

# EL ABUELO CASTRO Y OTROS DETONANTES

## **Mi primer contacto con el más allá y la percepción extrasensorial**

*El instinto vital, en situaciones de sufrimiento e incomodidad, nos protege y despierta capacidades innatas que estaban ocultas.*

Canalización de «Ellos dicen»

Era el mes de agosto de 2006. Tenía cuarenta años. Estaba a punto de divorciarme de mi marido después de veintiséis años de relación. Aún no había tomado la decisión en firme y eso me angustiaba. Necesitaba tomar distancia y, por eso, decidí viajar con mi madre a Válor, un pequeño pueblo de la Alpujarra granadina. Había heredado unas tierras de mi tío Natalio y quería verlas. Hacía calor, mucho calor. Y jamás sospeché que ese viaje sería el inicio de un despertar inusual que cambiaría por completo mi vida.

### **Un viaje iniciático**

Después de desembarcar en el aeropuerto de Granada tomamos rumbo al centro de Sierra Nevada con un coche de alquiler. Atravesar el puerto de La Ragua siempre es un rito entre iniciático y peligroso. Nunca sabes qué se esconde detrás de cada curva. Como en la vida, nunca sabes qué te depara el destino. Y es que, por mucho que intentes controlar el futuro, cualquier día puede ser el día menos pensado para empezar una nueva vida.

Llegamos al pueblo después de dos horas silenciosas. No tenía ganas de hablar. Estaba en una crisis profunda y dolorosa. En contraste, mi madre se sentía muy feliz, siempre estaba contenta de volver a sus raíces. Aún conservábamos la casa familiar: la casa Castro, emblemática y poderosa, donde ella vivió con sus padres y hermanos durante la guerra civil española.

### **La aparición**

Para complacerla, decidí llevarla a comer al hostel Vidaña, situado en el pueblo de al lado, Ugíjar. La dejé en la puerta y me fui a aparcar. Después de dar una pequeña vuelta encontré un aparcamiento justo en la acera de enfrente. Bajé del coche y, para mi

asombro, ahí estaba él. Delante de mí. A plena luz del día. Mirándome fijamente. Más joven de como lo recordaba pero igual de severo. Entre luminoso y evanescente. Sólo de medio cuerpo. Con una presencia imponente que me erizó el vello de todo el cuerpo.

Apenas lo vi unos segundos. Los suficientes como para transmitirme de forma telepática el siguiente mensaje: «ya era hora de que vinieras, a ver si pones orden a todo esto». Y es que no podía ser de otra forma. Dando órdenes. Siempre lo había hecho y nadie se atrevía a desobedecerle. Y, así como apareció, desapareció de mi campo visual como por arte de magia.

Impactada por ese encuentro tan inusual, entré en el restaurante del hostel donde había dejado a mi madre. Me senté como pude. Las piernas me temblaban. La cabeza me iba a mil por hora. Intentaba procesar lo ocurrido. Miré a mi madre y con voz entrecortada le dije:

—Mamá, ¿sabes a quién he visto?

—¿A quién, hija mía?

—Al abuelo, ¡al abuelito!

—Claro, hija, es que el abuelo siempre se hospedaba aquí.

—¡Mamá, que el abuelo está muerto! ¡Hace veinte años que murió! —exclamé.

—Qué cosas dices, Teresita, siempre con esa imaginación —dijo, quitándole importancia a mis palabras.

—No, en serio, le acabo de ver en la acera y me ha hablado.

—Calla, mujer, ¿cómo te va a hablar un muerto?

—Créeme, mamá. No te miento. ¡Lo he visto con mis propios ojos!

Por si no tuviera ya bastante con mi crisis personal, ahora me enfrentaba a algo desconcertante y desconocido: veía muertos y me transmitían mensajes. Aunque el tema de la muerte me interesaba, jamás había tenido en cuenta la posibilidad de comunicarme con ellos de forma tan directa y clara. Es verdad que había recibido algún mensaje de mi padre, también fallecido, a través de los sueños. Pero no le había dado la mayor importancia. Una cosa era verlos en sueños. ¡Todo el mundo sueña! Pero verlos en persona... ¡Eso eran palabras mayores!

Ser la protagonista de una experiencia de contacto con el más allá cambiaba las cosas. Y mucho. ¿Qué hacía él allí? ¿Cómo se había manifestado y por qué se me había aparecido a mí? Quizás pienses que yo era su nieta favorita o que teníamos un vínculo muy fuerte. Pero siento decepcionarte. Mi abuelo era un hombre distante y rígido a quien le costaba mucho expresar sus sentimientos. No era para nada el modelo de abuelito

cariñoso y atento. Yo era su novena nieta. Sólo era un número más en su lista de descendencia. Por eso me extrañó tanto su aparición y su mensaje. ¿Qué se suponía que tenía que hacer yo ahora?

### **La alta sensibilidad y las comunicaciones cercanas a la muerte**

Este tipo de experiencias son más comunes entre las personas que están en pleno proceso de duelo. Por eso hay quien pone en duda su validez, alegando que quienes las experimentan tienen alucinaciones o se sugestionan en un intento desesperado por conectar con sus seres queridos. Sin embargo, ése no era mi caso. ¡Aunque sí que me convenía contar con la fuerza de las raíces! Ni es el caso de los niños pequeños que, sin estar en duelo, ven personas fallecidas que jamás han conocido.

Por aquel entonces no tenía ni idea de que entre un 25% y un 30% de la población afirma haber tenido un contacto con un ser fallecido en las llamadas «comunicaciones cercanas a la muerte», las CCM. Este es un dato extraído de uno de los mayores estudios realizados sobre el tema, la *Encuesta Europea de Valores de 1980-83*, llevada a cabo por la Universidad de Tilburg, en Holanda. Tampoco sabía que un 20% de la población posee el rasgo distintivo de la Alta Sensibilidad, según datos facilitados en el Congreso Internacional sobre Alta Sensibilidad celebrado en Valencia en el mes de mayo de 2018. Este término fue acuñado por la psicóloga clínica Elaine Aron en su libro *El don de la sensibilidad. Las personas altamente sensibles (también llamadas PAS)*, publicado en el año 2006.

Quizás ya conozcas estos datos, pero yo no tenía ni idea. Tuvieron que pasar varios años. Años de desasosiego, extrañeza y soledad, llenos de experiencias parecidas. Hasta que comprendí que tengo una naturaleza sensitiva que favorece una percepción distinta de la realidad y que permite conectar con otros planos de existencia. Tuve que lidiar con mi parte racional, bien entrenada y firme, para aceptar lo que soy y entender cuál es el sentido de todo ello.

### **Detonantes**

Hay muchas formas de despertar a la percepción sutil. Conozco personas que ya desde pequeñas y de forma natural saben que tienen ciertas capacidades que las predisponen a conectar con los mundos invisibles. Sin embargo, otras —como yo— despiertan sus facultades a causa de situaciones críticas tales como rupturas sentimentales, enfermedades físicas o mentales (ansiedad, depresión), experiencias cercanas a la muerte

(ECM), despidos laborales, pérdidas de seres queridos, cambios de lugar de residencia, y también a causa del consumo de drogas, de meditar, escalar, practicar ciertos tipos de respiración, yoga u otras disciplinas denominadas cuerpo-mente.

En estas situaciones parece que la parte racional se hace a un lado porque no puede ofrecer soluciones. Entonces se produce un salto que nos conecta con nuestra parte más intuitiva y espiritual. Nuestro hemisferio derecho se pone en marcha para activar una batería de recursos creativos que nos ofrece otras alternativas menos lógicas pero más efectivas. Al mismo tiempo, una gran fuerza interior se abre paso para afrontar los reveses de la vida.

#### **El caso de Pilar**

Pilar descubrió su conexión con el mundo sutil a los seis años. Estaba en el colegio, se apagó la luz y supo de inmediato que su padre había fallecido. Estaba enfermo y se despidieron por la mañana con un «hasta luego». A pesar de mantenerse serena cuando una vecina fue a buscarla, se obsesionó con la idea de que no se habían podido abrazar por última vez. A partir de ahí le fueron pasando sucesos extraños. Ya de mayor se apuntó a un taller de reiki. El primer día, mientras hacían las iniciaciones, una de las personas del grupo que no conocía previamente se acercó a ella con los brazos abiertos. En una especie de estado de trance le dijo: «te traigo algo que tú siempre has pedido: te traigo un abrazo». Pilar rompió a llorar reconociendo ese abrazo paterno que tanto había anhelado.

Estas experiencias de crisis y pérdidas de la zona de confort aumentan nuestra sensibilidad y, como consecuencia, nuestra capacidad para percibir el entorno exterior e interior con más matices y detalles. Esto sucede porque entran en juego nuestros sentidos físicos y extrafísicos. Nuestras «antenas receptoras» se amplifican como si, de pronto, nuestro televisor pasara de dos a dos mil canales. ¡Y sin mando a distancia para encender y apagar cuando quieras!

#### **El sentido del mensaje**

Pero volvamos al mensaje del abuelo. ¿Qué tenía que hacer con él? ¿A qué orden se refería? No lo supe hasta meses más tarde, en una sesión de meditación. Allí se me reveló una información de forma instantánea: era necesario volver a reunir a la familia Castro. Tenía que buscar a todos mis primos y conseguir que mi madre volviera a hablarse con sus hermanos. La muerte del abuelo había provocado muchos conflictos a causa de la herencia. ¡Eso era lo que quería decirme el abuelo! ¡Que la familia volviera a estar unida!

### **Una constelación familiar**

A pesar de tener mi vida patas arriba, tuve claro que reordenar mi sistema materno me beneficiaría. Y así lo hice. Busqué a todos mis primos y conseguí que, poco a poco, mi madre restableciera las relaciones con sus hermanos. Sin saberlo, se había producido, de forma intuitiva, una constelación familiar gracias al mensaje del abuelo.

Las constelaciones familiares son una herramienta terapéutica que sirve para deshacer posibles bloqueos en diferentes ámbitos de la vida: relaciones, trabajo, salud, dinero... Suelen hacerse en grupo y hacen visibles las dinámicas ocultas que rigen un sistema familiar, a veces durante generaciones. En las sesiones, las personas que asisten actúan como representantes y muestran las fidelidades internas entre los miembros de una familia. Estas fidelidades hacen que repitamos patrones y conductas de forma inconsciente. La constelación abre el camino hacia posibles soluciones a los problemas planteados. Su creador fue el alemán Bert Helliger.

**Recuerda:** todo es energía y todo es información. Las personas sensibles y sensitivas percibimos una cantidad más grande de información y nuestra principal tarea consiste en gestionarla de forma satisfactoria. Lo importante no es percibir mucho sino qué hacer con lo percibido, para que pueda mejorar nuestras vidas y las vidas de quienes nos rodean.

### **Lo que de verdad importa**

Hoy en día ya no me disgusta si alguien cuestiona mis experiencias. Me causa tristeza, pero ya no intento convencerle ni justificarme. Eso me roba tiempo para investigar y avanzar en la comprensión de este tipo de percepción amplificadas. No es necesario ver algo para saber que existe. Aceptar esa posibilidad nos abre las puertas a otra forma de entender la existencia humana: sin límites espaciotemporales y no limitada a la materia física. Creo que somos espíritus encarnados en cuerpos, pero nuestra existencia no se limita a vivir dentro de ellos.

Mi abuelo me abrió las puertas al más allá. Saber que puedo conectar con el «otro lado» me reconforta y me alienta a vivir la vida con mayor consciencia. Creo en esta máxima: **nada desaparece, todo se transforma.**

## TESTIMONIO DE IVET VILAR

### **¡Qué espanto!**

*Era pequeñita, tendría unos seis años, más o menos, era de noche y por las rendijas de las persianas de mi habitación entraba la luz tenue de las farolas de la calle. Los perritos y gatitos dibujados en el papel pintado de las paredes me miraban tiernamente con sus grandotes ojos, mis muñecas me acompañaban y, de pronto, entrando por la puerta de la habitación, apareció un espectro con la figura de un hombre que, con mi corta edad y miedos nocturnos, me parecía alguien que quería hacerme daño. Tuve miedo y me puse a gritar llamando a mamá. En ese instante el espectro se desvaneció por el balcón.*

*Muchos años más tarde, una situación similar se repitió cuando quise entrar en la vivienda familiar de mi pareja. También había sido la vivienda de su hermano soltero. En el momento que puse los pies en la entrada, una potente luz blanca me sacó de la casa. Mi pareja me contó que su hermano había fallecido de un infarto allí hacía unos cuatro años. Me asusté tanto que no quise saber nada más del tema. Lo único que se me ocurrió fue limpiar la casa y poner incienso y muchas velas. Fue entonces cuando se me apareció en un sueño.*

*Algunos años más tarde me formé en la Escuela de Sensibilidad y, ya con conocimiento, pude acompañar a dos almas infantiles hacia la luz.*

*De todos modos, confieso que saber que tengo esta capacidad todavía me asusta. La diferencia es que ahora entiendo que estas almas vienen a mí para que les preste mi ayuda. Es la misión por la que estoy en este plano. Ya sólo me resta seguir mi tránsito por esta vida abriendo mi corazón al mundo terrenal y al sutil.*

## TESTIMONIO DE EVA MANZANARES

**Una regañina del abuelo un poco “especial”**

*Desde pequeña siempre he visto desencarnados, sombras negras que se paseaban por mi casa. En ocasiones las he visto quietas, observándome. También he podido escucharlos a través de ruidos, golpes, llamadas en las puertas que coincidían con la observación de las sombras.*

*Una vez, cuando tenía trece años y estaba en el pueblo con mi abuela materna, sucedió lo siguiente: ella siempre me ponía un horario para llegar a casa si salía a pasear con mis amigos. En una ocasión se me hizo un poco tarde. Mi abuela vivía en la mitad de una calle. Yo estaba hablando con un amigo en la esquina de la misma calle, ya despidiéndome para volver a casa. Sabía que era tarde. De repente, a unos cien metros, vi a mi abuelo paterno que había fallecido cuando yo tenía siete u ocho años. Nadie me contó cómo había sido enterrado, porque con la familia de mi padre no nos hablábamos. Le pregunté a mi amigo Jesús si veía a un hombre. Con cara de sorpresa me respondió que no. Yo le dije que sí, que era mi abuelo fallecido. Lo sabía porque mi padre tenía una foto suya en casa. Entonces escuché a mi abuelo decirme: vete ya a casa que tu abuela te está esperando. Tal sorpresa me produjo que me despedí rápidamente y me fui corriendo.*

*Poco después estaba llamando a la puerta y mi abuela me abrió. Con ella se podía hablar abiertamente de estos temas, así que le conté lo que acababa de pasar y le expliqué que mi abuelo iba vestido con un blusón blanco hasta los tobillos. Para mi asombro, ella me contó que lo habían vestido así para enterrarlo. También le comenté que me había exigido volver a casa. Entonces ella me dijo: ¡claro que sí!, porque le he pedido yo que te trajera. Ya estabas tardando demasiado. Aquello me impactó, sobre todo al decirle cómo iba vestido y comprobar que no había sido fruto de mi imaginación, ni mi sentimiento de culpa por llegar tarde a casa.*

TESTIMONIO DE MARÍA JOSÉ NAVARRO

**El abuelo parece un ángel, pero no tiene alas**

*La muerte de mi padre nos sorprendió a todos. Sabíamos que su pronóstico de vida era corto por lo que, tiempo antes, ya había comenzado a mentalizar a mis hijos de la gravedad de la enfermedad y de su posible partida hacia la Luz, nuestro verdadero hogar. Cuando llegó el momento, todos acudimos a su casa, acompañamos su cuerpo sin vida con la clara convicción de que mi padre ya no lo ocupaba, aunque podía vernos y oírnos. Le hablamos con amor y lo bendecimos en su nueva vida. A partir de ese momento, dimos por hecho que el abuelo ya había llegado a la Luz y que, desde allí, nos acompañaría siempre.*

*Un año y medio más tarde, a la hora de acostar a mi hijo, visualicé a mi padre frente a mi hijo Julián y frente a mí, ataviado de blanco, resplandeciente, con una mirada que nunca había tenido antes en vida. Entonces le comenté a mi hijo:*

—El abuelo está aquí.

Muy animado con la visita, el niño preguntó:

—¿Dónde? —y señaló un lugar arbitrario de la habitación.

Le animé a cerrar los ojos y a observar por él mismo. En un instante, Julián dirigió su dedo índice al lugar donde yo lo estaba viendo. Mi padre comenzó a llamarle:

—*Chicooo, chicooo...* —con la misma musicalidad en la voz con que le llamaba al llegar a casa.

—¿Le oyes? —le pregunté.

—*Sí* —y siguió con los ojos cerrados—. *Va vestido de blanco, mamá. Es igual que un ángel, pero no tiene las alas.*

*Mi padre nos hablaba a ambos, nos decía que estaba con nosotros y que nos quería. Su voz llegaba ralentizada, amortiguada, como si atravesara una cortina transparente pero densa como el agua. Esto daba la sensación de un pensamiento más que de un sonido, pero la entonación y los mensajes no perdían claridad.*

*Entonces le dije a Julián si quería preguntarle algo. El niño guardó un silencio expectante con los ojos cerrados y luego los abrió. En ese momento mantuve los ojos abiertos, contemplando el gesto de mi hijo, iluminado y esperanzado.*

—¿Qué le has preguntado?

—Si va a volver...

—Y ¿qué te ha contestado?

—Que no puede... —dijo con una serenidad maravillosa en la mirada.

*Ambos permanecemos en silencio y volvimos a cerrar los ojos para continuar mirando con el alma a nuestro amado padre y abuelo. Él también nos contempló. Luego se dio la vuelta y desapareció, dejando una estela de paz maravillosa en nuestros corazones.*

