Breve carta de amor a mis hermanas antes de que empecéis el libro

Este es un libro sobre vuestro despertar. Es una oda y un homenaje a vuestra auténtica yo, a la yo que está esperando a nacer de nuevo.

Todas anhelamos ser libres, y sin embargo nos sentimos enjauladas en nuestra vida cotidiana, consumidas por el miedo y el sentimiento de que no valemos lo suficiente. Lo que estas páginas prometen es mostrarte la salida de la jaula hacia una nueva visión de ti misma.

Despertar y evolucionar significa comprendernos de verdad, hasta lo más hondo, y esto conlleva tener que admitir partes de nosotras que quizá preferimos no ver, en especial las que nos causan dolor. Pero cuando aceptamos plenamente el dolor tal como es, sin edulcorarlo y, por supuesto, sin disculparnos por él, y observamos las distintas maneras en que hemos contribuido a crearlo, podemos empezar a transformar ese dolor en sabiduría.

Comprender nuestro dolor es doloroso; por eso las palabras de estas páginas quizá te revuelvan. Quiero que sepas que las he escrito a propósito como un revulsivo, para que te enciendan y te provoquen una revolución interior. Es doloroso desmantelar la estructura de las viejas creencias y formas de ser. Que te sientas sacudida, angustiada y desolada es no solo natural, sino determinante para la transformación. Tal vez no seas consciente de ello, pero te aseguro que

eres capaz de experimentar la evolución de la que hablo. Y lo que es más, mereces experimentarla. En este libro, cuento mis propias experiencias para que sepas que no estás sola. Aunque las circunstancias hayan sido otras, he estado en tu lugar. Por eso sé lo difícil que puede ser este viaje llamado vida.

Te advierto, con mucho cariño, que este libro va a ser como un puñetazo, sobre todo al principio, así que ponte el cinturón de seguridad emocional antes de que arranquemos. Teniendo en cuenta que estas páginas son una exposición de todas las distintas formas en que hemos estado dormidas, no va a ser una lectura cómoda. Cuando giremos bruscamente con rumbo a una nueva conciencia, es natural que pasemos por un fase de gran desorientación. Lo que leas te provocará reacciones inesperadas, y es posible que en muchos momentos del viaje quieras cerrar el libro y olvidarte de él. Los seres humanos tenemos una resistencia instintiva a aceptar la verdad que se revela cuando despertamos.

Ten la seguridad de que, por el solo hecho de abrir este libro, has dado un paso muy importante en la búsqueda de autenticidad. La estructura del libro reproduce la ruta que seguirá tu proceso de apertura psicológica y espiritual; por tanto, el viaje ya ha comenzado.

Deja que cada descubrimiento y revelación te inunden por completo. Date tiempo mientras lees. Párate, reflexiona, toma notas. Deja que estas páginas sean el canal de parto que facilita tu auténtico renacer.

Así pues, empecemos, hermana. Estamos listas. Zambullámonos juntas en las aguas del océano. Un nuevo horizonte nos espera al otro lado. Se llama libertad.