertad de movimiento en tu vida cotidiana?

Anita: Físicamente me siento realmente bien, gracias por preguntarme. No recuerdo haber tenido toda esta energía disponible nunca antes. En lo referente al público y a los medios de comunicación, ha sido en realidad muy divertido. No es que la gente me reconozca inmediatamente, lo que quiero decir es que mucha gente ha oído mi historia, pero la mayoría no saben como soy porque básicamente han leído acerca de mí en internet o me han escuchado en la radio (estoy saliendo al aire en China cada vez más!!). Es solamente cuando me presento que la gente dice: <sup>2</sup>Oh! ¿Usted es la Anita que murió?<sup>2</sup>.

Otro aspecto divertido es que recibo muchas invitaciones para participar en eventos sociales y de carácter espiritual. Lo que más me gusta es que la gente no hace sino abrazarme. Cuando me conocen dicen: Su experiencia me conmovió realmente. ¿Puedo abrazarla? Y yo por supuesto digo ¡claro!<sup>2</sup> Me encanta esa parte!

NDERF: Sí, puedo ver que te has vuelto una experta dando abrazos cibernéticos en los foros. ¡Ahora puedes abrazar al mundo entero! ¿Qué ha sido lo más difícil en tu readaptación a la realidad tridimensional desde tu experiencia?



Anita: Una pregunta muy buena. La parte más difícil es no ser capaz ahora de ver este mundo en la misma forma en que todo el mundo lo ve. No veo las cosas de la misma forma que la mayoría de las personas las ve ni proceso la información en la misma forma en que solía hacerlo. No puedo. Siento como si hubiera visto más allá de este mundo físico, y no puedo regresar a pensar de la misma forma en que lo hacía antes. Algunas veces me siento mal interpretada. Uno de mis miedos es quedarme muy sola si la gente no me entendiese.

NDERF: Sí, me puedo imaginar que sobrevendría un sentimiento de soledad con una experiencia que es difícil de expresar con palabras. ¿Podrías decirme más acerca de cómo esta forma de pensar afecta tu realidad física?

Anita: Durante la ECM sentí que había despertado a una realidad diferente. Sentí como si hubiese despertado de la <sup>3</sup>ilusión<sup>2</sup> de la vida, y desde esta perspectiva, me pareció que mi vida física era sólo la culminación de mis pensamientos y creencias hasta ese punto. Sentí como si el mundo entero fuese sólo la culminación de los pensamientos y creencias colectivos, es decir, la culminación de los pensamientos y creencias de todos. Sentía que en verdad nada era real, sino que éramos nosotros, a través de nuestras creencias, quienes lo tornábamos real. Entendí que aun mi cáncer no era real, era también parte de la ilusión. Entonces, si yo regresase al cuerpo ya no tendría cáncer.

Otra cosa es que tenía este increíble entendimiento de cómo todos estamos interconectados y de cómo lo que yo sentía dentro de mí afectaba todo mi universo. Me sentía una con todo. Sentía una conexión con toda cosa viviente. La sensación era que todo el universo está dentro de mí. En lo que a mí respecta, si estoy feliz, el universo está feliz. Si me amo a mí misma, todos los demás me amarán; si estoy en paz, todo el universo está en paz. Y así sucesivamente.

También el espacio y el tiempo se sienten muy diferentes en esa dimensión. No se siente lineal, como es aquí, se sentía como si todo estuviera ocurriendo simultáneamente. Vi lo que podría interpretarse como vidas pasadas, vi lo que estaba sucediendo en aquél momento (mi hermano en el avión, y las conversaciones entre los miembros de mi familia y los doctores), y también vi esta vida resultar bien en el futuro. Pero era como si todo ello estuviera ocurriendo simultáneamente y lo estaba viviendo simultáneamente. Se sentía como si únicamente después de regresar, mi mente tuviese que procesarlo como sucediendo en tiempo lineal, pero en esa dimensión, no se sentía de esta forma en absoluto. Y también la distancia y las paredes sólidas no me impedían ver ni oír todo lo pertinente a mí en ese momento. Entonces ahora, de regreso a la vida 3D (tri dimensional), se siente como si aun las paredes sólidas, la distancia y el tiempo fueran limitaciones que se pueden trascender tan solo con cambiar de <sup>3</sup>estado.<sup>2</sup>

NDERF: Wow!, me imagino cómo una experiencia así confundiría tu mente! ¿Podrías decirme más acerca de cómo tu ECM ha afectado tu forma de pensar y de procesar información?

Anita: Bueno, primero que todo, mi visión del mundo se ha desvanecido totalmente. A lo largo de estos meses, los doctores me han dicho una y otra vez, que lo que me ocurrió es completamente inexplicable. Desde el punto de vista médico no debería ser posible. No han podido descifrar dónde fueron los millones de células cancerosas en sólo cuestión de días. Medicamento, de cualquier forma que ellos lo miren, yo debí haber muerto, mis órganos habían dejado de funcionar. Debería haberme matado el cáncer, las drogas o los millones de células cancerosas tratando de salir inundando mis órganos cuyas funciones se habían detenido. Viendo lo que físicamente me sucedió, no puedo ver ninguna invalidez física bajo la misma luz! ¿De qué medida o lógica obtendría yo estas conclusiones? ¡Ciertamente no de lo que es medicamento posible! No puedo aplicar más eso a mi vida. La palabra <sup>3</sup>imposible<sup>2</sup> no tiene ya ningún significado para mí; los límites de lo que es posible o no son muy poco claros para mí. Miro todo lo que hay en nuestra realidad, incluyendo cosas como la enfermedad y el envejecer de una manera completamente diferente. Desafío cualquier cosa que es considerada <sup>3</sup>natural<sup>2</sup> o <sup>3</sup>normal<sup>2</sup>. Para mí ahora todo se siente como humanamente fabricado, esto significa sólo otro producto de la creencia personal y colectiva.

Habiendo tenido la experiencia que yo tuve, se siente que nada es real y que existen todas y cada una de las posibilidades. Ahora vivo mi vida sabiendo que puedo crear mi propia realidad basada en estas nuevas verdades que he aprendido.

NDERF: Esa es realmente una forma de vivir con mucho poder. Quisiera adentrarme en lo que dijiste acerca de crear tu propia realidad, pero antes de hacerlo, quisiera ir al tema del cuerpo físico, suena como si no

vieras más los desafíos de la enfermedad de la misma forma- de hecho, casi suena como si fueras <sup>2</sup>invencible<sup>2</sup>- ¿Podrías *explayarte* más acerca de esto?

Anita: Ok. Antes de mi experiencia, uno de mis miedos más grandes en la vida era el cáncer, otro era la quimioterapia (vi dos personas morir mientras recibían quimioterapia), y también tenía otros miles de miedos. Era como si mi vida hubiese estado enjaulada por mis miedos. Mi experiencia de la vida se estaba volviendo cada vez más pequeña. Ahora avancemos hacia mi ECM. Este estado produjo en mí un inmenso cambio de conciencia. Se sentía como si yo hubiese penetrado a una realidad más allá de mi <sup>3</sup>mente<sup>2</sup> y que viviendo en la mente estaba viviendo en la <sup>3</sup>ilusión<sup>2</sup>. Las palabras no son adecuadas para describir este estado, pero se sentía como si nosotros construyéramos este mundo con nuestra mente, y esa era la ilusión. Se sentía como si yo estuviese más allá de eso y había un sentimiento de estar conectada a todo el universo volviéndome una con cada uno y con cada cosa. También estaba inundada de una energía amorosa que abarcaba todo, era una energía de amor incondicional -una energía que no discrimina ni juzga.

Esta energía universal está allí para nosotros. No importa qué o quiénes seamos. Me sentí asombrosamente poderosa y espléndida. Fue en este preciso estado, despierta, que tomé la decisión de volver a la vida. Fue una poderosa decisión regresar y experimentar <sup>3</sup>la vida<sup>2</sup> en este cuerpo de nuevo. Ya ves, tan pronto como se me dio a elegir entre vivir o morir, supe que una vez yo tomase la decisión, NADA fuera de mi misma podría matarme. NADA. Solo el hecho de que me fue presentada la elección y que yo tomé la decisión, lo hizo real. Y tan pronto como tomé la decisión, cada célula de mi cuerpo respondió a esa decisión, y sané casi inmediatamente. Los doctores continuaron tomando pruebas pero no pudieron encontrar nada. Entendí que todo lo que se hizo después de eso-todas las biopsias, drogas etc., se estaba haciendo para satisfacer a quienes me rodeaban, y aunque mucho de ello era muy doloroso, supe que todo estaría bien.

Mi yo/alma/espíritu/conexión superior o como quieras llamar a todo lo que es, esa parte de mí había decidido continuar viviendo a través de este cuerpo, y nada en este mundo tridimensional podría afectar esa decisión. Sentí como si cualquier decisión tomada desde la verdadera realidad sobrepasa con colmo cualquier cosa de esta <sup>3</sup>ilusión<sup>2</sup> construida mentalmente de las 3D. Este es un sentimiento invencible, el sentimiento de que nada fuera de mí puede dañarme\*.

NDERF: Crees que este sentimiento puede ser obtenido por otros, o sientes que es algo que sólo puede obtenerse mediante una ECM o por una minoría especial?

Anita: Creo firmemente que es algo que puede ser obtenido por otros. Yo en verdad no me siento especial, o escogida o algo parecido de ningún modo. Puede que uno sólo necesite estar en el <sup>3</sup>lugar<sup>2</sup> psicológicamente adecuado en su vida física para que algo como esto ocurra. Ciertamente puede parecer como un evento que me ocurrió al azar pero ten en cuenta que yo tuve cáncer durante casi cuatro años. Durante esos cuatro años, cambie dramáticamente. Vivir con cáncer terminal a una edad razonablemente joven y verse a una misma deteriorarse, te cambia a ti y cambia tu perspectiva a la vida. No puede ser de otro modo. Siento que esos años me <sup>3</sup>prepararon<sup>2</sup> para tener exactamente el tipo de experiencia de casi muerte que tuve. No se si hubiese estado lo suficientemente madura emocionalmente para manejar tal cambio si me hubiera sucedido antes, digamos sin toda la <sup>3</sup>depuración<sup>2</sup> emocional y psicológica que ocurrió en mí al haber vivido con cáncer por casi 4 años. Siento que había alcanzado un lugar en mi vida que <sup>3</sup>permitió<sup>2</sup> que este cambio ocurriera. Me encontraba ya en un punto en mi vida donde no estaba particularmente apegada a ninguna forma de pensar, y también había alcanzado la etapa de dejar de desear cualquier resultado específico. En mi opinión llegar a este punto fue importante para mí. La ECM me dio el último <sup>2</sup>empujón<sup>2</sup> que necesitaba, para ver mas allá de esta realidad. Y una vez que vi que el cuerpo no es mi yo real, y que el cáncer no era tampoco <sup>3</sup>real<sup>2</sup>, fui entonces capaz de ver cuan amada soy, y reconocí mi propia magnificencia, y una vez que tomé la decisión de vivir, el cuerpo físico sólo reflejó este estado recién descubierto. Tomé la decisión de regresar cuando me di cuenta que <sup>3</sup>el cielo<sup>2</sup> no es un lugar, sino un estado.

Estoy segura que hay personas que están exactamente en el sitio correcto internamente para que tal cambio acontezca y no necesitan pasar por una ECM para lograrlo. Quizás lo único que necesitan hacer es traer a sus consciencias lo que es posible. Y quizás, sólo por el hecho de que algo como esto me ocurrió, puedo ser un catalizador para traer esa conciencia a su realidad.

Creo que una vez la gente este dispuesta a expandir sus mentes para dejar entrar tales eventos en su propia realidad, esta misma disposición disparará un mayor trabajo interior que permitirá que tal cambio ocurra

dentro de ellos. No creo que todos tengan que experimentar algo tan drástico como una ECM para ver que tales milagros ocurran.

Quizás sólo la voluntad de desprenderse de las creencias que pueden estar reteniéndolos.

En ese estado, donde esta vida parecía una <sup>3</sup>ilusion<sup>2</sup> creada por las mentes y las creencias colectivamente, parecía que nuestro fuerte apego a ciertas creencias es lo que mantiene la ilusión en pie. Quizás estar dispuesto a mirar las creencias que nos están deteniendo y a desprendernos de ellas, podría ayudarnos a seguir adelante más rápido como consciencia colectiva (quizás un mejor término sería inconsciencia colectiva<sup>2</sup>- porque nosotros los seres humanos hacemos esto sin darnos cuenta).

NDERF: Esto ahora me lleva de regreso a una pregunta con la que yo discrepe anteriormente. ¿Cómo creamos nuestra realidad?

Anita: Desde la perspectiva de la otra dimensión, se siente como si nada fuera real, únicamente nuestras creencias hacen esto así. Ahora sabiendo eso, examino aquello en lo que creo y sólo me apego a lo que me sirve para expandir mi vida, y me desapego de cualquier cosa que me restrinja o que no me haga sentir positiva en algún sentido.

Siento que una vez comienzas a creer que algo es posible, comienzas a dejarlo entrar en tu consciencia y luego comienza a volverse realidad para ti. Mientras más creas en ello, más rápido comienza a volverse realidad para ti. Esta es la razón de que esto sea así, es muy importante creer en cosas positivas en vez de negativas. Cualquier cosa en la creas, encontrarás que habías acertado. El universo tiene una forma de presentarte exactamente lo que crees. Si crees que la vida es grandiosa, estás en lo cierto, si crees que la vida es dura, se te probará que tienes razón.

Mi propia intención personal es llevar a la conciencia de las personas lo que nuestro cuerpo humano es capaz de hacer, de modo que le abran las puertas de sus sistemas de creencias. Mientras más gente comience a creerlo, mas comenzaremos a ver este tipo de cosas suceder. En otras palabras, mientras más comencemos a aceptarlo en nuestra mente colectiva, entonces comenzaremos a verlo manifestarse en el mundo físico.

Por ejemplo, un milagro es solamente definido como tal porque es un cuento extraño a nuestro sistema de creencias. Una vez empezamos a ver que sucede, podemos empezar a creer en el. Una vez comenzamos a creer en el, puede entrar entonces a nuestra consciencia y suceder con mayor frecuencia. Es tan simple como esto

NDERF: Sí, si nuestras creencias crean nuestra realidad, entonces es ciertamente importante creer en cosas positivas y en cosas que nos sirven, en vez de en aquellas que funcionan contra nosotros. Pero ¿cómo hacemos esto en un mundo que es aparentemente tan negativo?

Anita: ¿Recuerdas que dije antes que sentía que el universo estaba dentro de mí? ¡El mundo exterior es sólo un reflejo de mi mundo interior!

Mucha gente dice que el mundo es muy negativo pero eso no es exactamente verdadero.

Mira a tu alrededor, TODO existe simultáneamente en este universo, tanto lo positivo como lo negativo. Hay pobreza, hay riqueza, hay enfermedad, hay salud, hay amor y hay odio y miedo, hay felicidad y hay desesperación y así sucesivamente. Y no es que haya más cosas negativas que positivas, es sólo porque elegimos ver al mundo en esa forma que se siente como si hubiese más negatividad. Y mientras más elijamos verlo de esa forma y le demos nuestra atención y energía mas lo atraemos hacia nuestras vidas y lo convertimos en nuestra propia realidad personal. Recuerda, yo creo que esta realidad es creada por nuestra inconsciencia colectiva. Esto es lo que siento que descubrí durante mi ECM. Cada uno de nosotros como individuos tenemos SIEMPRE la opción de escoger que deseamos ver y creer como realidad.

NDERF: Entonces si la vida a alguien no está funcionando adecuadamente, ¿qué le sugerirías para que cambiara?

Anita: Una de las cosas más poderosas que entendí en mi ECM es cuán amada soy. Amada incondicionalmente. Entonces ahora continúo amándome a mi misma incondicionalmente. Sugiero

firmemente practicar el amor incondicional hacia uno mismo. Recuerda, dije que el universo es sólo un reflejo de mí. Si estoy frustrada con respecto a cómo mi vida está funcionando, es fútil cambiar los elementos externos sin mirar lo que está sucediendo en mi interior. Muchos de nosotros somos muy negativos hacia nosotros mismos. Somos nuestros peores enemigos. Lo primero que diría es dejar de juzgarte y maltratarte a ti mismo por cómo te encuentras ahora mismo en tu vida.

Si encuentro que estoy constantemente frustrado con la gente y los estoy juzgando, es por que es así como me estoy tratando interiormente a mi mismo todo el tiempo. Estoy solamente exteriorizando mi propio auto diálogo. Mientras más me amo a mi mismo incondicionalmente es más fácil para mí ver la belleza en este mundo y la belleza en los otros. Si puedo amarme a mi misma y no juzgarme, y ver mi propia perfección, ¿entonces automáticamente veré todo esto en los otros! Y mientras más me ame a mi mismo, mas amor tendré para los otros. No es posible amar a otro más de lo que te amas a ti mismo. Contrariamente a la creencia de que es egoísta amarse a si mismo, esto simplemente no es verdad. No podemos dar de lo que no tenemos.

No importa donde te encuentres, es únicamente la culminación de tus pensamientos y creencias las que te han llevado a este punto. Y tú lo puedes cambiar. Recuerda: yo remití mi cáncer en el ultimo minuto, aun cuando los doctores dijeron que ya era demasiado tarde. Luego lo primero es darse cuenta de que NUNCA es demasiado tarde para hacer algo o cambiar cualquier cosa. Es muy importante ver el poder que tiene el momento presente para darle un vuelco a nuestra vida.

Si crees en cosas tales como <sup>2</sup>lo igual atrae lo igual<sup>2</sup> entonces la forma mas absoluta de atraer lo que es mejor para tu vida es amarte a ti mismo hasta el punto en que quedas inundado de amor, y únicamente atraerás a tu vida todo lo que confirme esta creencia acerca de ti mismo. Es en verdad realmente muy simple. Cuando te das cuenta de tu propia magnificencia, solamente atraerás magnificencia a tu vida. Así es como yo lo veo.

NDERF: ¿Puedes decirme como se vuelve uno una persona que ama incondicionalmente en un mundo que no es siempre amoroso?

Anita: Primero que todo, recuerda que yo siento que el universo es solamente un reflejo de mí, así entonces el amor incondicional no se extiende hacia afuera al mundo (o universo), es el amor incondicional que yo extiendo hacia adentro, hacia mi misma! Cada día aprendo a amarme a mi misma incondicionalmente.

También, déjame explicarte que hay una gran diferencia entre <sup>3</sup>ser amoroso<sup>2</sup> y <sup>3</sup>ser amor<sup>2</sup>. Ser amoroso significa dar amor a otro tanto si tú tienes amor para ti como si no lo tienes, significa dar lo que tu puedes o puedes aun no tener para dar. Esta forma de dar amor puede eventualmente drenarte, porque no siempre tenemos una fuente ilimitada. Y luego entonces miramos al otro para rellenar nuestro pozo de amor, y si no nos llega, cesamos nosotros mismos de ser amorosos, porque quedamos exhaustos.

Ser amor, por otro lado, significa amarme a mi mismo incondicionalmente de tal forma que reboso de amor y todos y cada uno de los que me rodean simplemente se convierten en un receptor automático de mi amor. Mientras más me amo, más amor fluye a los otros. Se siente casi como si uno fuera un recipiente para que el amor fluya. Cuando soy el amor, no necesito que la gente se comporte de un modo determinado para recibir mi amor. Lo reciben automáticamente como resultado del amor que me profeso a mí misma. De modo que dejar de ser el amor, significa para mí dejar de amarme a mi misma. Por tanto no dejaré de ser el amor a causa de otro.

NDERF: Entonces ¿cómo le sugerirías a alguien que eleve su propia energía amorosa?

Anita: Yo siento que es mi auto diálogo lo que eleva o disminuye la energía que irradio. Cuando mi dialogo interior se volvió contra mí, con el tiempo, redujo mi energía y provocó una espiral descendente en mis circunstancias externas.

Yo siempre era realmente muy, muy positiva exteriormente, animada, amorosa, etc., etc., pero aun así mi mundo se derrumbaba a mi alrededor y me estaba extinguiendo y enfermado cada vez más y más.

Algunas veces, cuando vemos personas realmente positivas, eufóricas y amables y aun así vemos sus vidas desmoronarse, podemos pensar ves, esto de ser positivo no funciona. Pero mira, aquí está el asunto. NO

SABEMOS nada del dialogo interior de esas personas, no sabemos que se están diciendo a sí mismas dentro de sus propias cabezas día tras día.

Recuerda, no definiendo el pensamiento positivo tipo Polyana. Pensar positivamente puede ser extenuante, y para algunas personas puede significar suprimir las cosas negativas que ocurren y esto termina siendo más extenuante.

Estoy hablando acerca del diálogo mental hacia si mismo. Lo que me estoy diciendo a mi mismo día tras día en mi propia cabeza. Siento que es importantísimo no abrir juicios y albergar miedos en mis propios diálogos hacia mi mismo. Cuando nuestro diálogo interior nos está diciendo que estamos seguros, incondicionalmente amados, aceptados, entonces irradiamos esa energía y cambiamos nuestro mundo exterior de acuerdo a esto.

Además pienso que es muy importante ver la perfección en el momento presente. El momento presente es muy poderoso. Cada instante guarda una gran promesa, y cada instante puede ser el punto de cambio para el resto de tu vida.

Frecuentemente se me malinterpreta cuando digo que cada momento es perfecto. Y que todo es perfecto. Las personas tienen miedo de ver la perfección en una situación que les desagrada, pensando que ver perfección en ella significa no cambiarla. Para mí, ver perfección no significa mantener la situación estática. Significa ver la perfección en donde tú te encuentras en tu viaje en este momento, sin importar lo que ello pueda ser. Eso es ver perfección

NDERF: Esto es algo muy poderoso-ser capaz de cambiar el mundo exterior en una forma muy positiva, sólo cambiando nuestro mundo interior con un diálogo interior positivo, auto-amoroso. Esta es una explicación muy clara de El Universo es Solo un Reflejo de mí. También explica porque hay tanta negatividad en el mundo. Debe ser un reflejo del diálogo interior negativo de otras personas, siendo proyectado hacia afuera. ¿Es esto lo que sientes?

Anita: Sí, exactamente eso es lo que siento. ¿Quieres saber la mejor parte acerca de sentir esta energía positiva hacia ti mismo? Que ni siquiera siento que tengo que decir algo a alguien para elevarle el ánimo, sólo por mi propio diálogo amoroso hacia mi misma, la gente a mi alrededor siente mi presencia positiva. Sin siquiera tener que decir algo, comenzarás a notar que las personas son atraídas y energizadas por tu presencia positiva.

Tu diálogo interior positivo ayuda a los otros a tu alrededor a elevar su ser, aun cuando no les estés diciendo nada, sino que estés sólo pensando cosas positivas acerca de ti mismo!!! Porque la energía sólo irradia y fluye y toca a otros!! Esta es la razón por la que este auto-diálogo amoroso es tan importante para hacer un mundo mejor.

¿Has notado que hay personas que simplemente parecen iluminar una habitación cuando entran en ella? O personas que de pronto notas, aun en una multitud, porque simplemente irradian energía. Puedes apostar a que tienen una imagen muy fuerte y positiva de si mismos y están manejando programas de diálogos interiores muy positivos.

¿Qué nos estamos diciendo a nosotros mismos cada uno y todos los días? ¿Estamos sólo moliéndonos a palos y juzgándonos? ¿Somos muy duros con nosotros y nos convertimos en nuestro peor enemigo? Este es el verdadero trabajo!! Siento que debemos empezar a cambiar ese diálogo interior amándonos a nosotros mismos cada vez más y más, y luego, aun sin tener que decir algo a alguien o hacer algo por alguien, la totalidad del mundo externo cambia para reflejar el mundo interior. Yo verdaderamente he notado mi mundo físico y a los que me rodean reflejar esto.

NDERF: Has mencionado este sentimiento de unicidad anteriormente. La conexión con todo y con todo aquello que es que sentiste mientras experimentabas tu ECM. ¿Puedes hablarnos un poco más de este sentimiento?

Anita: Durante mi ECM, en ese estado, me sentí conectada a todo. Yo era el todo y el todo era yo. Es algo muy difícil de explicar simplemente porque las palabras adecuadas no existen. Sentí que no hay separación hasta que llegamos a la vida física y miramos al mundo a través de la mente. De hecho sentí que la separación ES la mente.

Había TANTA claridad en ese estado aunque de algún modo no se sentía como proveniente de la mente. Es como si algo más hubiese estado haciendo el proceso de entender y ese algo más era capaz de identificar la mente separada, y la mente como la causa de la desconexión de todo lo que es. Sentí que la mente y el ego eran uno. Y todo era uno. De manera que en ese estado, que está más allá de la mente, no había ego ni apego. Sentí la conexión con TODO. No había discriminación ni juicio contra NADIE ni NADA.

La percepción era que el sufrimiento era causado por nuestra propia mente volviéndose contra sí misma. Sentí que si somos un criminal o un paciente de cáncer, ambas cosas provenían de la misma fuente. Todo se origina en una enfermedad o separación de la mente. O de cómo la mente interpreta la separación.

Si solo supiéramos cuán perfectos y magníficos somos, no existirían los hospitales ni las cárceles. Siento como si la imperfección fuera la creación de la mente; el juicio también.

TODO. Como seres humanos físicos, necesitamos procesar la información a través de nuestras mentes. Y todo lo que percibimos es separación, porque así es como nuestras mentes procesan la información. Pero más allá de la mente, somos uno, estamos totalmente interconectados. En realidad nosotros no somos nuestra mente. Somos mucho, mucho más.

Sin embargo, cuando estaba en ese estado, aunque me sentía uno con todo, todavía parecí reconocermelo como un ser separado de la unicidad, como si yo tuviera mi propia evolución. Era como si yo tuviera esta mente, la cual no soy yo, pero como que tenía una obligación de hacerla evolucionar lo mejor que yo pudiera, pero yo estaba fuera de mi mente observándola.

En el mundo físico, estamos DENTRO de nuestra mente mirando hacia afuera y la separación de todo lo existente se vuelve más aguda y obvia.

Sentí que todos los problemas y desacuerdos del mundo derivaban de nuestra propia mente colectiva. Sentí que la mente colectiva es la que crea la ilusión en la que vivimos con todas sus creencias y pensamientos colectivos.

Pero creo que siempre podemos elegir ver directamente a través de esto, y crear algo diferente. Si elijo hacer esto, afecto a quienes me rodean de acuerdo a ello. Podemos vivir en este mundo pero elegir no vivir en la ilusión que ha sido creado por todos los demás.

NDERF: Y hablando de la mente ¿qué piensas de la telepatía? ¿La ves como una comunicación mente a mente?

Anita: Definitivamente se siente como algo más allá de la mente, y no mente a mente. Para mí se siente como la conexión que tenemos entre nosotros como la describí anteriormente, la conexión con la unicidad, con todo lo que es.

Siento que nos conectamos con otros cuando estamos en contacto con esa conexión universal. Aquí está lo que yo siento. Digamos a modo de argumento, que yo soy capaz de comunicarme telepáticamente contigo. Lo que ha ocurrido es que yo he limpiado mi mente, la he vuelto más transparente y más conectada a esa unicidad universal, y tú estás haciendo lo mismo. Entonces tú y yo estamos como accediendo a la misma fuente de información de esa unicidad. La razón por la que se siente comunicación mente a mente es por que aquí en lo físico, estamos comunicándonos y conectándonos en el nivel mental. Ahora, debido a que los dos estamos accediendo a la misma fuente de información de unicidad al mismo tiempo, luego cuando usamos nuestra mente para comunicarnos, notamos que los dos hemos llegado a la misma conclusión, y luego lo interpretamos como que nuestras mentes se han comunicado entre sí. Pero en realidad, los dos hemos tocado la misma fuente de unicidad. Así es como lo siento.

Esto es por lo que siento que es importante limpiar constantemente la mente de los apegos, y hacerla más abierta a la conexión con esta unicidad. Luego, las personas que son apropiadas para nosotros, se conectarán porque estarán en el mismo nivel de esta claridad, y estarán accediendo a esta misma fuente de unicidad desde el mismo nivel en el que estamos nosotros.

Las personas que están cerradas, dan vueltas en una bruma y colisionan con otras que están en la misma bruma dando tropezones y viviendo difícilmente. Mientras que aquellos con la claridad son transparentes, y

prácticamente caminan directamente a través de los que están en la bruma. Nadie los puede chocar o descarrilar porque su energía los hace muy transparentes y ligeros. Esto es lo más cercano a como lo siento.

NDERF: Me gustaría adentrarme un poco mas profundo en tu vida, tal vez un poco en tu pasado, tus creencias, y de como estás viviendo actualmente tu vida. En tu ECM dijiste que entendías todo acerca del porqué tú eras quien eres. ¿Podrías darnos más detalles de esto y de tu situación especifica en la vida, como por ejemplo tus antecedentes culturales y cualquier creencia religiosa que puedas tener?

Anita: Ok. Soy multicultural y poliglota. Mis padres son de la India, naci en Singapur, mis abuelos vivieron en Sri Lanka, pero crecí en Hong Kong, y recibí una educación inglesa. Además de eso, cuando comencé a trabajar, en parte por mis habilidades lingüísticas, mi trabajo me permitió viajar alrededor de todo el mundo.

Nací en el seno de una familia hindú, pero no soy practicante. Asistí a colegios multinacionales y estuve rodeada de cristianos, musulmanes, hindúes, budistas, taoístas y demás, y también de personas que no eran religiosas en absoluto. Crecí en Hong Kong, donde la religión no es un factor importante en nuestras vidas debido a que es un lugar muy multicultural. Las creencias espirituales solo parecen ser una filosofía que las personas entretejen discretamente en sus vidas. Yo personalmente no tengo fuertes creencias religiosas de ninguna denominación, de esta forma o de aquella.

Cuando aun estaba estudiando, estaba muy confundida porque no podía entender las evidentes contradicciones entre las diferentes religiones (estuve expuesta a muchas religiones), ni tampoco podía entender las también evidentes contradicciones entre las religiones y la ciencia. No podía entender cómo se nos enseñaba algo en las clases de religión acerca de la creación de la vida, y luego debíamos aprender algo completamente diferente acerca del mismo tema en las clases de ciencia.

Pasé muchos años buscando respuestas para clarificar mi confusión pero nunca encontré nada satisfactorio hasta que tuve mi ECM, eso es. Ahora ya no busco más. Todavía no sé todas las respuestas pero no siento la necesidad de buscar más. Siento que la muerte me enseñó a vivir la vida.