

Nota del autor

Este no es un libro extenso, pero sí intenso. En apariencia es un libro para media tarde y, aun así, invito al lector a que después de cada capítulo se detenga y reflexione sobre su vida para sacarle todo el jugo posible.

A pesar de centrarme única y exclusivamente en el análisis transgeneracional, en este libro no voy a dar cabida a todos los aspectos que se pueden analizar en un árbol sabiendo de antemano que me dejo muchos matices en el tintero, ni voy a explicar cuáles son las estrategias para descubrir y enlazar a los integrantes del clan, ni cómo analizar la información que el árbol desprende: para tal fin recomiendo algunos libros^I y vídeos en YouTube^{II}.

El objetivo de este libro no es instruir, sino remover desde dentro para generar la motivación de “quererse instruir”. Aprender a observar las historias familiares como un patrón que se repite con formas diferentes, generación tras generación, y descubrir cuáles son las emociones ocultas asociadas a dichas historias repetidas no es algo que se aprenda fácilmente y, sin embargo, creo firmemente que desnudar algunas de esas historias va a resultar muy esclarecedor para quien, como yo, esté interesado en liberar todo lo que esté en su mano soltar.

^I Al final del libro encontrarás un breve listado de los libros que a mí me han ayudado.

^{II} Recomiendo los vídeos de Marta Salvat, así como su curso transgeneracional.

Es por ello por lo que para este pequeño libro he escogido varias historias personales de profundo calado. Es mi deseo que resuenen con la suficiente fuerza como para propiciar un cambio interno en quien se sienta identificado con ellas y, al igual que yo, se conviertan en buscadores de liberación.

A mí me sirvió escribir este libro.

Deseo que leerlo te sirva a ti también.