

ACASĂ
LA
ARBORELE VIETII



Dr. Elena Gabor



Cuvinte de laudă la adresa cărții „Acasă la Arborele Vieții”

„Această carte remarcabilă vă va duce într-o călătorie incredibilă în dimensiunea spirituală. Acolo, veți descoperi răspunsuri la întrebări universale despre viață care vă vor îmbunătăți existența și vă vor schimba percepția pe care o aveți asupra realității.”

Dan Lux, producător executiv de filme,
Hollywood, California

„În cartea sa intitulată *Acasă la Arborele Vieții*, doctor Elena Gabor descrie experiențele pacienților săi, lărgindu-ne orizontul de înțelegere despre locul din care, de fapt, cu toții venim pe Pământ. Această carte răspunde la întrebări ale căror răspunsuri mintea noastră tânjește să le elucideze și ne oferă o privire dincolo de limitele universului fizic, ducându-ne înapoi Acasă, pe tărâmul tuturor posibilităților.”

Theodoros Kousouli, doctor chiropractician, hipnoterapeut,
Beverly Hills, California,
www.DrKousouli.com

„Această carte de pionierat ne oferă o perspectivă inedită asupra călătoriei fascinante și misterioase a sufletului uman. Măiestria Elenei Gabor în investigarea universului conștiinței creează o punte de legătură între lumea fizică, tărâmul eteric și universul celest. Prin explorarea subconștientului și a supraconștientului cu ajutorul hipnozei, doctor Gabor creează o sinteză a încarnării, ghidându-i atât pe cei patru oameni ale căror cazuri clinice sunt prezentate în această carte, cât și pe noi, cititorii, către rădăcinile noastre eterne care se află Acasă, pe tărâmul nemuririi.

Această carte ne prezintă o comoară informațională neprețuită, dezvăluind experiențele de explorare a înțelepciunii universului subconștient ale eroilor săi. Ea descrie călătoriile uimitoare ale sufletelor lor înapoi la Sursa Vieții, vindecarea inevitabilă obținută prin explorarea curajoasă a vieții interioare și înțelepciunea dobândită prin hipnoza de explorare a eului superior.

Această carte captivantă are capacitatea de a ne traspune la poarta de acces a eternității și Divinității, care se află în interiorul nostru și care este accesibilă fiecăruia dintre noi.”

John Sanders, doctor în psihologie, hipnoterapeut,
Oakland, California

„În această carte fascinantă, profundă și plină de informații valoroase doctor Elena Gabor explorează înțelepciunea infinită a sufletului și călătoria sa prin multe vieți, aruncând o lumină asupra ciclului vieții, morții și renașterii. Este o carte care vă va schimba viața!”

Lisa Gizara, pictoriță și fotograf,
Santa Monica, California,
www.gizaraarts.com

„Cartea intitulată *Acasă la Arborele Vieții* ne oferă o perspectivă plină de aventuri a experienței spirituale umane. Adevărata noastră casă (unde ne aflăm atunci când nu suntem pe Pământ) este magnifică, unii spun că este chiar Raiul, iar a înțelege mai multe despre aceasta și despre scopul nostru pe Pământ este un dar în această viață. Acest dar oferit prin intermediul cărții generează liniște interioară și o perspectivă care, cu siguranță, este în beneficiul tuturor studenților iluminării.

Fără a avea zgomotul doctrinelor religioase și al distorsionării cauzate de interpretarea umană care, de multe ori, încetează răspunsurile și maschează atât adevărul, cât și binecuvântarea care este viața însăși, această carte potolește setea intelectuală și, totodată, hrănește eul spiritual într-un mod care oferă pace și înțelegere.

Am învățat multe din povestea Miei, iar întrebările puse de doctor Gabor au fost perfecte pentru a-mi satisface curiozitatea nemărginită despre diversele aspecte ale vieții, ale iubirii și ale misterului ultim al creației. Recomand cu căldură această carte tuturor celor care, ca și mine, simt chemarea către o înțelegere fundamentală a vieții. Ea ne oferă multe răspunsuri și ne face să reflectăm la subiectele abordate mult timp după citirea ei, călăuzindu-ne pe drumul creșterii spirituale.

Cu mulțumiri din suflet pentru dezvăluirea acestor experiențe nouă, publicului larg, aștept cu nerăbdare următoarea carte din această serie!”

Joseph Wolfgram, CTO (director tehnic),
Spitalul Memorial Hoag, Newport Beach, California

„Această creație inspirată de către Divinitate, intitulată *Acasă la Arborele Vieții*, este ca o tapiserie care împletește misterele vieții de după moarte, ceea ce se întâmplă între vieți și vindecarea care are loc la Arborele Vieții prin intermediul hipnozei. Cartea continuă cercetările psihiatrului Brian Weiss, fiind mai profundă decât *Multe Vieți, Mulți Maeștri*, prima carte a acestuia.

Cartea *Acasă la Arborele Vieții* înarmează cititorul cu înțelegerea că schimbarea și vindecarea sunt posibile, iar prin ridicarea vălului dintre lumi doctor Gabor oferă cititorilor și clienților săi ocazia de a se conecta cu sufletele lor, cu cine sunt ei cu adevărat. Ea echipează cititorii cu tehnicile necesare pentru a crea schimbări pozitive în viața lor și îi educă pentru eradicarea fricii și a negativității din rutina de zi cu zi. Ea își ajută fiecare client (pacient) să găsească drumul spre Arborele Vieții și să descopere adevărurile cele mai profunde, astfel încât să poată trăi viața pe care și-o dorește. Cititorii rămân cu învățăturile și cunoștințele necesare pentru a-și crea vieți pline de fericire, lumină și iubire necondiționată.

Această carte uimitoare este ușor de citit și greu de lăsat din mână. Este o lectură care trebuie citită de către oricine care își dorește mai mult de la viață.”

Carolyn J. Brown, terapeut de familie, hipnoterapeut,
doctorand în psihologie, Arizona
sergent major în rezervă, Forțele Aeriene SUA



Reacția cititorilor la adresa cărții „Acasă la Arborele Vieții”

„Aceasta este cea mai bună carte pe care am citit-o vreodată. Mi-a schimbat viața!”

Helen B., Statele Unite ale Americii

„Pot spune cu sinceritate că nicio altă carte nu m-a afectat atât de profund ca aceasta. Conținutul ei este neprețuit!”

Steven Graham, California, Statele Unite ale Americii

„Cartea aceasta este o revelație, o carte iluminantă care mi-a răspuns la multe întrebări despre viață și existență. Călătoriile de explorare a subconștientului și înțelepciunea dobândită sunt absolut incredibile.”

V. J., Statele Unite ale Americii

„Mi-a plăcut foarte mult această carte. Am învățat multe despre autovindecare și despre cum putem trăi o viață abundentă și fericită. Mi-a schimbat perspectiva asupra scopului meu în viață.”

A. J., Ford Meade, Maryland, Statele Unite ale Americii

„Aceasta este cea mai bună carte pe care am citit-o în ultima perioadă de timp. Sunt recunoscătoare pentru ea, m-a ajutat enorm.”

Rachael, Statele Unite ale Americii

„Această carte mi-a schimbat viața. Accesibilitatea supraconștientului pe care cartea o introduce ar putea schimba într-o zi industria medicală și psihiatria.”

Janel Hartwell, Puerto Vallarta, Mexic

„Cine a știut că te poți vindeca fără medicamente și terapie la nesfârșit? Se pare că subconștientul și supraconștientul dețin răspunsurile la problemele noastre. Doctor Elena Gabor face o muncă genială care poate schimba lumea.”

Robin L., Maple Valley, Washington, Statele Unite ale Americii

„Această carte este scrisă din inimă și din suflet și, într-un mod simplificat, răspunde la multe întrebări. O recomand cu căldură atât celor care au citit cărțile scrise de Michael Newton, Brian Weiss etc., cât și celor necunoscători într-aceste subiecte.”

C. A., Descanso, California, Statele Unite ale Americii

„Cartea aceasta mi-a oferit răspunsuri la întrebări pe care le-am avut de-o viață. Fiind un cunoscător al muncii lui Edgar Cayce pe care l-am studiat de-a lungul a multor ani, m-am întrebat adesea unde este următorul Cayce? Deși doctor Gabor nu primește informații în același mod în care el o făcea, ea este în măsură să stabilească contacte directe cu nivelurile superioare de conștiință prin intermediul pacienților săi. Folosind informațiile primite, ea a reușit să ajute oameni cu probleme fizice și emoționale foarte grave. Este într-adevăr o carte extraordinară!”

Terry T., Washington, Statele Unite ale Americii

„Mă consider bine informată în domeniul vieților anterioare și al perioadei dintre încarnări, dar această carte mi-a oferit o bază de date și o înțelepciune mult dincolo de ceea ce am citit până în prezent.”

Crystal Reed, Santa Monica, California, Statele Unite ale Americii

„Aceasta este o carte extraordinară pe care nu am putut s-o pun jos. M-a făcut să mă gândesc la conceptele abordate mult timp după ce le-am citit. Are și câteva părți uluitoare, de rămâi cu gura căscată!”

Sal Massimini, Los Angeles, California, Statele Unite ale Americii

„De-a lungul timpului, am citit o mulțime de cărți aparținând acestui gen, dar rar poți găsi o carte ca aceasta, ale cărei cuvinte să poată fi literalmente simțite ca fiind adevărul. Am fost profund impresionat de această carte iluminantă și înălțătoare. Merită un loc pe raftul puținelor cărți pe care, personal, le consider a fi cele mai bune.”

P. G., Pittsburgh, Pennsylvania, Statele Unite ale Americii

ACASĂ LA ARBORELE VIETII

INTRODUCERE ÎN ȘTIINȚA
SUBCONȘTIENTULUI, ȘTIINȚA ÉTERICĂ



CĂLĂTORII DE VINDECARE PRIN EXPLORAREA
UNIVERSULUI SUBCONȘTIENT, A VIETILOR ANTERIOARE
ȘI A VIETII DINTRE VIETI DIN REALITATEA ULTIMĂ

Dr. Elena Gabor

Acasă la Arborele Vieții:

Introducere în Știința Subconștientului, Știința Eterică

Copyright © 2012 Dr. Elena Gabor, www.drgabor.com

Toate drepturile asupra acestei ediții aparțin Elenei Gabor. Nicio parte din această carte nu poate fi reprodusă, salvată, distribuită sau transmisă sub nicio formă sau prin niciun fel de mijloace: electronice, mecanice, fotocopiere, audio, inclusiv de utilizare a internetului, altele decât pentru „utilizare echitabilă”, ca și citate scurte în articole și comentarii, fără a avea acordul prealabil în scris al autoarei.

Această carte se bazează pe cercetările doctorului Elena Gabor cu pacienții și clienții ei din Statele Unite și din Europa. Numele și unele informații cu caracter personal ale persoanelor descrise în această carte au fost schimbate pentru a le proteja identitatea.

Informațiile conținute în această carte au un scop educativ și nu de diagnostic, prescripție medicală sau tratament al niciunei probleme de sănătate. În niciun fel nu este această carte nu este destinată să înlocuiască, să contramandeze sau să intre în conflict cu sfatul dat de către propriul dvs. medic. Autoarea acestei cărți nu oferă sfaturi medicale și nu prescrie utilizarea unor tehnici ca o formă de tratament pentru probleme medicale sau psihologice fără sfatul medicului dvs., fie direct sau indirect. Intenția autoarei este doar de a furniza informații cu caracter general, care pot fi folosite ca adjuvant la programul de asistență medicală prescris de către propriii medici. Autoarea și editorii acestei cărți declină orice răspundere în legătură cu utilizarea ei.

Mulțumiri speciale pentru editare doamnei profesoare Petronela Mureșan.

Mii de mulțumiri lui Ari Gabor și Alessandrei Yanes pentru ajutorul acordat la transcrierea ședințelor de hipnoterapie.

Designul copertei a fost creat de Laura Wright LaRoche, LLPix Photography, www.llpix.com

Tehnoredactare: Farmamedia MB

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

GABOR, ELENA

Acasă la Arborele Vieții: Introducere în știința subconștientului, știința eterică / Elena Gabor. - Târgu-Mureș : Farmamedia, 2015

ISBN 978-606-8215-52-5

159.9



Editura FarmaMedia

Director editură: Mezei Attila Péter

str. Kőteles Sámuel nr. 8. 540057 Târgu Mureș

tel/fax: +40-265-260326

www.farmamedia.ro

email: office@farmamedia.ro



Dedicații

Cartea „Acasă la Arborele Vieții” este scrisă în memoria bunicii mele Lena și Pavel, care mi-au umplut copilăria cu iubire și este dedicată:

Tuturor aceluia dintre voi care aveți dorința de a înțelege misterele minții, ale vieții și morții și care v-ați pus întrebările dezbătute în această carte.

Tuturor pacienților și clienților mei, care au fost de acord ca poveștile și cazurile lor să fie publicate în această carte, pentru a vă încuraja în călătoria voastră de descoperire de sine și de vindecare.

Tuturor oamenilor minunați care și-au investit timpul și talentul în a contribui la crearea acestei cărți.

Fiului meu Ari, care îmi umple sufletul de fericire, familiei și prietenilor mei pentru dragostea și sprijinul acordat de-a lungul anilor.

Tuturor colegilor mei și oamenilor extraordinari de pe această planetă care și-au dedicat viața progresului medicinei și elevării condiției umane.

Și, nu în ultimul rând, cartea este dedicată forțelor iubirii ale Universului, care ne inspiră și ne însoțesc pe parcursul întregii noastre vieți.



Cuprins

CUVÂNT ÎNAINTE

INTRODUCERE

1

Capitolul 1

AMINTIRI ȘTERSE DE VALURILE TIMPULUI

5

Cazul Miei

5

Viața primitivă a Miei

9

Viața Miei ca Liz

13

Capitolul 2

DINCOLO DE VIAȚĂ E VIAȚĂ?

23

Iubire dincolo de viață

24

Poarta de lumină

25

Sala de întâmpinare

26

Care este scopul încarnării?

27

Cum ne alegem viețile fizice?

28

Ce fel de energie suntem?

28

Cine este Marc?

29

Perspectiva maestrului spiritual cu privire la viețile anterioare
explorate de Mia

30

De unde vin sufletele și care este durata lor de viață?	31
De ce există suferință pe Pământ?	32
Scopul vieții	33
Percepție și experiență versus cunoștințe și informații.	
Evoluție spirituală	34
Ne creăm noi înșine propria realitate?	36
Sfârșitul călătoriei Miei Acasă	36
Revelațiile Miei	37
Sfaturi pentru recuperare	41
Optimizarea gândirii subconștiente și conștiente	42

Capitolul 3

„POT SĂ SPUN CĂ AM FOST ÎN PARADIS” **45**

Îmbunătățirea stării de sănătate a Miei	45
Viața Miei ca Iosif	47
Călătoria înspre Lumină	52
Acasă	55
Revederea cu maestrul spiritual	56
Cum comunică sufletele?	57
Care este relația dintre suflet și subconștient?	57
Care este diferența dintre suflet și spirit?	58
Ce se întâmplă în timpul somnului?	59
Sunt oamenii genii?	62
Raiul sau Paradisul, casa sufletelor	63
Există Dumnezeu?	64
Cine este Marc cu adevărat?	65
Sufletele-pereche	66
Perspectiva maestrului spiritual asupra vieții Miei ca Iosif	67
Reîntoarcerea Miei în viața ca Iosif	68
Revelațiile Miei	69

Capitolul 4

NOI ȘI ENERGIILE UNIVERSULUI **73**

Ameliorarea stării de sănătate a Miei	73
Viața Miei ca Helen	74
Momentul morții	81

Călătoria înspre universul de Acasă	83
Râul Vieții	84
Reîntâlnirea cu maestrul spiritual	85
Perspectiva maestrului spiritual în ceea ce privește viața Miei ca Helen	86
Lumina violetă	87
Ce este energia din care suntem făcuți?	88
Planul teluric și planul eteric	88
Energiile Universului	89
Energiile pozitive ale Universului	90
Nivelurile de evoluție ale sufletelor	91
Flăcările gemene	92

Capitolul 5

GHIZII ȘI MAEȘTRII SPIRITUALI **95**

Nivelurile de evoluție ale ghizilor spirituali	97
Experiența Sofiei ca ghid spiritual	98
Similarități în experiențele clienților	108
Clarificările maestrilor spirituali privind ședința Sofiei	109
Energiile protectoare	110
Sufletele foarte evolute	112
Energiile negative	113
Lumina	115
Revelațiile Miei	116

Capitolul 6

REÎNCARNAREA **119**

Viețile de tranziție ale Miei	120
Reîntâlnirea cu maestrul spiritual	121
Nașterea sufletelor din Sursa Vieții. Vieți de tranziție	121
Ciclul reîncarnării	122
De ce nu ne amintim de unde venim?	125
Începutul unei noi vieți fizice	125
Călătoria de reîncarnare a sufletului Iuliei	126
Scopul reîncarnării. Evoluție spirituală (Creștere vibrațională)	134
Conceptul reîncarnării	135

Capitolul 7

TIMPUL UMAN VERSUS TIMPUL ETERIC 137

Timpul	137
Timpul Eteric	138
Curgerea energiei ca vibrație	139
Viața cuprinsă într-un infinit de vieți paralele	141
Imaginație-gând-energie: viață proiectată	142
Progresiile în vieți viitoare	144
Despre Mia	144
Revelațiile Mie	145

Capitolul 8

TRECEREA ÎN ETERNITATE REÎNTOARCEREA ACASĂ DUPĂ VIAȚA TEMPORARĂ 149

Abilitățile Mie	149
Moartea ființei umane și trecerea sufletului în eternitate	150
Ce se întâmplă cu sufletul Acasă, după moartea fizică?	151
Îi vom recunoaște pe cei dragi Acasă, după moarte?	152
Ce e bine și ce e rău?	152
Când și cum se decide cât de mult am evoluat într-o viață?	153
Percepția omenirii asupra morții	153
Este conștiința un produs al creierului?	155
Revelațiile Mie	158

Capitolul 9

SECRETE ALE VINDECĂRII 161

Echilibrul energetic, spiritual	162
Bolile și vindecarea lor	163
Călătoria profesorului Ben de vindecare și de descoperire de sine	164
Viața profesorului Ben ca femeie	166
Cum se influențează reciproc viețile unui suflet? Bolile spirituale	167
Viața profesorului Ben ca Brian	169
Cum se formează bolile spirituale?	171
Beneficiile meditației Acasă	173

Efectele diferitelor culori de lumină	174
Cum ne putem proteja ca energie?	175
Pozitivitatea și vindecarea	175
1.Puterea gândurilor. Gândirea pozitivă	175
2.Limbajul pozitiv	176
3.Renunțarea la mentalitatea de victimă	177
4.Corelația dintre modul nostru de gândire și modul în care ne simțim	177
Viața profesorului Ben ca Henry	177
Misterul casei lui Henry	181
Sentimentele, ca indicatori ai nivelului nostru de vibrație	181
5.Optimizarea convingerilor subconștiente	183

Capitolul 10

DARUL VINDECĂRII **185**

Îmbunătățirea stării de sănătate a profesorului Ben	185
Viața profesorului Ben ca soldat roman	187
Revelațiile profesorului Ben	191
Clarificările maștrilor spirituali privind viața profesorului Ben ca soldat roman	191
Pașii finali către vindecare ai profesorului Ben	193
Evaluarea evoluției spirituale a Miei de către maestrul spiritual	200
Revelațiile Miei	200
Misterele conștiinței	202
Transformarea Miei	204

Capitolul 11

PE URMELE PAȘILOR CE DUC ACASĂ **207**

Explorarea universului de Acasă de către Iulia	208
Conversația Iuliei cu o sursă de energie	209
Revelațiile Iuliei	212
Conversația Iuliei la Arborele Vieții	213
Conceptul de iubire	214
Universul de Acasă	215
Perspectiva Iuliei	217

Dezvăluirea incredibilă a măștrilor spirituali	217
Cum este structurat universul de Acasă?	220
Iubirea adevărată	222
Experiența incredibilă a Miei	223
Revelațiile Miei	225

Capitolul 12

ACASĂ ÎN REALITATEA ULTIMĂ **227**

Vieți simultane, paralele. Omniprezența	227
Spiritul ca un copac energetic	229
Acasă: Arborele Vieții, Cascada și Râul Vieții	230
Dumnezeu, Sursa Vieții	232
Explorarea universului de Acasă de către Sofia	233
Dezvăluirile Sofiei	237
Soarta planetei Pământ	238
De unde vin sufletele al căror număr crește constant?	239
Ce altceva este important ca noi să știm?	240
Evoluția Miei	241
Revelațiile Miei	241
Sfârșitul, un nou început	242

DESPRE AUTOARE **245**



Cuvânt înainte

de către Marilyn Gordon,
autoarea cărții *Conștientizează-ți Măreția*

Acasă la Arborele Vieții este o carte iluminantă care vă va deschide porțile conștiinței și, cu siguranță, vă va transforma modul în care vedeți viața. Dacă sunteți în căutarea unei cărți care să prezinte o privire panoramică asupra existenței umane și să vă răspundă la cele mai profunde întrebări cu privire la natura realității, puteți să vă opriți pentru că ați găsit-o. Aceasta este cartea pe care ați căutat-o.

Elena Gabor este un medic talentat care practică hipnoterapia medicală și terapia de regresie în vieți anterioare. În cartea sa, ea își ghidează clienții (pacienții) în călătorii atât în viețile care au avut un impact semnificativ asupra problemelor lor actuale, cât și în Univers, unde își accesează propria înțelepciune despre viața sufletului.

Această carte răspunde întrebărilor arzătoare ale existenței: Care este scopul vieții? De ce există suferință pe Pământ? Din ce fel de energie suntem făcuți? Cum putem ajunge la un nivel mai înalt de existență? Chiar ne creăm propria realitate? Ce se întâmplă atunci când dormim? Cum este să mori? Cum este să ajungi în Lumină după ce mori? Care este diferența dintre un suflet începător și un suflet avansat? Cine sunt ghizii spirituali? Cine sunt îngerii? Pe lângă toate acestea, cartea vă va furniza răspunsuri la multe alte întrebări.

Doctor Gabor este un hipnoterapeut talentat care a atras clienți și pacienți cu abilități extraordinare care, din păcate, se aflau într-o suferință adâncă atunci când au venit pentru prima oară la ședințe. În relaxare profundă, ei au fost capabili să ajungă la stări avansate de conștiință în care au reușit să-și contacteze ghizii spirituali, primind astfel informații uluitoare. De asemenea, ei au accesat situații și informații din viețile lor anterioare care au contribuit la problemele cu care se confruntau în această viață. Prin

procesul de regresie și prin îndrumarea doctorei Gabor, ei au reușit să-și depășească stările cumplite de depresie și de suferință, ajungând la armonie interioară și la o stare de sănătate și de fericire cum nici nu și-au imaginat că pot trăi vreodată.

Dacă doriți să vă simțiți inspirați și motivați în a vă începe călătoria pe tărâmul descoperirii de sine și al accesării înțelepciunii universale, atunci deschideți paginile acestei cărți. Vă va purta într-o călătorie extraordinară, inimaginabilă, care cu adevărat vă va deschide mintea și vă va schimba viața în bine.

Marilyn Gordon,
director al Companiei de Transformare a Vieții, autoare, profesoară,
hipnoterapeută, membră a Consiliului Director al Asociației Naționale de
Hipnoză (NGH) din Statele Unite ale Americii



Introducere

Dintotdeauna am fost fascinată de misterele minții și m-am întrebat dacă oare conștiința noastră supraviețuiește morții fizice. Procesul inovator de descoperire de sine și de vindecare cunoscut sub numele de hipnoterapie sau terapia subconștientului este o modalitate foarte eficientă de explorare a misterelor conștiinței și ale universului subconștient.

Cazurile reale descrise în această carte, care aparțin a patru dintre clienții și pacienții mei din Europa și din Statele Unite ale Americii, arată cum explorarea subconștientului le-a schimbat radical viețile în bine. Tehnicile folosite în timpul ședințelor de hipnoterapie i-au ajutat pe acești pacienți să se vindece de depresie severă, gânduri de suicid, anxietate, frici, dependență de alcool și leziuni precanceroase, să ajungă la greutatea ideală și să își recapete încrederea în sine.

Într-o stare naturală de relaxare profundă și de concentrare numită hipnoză, acești exploratori ai universului mental au devenit conștienți de experiențele subconștientului lor și au descoperit că sursele reale ale dificultăților lor actuale aveau originea în unele din viețile lor anterioare. Prin conectarea cu acele fațete ale sinelui lor multidimensional, altfel spus cu identitățile lor din viețile anterioare care au trăit evenimentele și traumele inițiale, acești oameni nu numai că au ajuns să-și înțeleagă, dintr-o perspectivă mai elevată, problemele vieții actuale, dar au învățat și lecții absolut înălțătoare despre pozitivitate și iubire necondiționată, care au adus o contribuție decisivă la vindecarea vieții lor actuale.

Explorările vieților anterioare i-au ajutat pe pacienții mei să realizeze că moartea nu este reală, că atunci când corpul fizic moare, sufletul se eliberează din trup precum o pasăre Phoenix ce renaște din propria-i cenușă. Ei au înțeles că sufletul este etern și că acesta poate trăi nenumărate vieți fizice și nonfizice. De asemenea, ei au descoperit Lumina pe care oamenii o văd în timpul meditațiilor sau în experiențele din vecinătatea morții. În universul Luminii, ei au simțit sentimente absolut minunate care sunt foarte dificil de descris în cuvinte. În continuare, ei au explorat universul

magnific care există dincolo de Lumină denumit *Acasă* în această carte. Acasă este locul de unde toate sufletele vin să se încarneze și unde se întorc după moartea fizică; Raiul sau Paradisul descris de religii. Acolo, pacienții și clienții mei au putut să se conecteze cu mintea universală și au accesat o bogăție inestimabilă de informații cu privire la natura existenței noastre. Acest tezaur vast de cunoștințe pe care noi, ca ființe umane, întotdeauna am aspirat să-l înțelegem, l-am denumit „Știința subconștientului, știință eterică”, punând astfel bazele Medicinii Subconștientului. Această știință dezvăluie cine suntem cu adevărat, care este scopul nostru pe Pământ, ce sunt de fapt bolile, cum se formează, cum le putem vindeca și cum putem trăi o viață fericită și echilibrată.

Ca urmare a acestor experiențe surprinzătoare, simptomele pacienților și clienților mei s-au diminuat treptat și starea de sănătate li s-a îmbunătățit substanțial într-o perioadă scurtă de timp. Spre surprinderea lor, în doar câteva ședințe au ajuns să se bucure de o stare armonioasă de sănătate și de echilibru interior.

Este uimitor faptul că acești oameni și-au revenit din stări atât de grave de boală fără niciun fel de tratament medicamentos. Această terapie de explorare a sinelui i-a ajutat pe pacienții mei să-și dea seama că propria conștiință este pe deplin responsabilă pentru experiențele noastre fiziologice și emoționale și, în cele din urmă, pentru viața noastră. Această revelație, împreună cu concluziile la care ei au ajuns legate de rolul esențial al gândirii pozitive în procesul de vindecare, i-a ajutat pe pacienții și clienții mei să-și îmbunătățească considerabil perspectiva asupra vieții lor, ajungând ca la nivel cerebral să-și creeze noi căi neuronale de gândire și, în cele din urmă, să se vindece.

Călătoria mea de explorare a conștiinței umane, în urma căreia am ajuns la concluziile prezentate în această carte, a început atunci când am descoperit rezultatele remarcabile obținute de către un medic cu ajutorul terapiei subconștientului, pentru tratamentul unor afecțiuni severe. (Terapia subconștientului include hipnoterapia și este un termen generic care cuprinde toate tehnicile și abordările terapeutice care vizează mintea subconștientă.) La acel moment, ca mai toți medicii, nu știam nimic despre accesarea subconștientului, despre hipnoză sau despre beneficiile acestor terapii.

După cercetări minuțioase, am descoperit că mulți medici cunoscuți, de diferite specialități medicale, precum și terapeuți din întreaga lume, obțineau rezultate minunate utilizând aceste tehnici terapeutice cu pacienții lor, fără a folosi niciun fel de tratament medicamentos. Ulterior, am întâlnit chiar și oameni care nu făceau parte din comunitatea medicală și care, cu ajutorul acestor tehnici, obțineau rezultate de succes. Totul părea prea frumos ca să fie adevărat. Am devenit foarte interesată de această *nouă* știință, dar voiam să

fiu sigură că este reală. La momentul respectiv, practicasem timp de zece ani ca medic stomatolog în România. Ascultându-mi chemarea, m-am imbarcat într-o călătorie de investigare a teritoriilor neexplorate ale universului conștiinței, călătorie care s-a dovedit a fi fascinantă și plină de satisfacții și care mi-a deschis accesul la un univers incredibil, dincolo de ceea ce îmi imaginasem că era posibil.

Am început prin a cerceta toate materialele pe care le-am găsit despre acest domeniu de specialitate și, după finalizarea cursurilor de pregătire în hipnoterapie medicală în Statele Unite, am trecut la aplicarea noilor mele cunoștințe în practica privată. Ca om de știință, am început să observ și să documentez toate concordanțele și stereotipurile pe care le-am observat în experiențele pacienților mei. În scurt timp, am realizat cât de importantă este explorarea minții subconștiente pentru înțelegerea bolilor și a mecanismelor vindecării și că este absolut esențială pentru înțelegerea minții umane în întreaga ei complexitate. Asemănările experiențelor, descoperirilor și mărturiilor clienților și pacienților mei sunt impresionante, precum și îmbunătățirea stării lor de sănătate. Aceste descoperiri nu sunt numai interesante, dar sunt și reproductibile, generând rezultatele terapeutice uimitoare.

Consider cu fermitate că un nou domeniu al medicinei trebuie implementat, și anume Medicina Subconștientului, care să se ocupe de studiul și terapia minții subconștiente cu efectele ei de vindecare atât asupra afecțiunilor medicale și psihologice, cât și asupra ființei umane ca întreg. Știința universului subconștient nu ar mai trebui să lipsească din cărțile de medicină și din cunoștințele și arsenalul medicilor.

Acestea fiind spuse, vom începe povestea călătoriei mele de explorare a misterelor conștiinței umane. Pe parcursul a câtorva ani, am lucrat cu peste o mie de oameni, folosind cu succes hipnoterapia în Santa Monica, un oraș foarte frumos situat pe coasta Oceanului Pacific, în zona Los Angelesului, în însorita Californie. Astfel, am aflat răspunsuri la unele dintre multele întrebări pe care le aveam cu privire la universul conștiinței umane.

Țin să menționez că pentru păstrarea anonimatului clienților și pacienților mei ale căror cazuri, experiențe și mărturii vor fi discutate în această carte, am hotărât să le schimb numele și caracteristicile după care pot fi identificați. Ședințele în sine însă și informațiile discutate în aceste ședințe sunt redată cu exactitate. Ei și-au dat acordul ca experiențele lor și descoperirile făcute împreună cu ei să fie prezentate în această carte pentru a-i inspira și pe alții care se confruntă cu situații asemănătoare și pentru a aduce o lumină asupra multora dintre enigmatul existenței noastre. Cu toții vă trimitem dragostea noastră și sperăm ca această carte să vă lumineze drumul de a descoperi cine sunteți cu adevărat.

De asemenea, doresc să menționez că nu toți oamenii care se programează la ședințele de hipnoterapie sunt pacienți, deoarece nu toți suferă de afecțiuni medicale sau psihologice. Mulți vin pentru dezvoltare personală, pentru descoperire de sine și evoluție spirituală.

Întorcându-ne la povestea mea, într-o zi frumoasă, în timp ce eram din nou în Europa pentru câteva luni, unul dintre colegii mei psihiatrii m-a întrebat dacă aș putea să o văd pe una dintre pacientele sale pe nume Mia. Ea suferea de depresie severă și nu răspundea deloc favorabil la tratamentul medicamentos. De fapt, după ce luase medicamentele prescrise, Mia începuse să aibă gânduri de suicid. Ea a mărturisit psihiatrului ei că se simțea copleșită și că era pe cale să-și piardă controlul asupra vieții. La vremea aceea, nici nu îmi imaginam că această femeie tânără avea să-mi aducă răspunsuri la multe dintre întrebările mele și că, prin intermediul ședințelor noastre, multe dintre misterele vieții și ale morții aveau să fie dezvăluite.

CAPITOLUL 1



Amintiri șterse de valurile timpului

„Întoarce-ți fața către soare și umbrele vor cădea în spatele tău.”
Proverb maor

CAZUL MIEI

Cu o expresie tristă și îngrijorată, Mia a pășit în cabinet. Era o femeie frumoasă în vârsta de douzeci și cinci de ani, iar aceasta era prima ei ședință de hipnoterapie la care fusese vreodată. Am invitat-o să ia loc și, cu o voce ce-i trăda suferința, mi-a descris cu insistență că a încercat totul pentru a-și depăși depresia, anxietatea și gândurile de suicid, dar nimic nu a ajutat-o. Mia mi-a spus că această terapie era ultima ei speranță, iar în cazul în care nu o va ajuta, ea va muri.

Cu câteva luni înainte de întâlnirea noastră, Mia a aflat de la psihiatrul ei despre beneficiile hipnoterapiei, dar, când i s-a spus că accesarea minții subconștiente se face prin intermediul unei stări profunde de relaxare numită hipnoză (în care creierul ajunge în starea de unde alfa, teta și REM), Mia a ezitat să dea curs sugestiei psihiatrului. Ezitarea ei se datora ideilor preconcepute pe care le avea despre hipnoză datorită învățăturilor religioase pe care le primise în copilărie. De fapt, ea nu avea nicio idee despre ce este hipnoza terapeutică. Mia, în cele din urmă, a fost de acord să vină la o ședință cu mine, dar doar atunci când a devenit disperată pentru că starea ei se înrăutățise apreciabil, iar medicamentele prescrise nu o ajutaseră.

La acel moment, utilizam exclusiv hipnoterapia pentru a-i ajuta pe pacienții și clienții mei, abordare care s-a dovedit a avea un impact mult mai puternic și mai de succes decât orice altă metodă pe care am studiat-o și am folosit-o în prealabil.

Pregătirea universitară de care avusesem parte mi-a format un mod științific de gândire, însă unul limitat la convingerile și tiparele medicinei moderne și ale stomatologiei. Cu toate acestea, înarmată cu o multitudine de întrebări și cu hotărârea de a-mi elibera mintea de orice idei preconcepute, limitări și presupuneri pe care le adoptasem din domeniul medicinei, am pornit pe drumul care avea să-mi deschidă uși care nici măcar nu știam că există. Am ajuns să accesez teritorii dintre care multe erau neexplorate și căi pe care foarte puțini medici au avut privilegiul de a se aventura vreodată.

Cu toții am auzit concepte de genul: „Totul este în mintea noastră” și „Noi ne creăm realitatea”. Unii susțin chiar și că noi ne creăm bolile și dacă ne schimbăm modul în care gândim ne putem schimba viața și îmbunătăți sănătatea. Oare așa să fie? Să aibă oare modul nostru de gândire atât de mare impact asupra realității pe care o trăim că ne determină starea de sănătate și experiențele vieții? Și dacă modul de gândire ne influențează atât de mult starea de sănătate, de ce nu se pune accent pe gândirea pozitivă în medicină? Investigarea acestor concepte, a abordărilor terapeutice care vizează mintea umană și a modului în care se produce vindecarea persoanelor care recurg la metodele de vindecare holistică au devenit rapid prioritățile mele.

Multe dintre problemele majore cu care ne confruntăm, cum ar fi depresia, anxietatea, fricile, adicțiile, problemele de greutate, unele cazuri de infertilitate și așa mai departe, sunt de multe ori adânc înrădăcinate în subconștient. Hipnoterapia se adresează celor trei aspecte ale minții noastre. În primul rând, există aspectul conștient al minții pe care îl folosim atunci când suntem treji. Foarte pe scurt, mintea conștientă începe să se formeze în copilărie și include partea logică, analitică a minții. Al doilea aspect este mintea subconștientă, care coordonează activitățile legate de funcționarea normală a corpului fizic și este prezentă în mod constant de-a lungul întregii noastre vieți. Al treilea aspect al minții se numește mintea supraconștientă sau eul superior. Este acea stare elevată de conștiință care poate fi accesată în stările foarte profunde de meditație sau hipnoză. Cooperarea dintre aceste trei aspecte ale minții asigură funcționarea normală a ființei umane. În timpul stării de hipnoză, persoana își conectează adânc conștientul cu subconștientul și de multe ori chiar și cu eul superior, cu supraconștientul.

După cum relevă cazurile pacienților mei, atât subconștientul, cât și supraconștientul dețin cheia depășirii stărilor cele mai nedorite și deschid căile prin care se produce vindecarea. Aceste mecanisme de vindecare, care mi-au luat ceva timp pentru a le detecta și a le înțelege, au de-a face

cu identificarea, demontarea și reconstrucția sistemelor conștiente și subconștiente de convingeri, crezuri și idei demoralizatoare, bazate pe frică și orientate către negativitate.

După ce s-a așezat comod în fotoliu, Mia a început să-mi destăinuie problemele foarte serioase cu care se confrunta. Se simțea „cu al doilea picior în groapă” și realiza că, dacă nu lua măsuri imediate, era foarte posibil să piardă controlul asupra vieții ei.

M: În timp ce conduceam mașina, mă întrebam ce s-ar întâmpla dacă aș lăsa volanul să se ducă unde vrea el. Singura mea rețineră era nu că îmi fac rău mie, ci că poate omor oameni nevinovați. Acesta a fost singurul gând care m-a făcut să nu las volanul în voia lui.

Mia mi-a explicat că avea o istorie lungă de depresie severă. Ea crescuse într-o familie săracă, având un tată alcoolic și foarte sever care zilnic își agresa fizic și verbal atât soția, cât și copiii. Mia a încercat să se sinucidă de trei ori: la paisprezece, la șaisprezece și la douăzeci și unu de ani, luând supradoze de medicamente. Cu un an înainte de întâlnirea noastră, depresia ei se înrăutățise din nou. De asemenea, ea se confrunta cu episoade de anxietate intensă în care avea dificultăți în a respira. Întrebând-o dacă doarme bine noaptea și se trezește odihnită dimineața, Mia mi-a răspuns:

M: Nu, odihnită nu m-am simțit de luni în șir. Simt că mă doare carnea de pe mine când mă trezesc dimineața, dar nu de oboseală fizică. Simt cum mușchii mă trag către pământ. Mă doare tot corpul de oboseală, dar trebuie să mă trezesc dimineața să mă duc la școală, să iau note bune, să merg la serviciu și să învăț. Chiar și obosită, trebuie să fac lucrurile acestea pentru că n-am încotro. M-am retras din punct de vedere social și aș vrea doar să dorm, pentru că tot timpul mă simt extrem de obosită și extenuată.

Mia a adăugat că medicul ei descoperise că ea avea leziuni precanceroase cervicale cauzate de virusul papiloma (HPV) pentru care fusese tratată de mai multe ori, dar cu un prognostic nefavorabil. De asemenea, de mai multe luni încercase fără succes să scadă în greutate. Mia mi-a descris problemele ei de dietă și faptul că bea cafea în exces și fuma prea multe țigări. Toate acestea erau o reflexie a stresului din viața ei. Mia nu folosea droguri, însă începuse să bea un pahar sau două de vin seara sau o bere, în speranța deșartă de a o ajuta să uite de durere și de starea depresivă în care se afla.

În plus, pe lângă faptul că era studentă, Mia avea un serviciu, iar când ajungea acasă trebuia să se ocupe de toate treburile casei. Pe deasupra, ea nu reușea să-și găsească liniștea datorită relației distructive pe care o avea cu soțul ei, caracterizată de abuzuri verbale, emoționale și fizice. La rândul lui, soțul Miei avea și el probleme foarte serioase de adicție de alcool și multe alte probleme de sănătate. Aveau conflicte foarte intense care, de multe ori, se soldau cu măsuri extreme, Mia dormind multe nopți în mașină de frică să se

întoarce acasă. Ea ajunsese să îi dorească în secret moartea soțului ei și era în dilemă dacă să rămână cu el sau să divorțeze.

De asemenea, Mia mi-a descris teama ei puternică de moarte ce îi fusese implantată în copilărie de către părinții ei și că ideile ei despre viață și moarte erau limitate la ceea ce citise în Biblie. Ea considera că făcuse tot ceea ce medicii îi recomandaseră, dar nimic nu o ajutase. Ca urmare, se simțea extrem de copleșită și obosită.

Pentru a-i îndepărta temerile, i-am explicat Mieii faptul că hipnoza este un proces natural, plăcut și relaxant, o stare absolut normală prin care cu toții trecem zilnic, de exemplu când suntem în starea de veghe, dintre somn și trezire. I-am explicat că această stare o poate ajuta să se regăsească pe sine prin accesarea subconștientului.

Înțelegând starea critică în care se afla Mia datorită depresiei și a tendințelor ei sinucigașe, am hotărât să o ghidez în starea de conștiință elevată, în hipnoză, pentru a investiga sursele depresiei și ale problemelor cu care ea se confrunta, în dorința de a o ajuta să revină la o stare mentală echilibrată și optimistă. Am întrebat-o dacă era cât de cât familiară cu acest domeniu, dacă a citit cărți de vindecare holistică sau de metafizică și mi-a răspuns că nu citise astfel de cărți și că nu avea nici cea mai vagă idee despre acest domeniu.

Având în vedere gravitatea cazului Mieii, am decis să încep prin a folosi două abordări terapeutice. Prima, terapia prin regresie, necesită ca pacienții să se întoarcă la debutul simptomelor lor pentru a investiga sursele problemele lor actuale de la nivel subconștient. A doua tehnică de care Mia avea nevoie era optimizarea gândirii conștiente și subconștiente, care implică dezmembrarea convingerilor și crezurilor demoralizatoare, orientate către negativitate și înlocuirea lor cu idei încrezătoare, pozitive. Aceste abordări ajută pacienții să revină la o stare mentală pozitivă, echilibrată și optimistă.

În ședințele de regresie, unii pacienți se întorc în timp și accesează evenimente întâmplătoare la o vârstă mai tânără sau în copilărie, unde simptomele sau problemele lor au debutat, iar alții accesează întâmplări dincolo sau de dinainte de viața lor actuală. Este cu adevărat remarcabil cum explorarea minții subconștiente poate duce o persoană pe teritorii aparent necunoscute, cum ar fi supraviețuirea conștiinței după moarte (Viața de Apoi) și reîncarnarea (existența aceluiași suflet, aceleiași conștiințe, în multe vieți). Fără îndoială, acestea sunt subiecte controversate. Multe dintre dezbaterile despre veridicitatea lor reflectă nu numai diferite convingeri filozofice și religioase, dar și presupunerile pe care medicina modernă le-a adoptat. De exemplu, medicina consideră că mintea (conștiința) este produsul activității creierului, iar când ființa umană moare, conștiința persoanei încetează să mai existe. Cu toate acestea, studii recente cu privire la experiențele din vecinătatea morții (NDE în limba engleză) încep să arate că mintea, conștiința, poate exista și funcționa și când creierul nu funcționează.

Pentru a-și accesa subconștientul, persoana este profund relaxată, ca în meditație sau hipnoză. Aceasta va părea că doarme și visează, aflându-se în starea REM de mișcări oculare rapide sub pleoapele închise. De fapt, persoana nu doarme, ci se află într-o stare relaxată de concentrare și de conectare cu subconștientul.

Pentru a începe, am instruit-o pe Mia să se așeze confortabil pe canapea, să-și închidă ochii, să se relaxeze foarte adânc și să nu se gândească la nimic. I-am sugerat să-mi urmeze îndrumările și să nu-și facă nicio grijă. Am încurajat-o să mimeze starea în care corpul se află atunci când doarme și să încerce să nu și-l miște pentru a facilita o stare profundă de relaxare în care subconștientul devine accesibil.

Am continuat prin a o ghida pe Mia să-și relaxeze pas cu pas grupele musculare începând de la cap până la vârful degetelor de la picioare și să-și direcționeze atenția dinspre exterior înspre lumea ei interioară. Astfel, Mia a trecut treptat prin starea de reverie (starea undelor cerebrale alfa) în stare de relaxare profundă (starea undelor cerebrale teta) și a intrat în starea REM. Prin acest proces de meditație dirijată, atât conștientul, cât și subconștientul devin active și conectate, iar mintea conștientă se află într-o stare mai liniștită și mai tăcută, o stare de observator. Când tot corpul ei a devenit relaxat, i-am cerut să-și imagineze că este învăluită și scăldată într-o lumină albă, caldă și plăcută pe care am sfătuit-o să o mențină cu ea. Am încurajat-o să se detașeze de senzațiile corpului fizic și să-și imagineze că urcă o scară luminoasă, ale cărei trepte duc către o lumină foarte plăcută, puternică și liniștitoare care arată ca lumina soarelui. (Voi explica ulterior ce este această „Lumină”). I-am sugerat ca în imaginația ei să pășească în Lumină, să se ducă adânc în ea și să-și lase nivelurile superioare ale conștiinței ei să-i arate acele evenimente sau situații ce reprezentau sursele problemelor ei actuale. Eu niciodată nu sugerez pacienților și clienților mei unde anume să meargă: în adolescență, în copilărie, sau în altă perioadă a călătoriei de evoluție a sufletului lor, ci las nivelurile lor superioare de conștiință să aleagă momentul de debut al problemelor lor actuale.

VIATA PRIMITIVĂ A MIEI

Odată ce Mia a intrat în Lumina de la capătul scărilor, i-am spus să se uite cu ochii minții la corpul ei, să-mi descrie unde se afla, cum arăta și cum era îmbrăcată și să îmi relateze în detaliu tot ceea ce percepea, vedea, simțea sau auzea, sau, pur și simplu, ceea ce îi venea în minte.

M: Văd blănuri pe mine. E iarnă și e frig. E totul înghețat și sunt singură. Nu e nimeni în jurul meu.

Dr. G: Ce altceva observi în jurul tău?

M: O peșteră. Văd o peșteră. E frig... Dacă încerc să intru înăuntru e întuneric. E ca și cum nimeni n-a intrat aici. Cred că aici locuiesc eu, că parcă atunci când merg, știu pe unde merg... Locuiesc de ceva timp aici, e familiar, dar n-am locuit aici dintotdeauna. E întuneric total, nu văd nimic în jur, nici nu văd pe unde calc și e frig...

Dr. G: Locuiește cineva acolo în peșteră cu tine?

M: Nu, nu.

Dr. G: Cum ai ajuns acolo de ești singură?

M: Am mers.

Dr. G: Dacă te uiți la tine, ce poți să-mi spui? Ești adult sau ești copil?

M: Sunt bărbat. Sunt bărbat.

În această regresie, Mia nu și-a accesat situații din adolescență sau din copilărie. Regresia la sursa simptomelor ei s-a transformat în ceea ce se numește în terapie o „regresie într-o viață anterioară.” Terapia de regresii în vieți anterioare se bazează pe conceptul că un suflet poate trăi mai multe vieți care se pot influența reciproc, iar traumele, temerile și vulnerabilitățile din viețile trecute se pot manifesta în viața actuală ca simptome, boli, temeri, fobii etc.

Eu nu fusesem familiarizată cu conceptul de vieți trecute înainte de a începe să studiez domeniul minții subconștiente. Însă după ce m-am documentat și am studiat lucrările unor hipnoterapeuți de renume mondial, precum medicul psihiatru Brian Weiss, psihologul Michael Newton, doctorul Bruce Goldberg și mulți alții, scepticismul meu cu privire la acest concept a dispărut complet. Când prima mea clientă și-a accesat o viață trecută, am fost bine pregătită în ceea ce privește modul de desfășurare al procesului de regresie și foarte conștientă de beneficiile remarcabile ale explorării vieților trecute.

Hipnoterapeuții sunt în mod inevitabil duși de către pacienții sau clienții lor în ceea ce ei descriu a fi viețile lor anterioare, care se dovedesc a dezvălui sursele problemelor sau simptomelor lor actuale. Indiferent de cât de neverosimile par a fi experiențele lor raportate la convingerile noastre personale actuale, metoda științifică constă în a observa și a studia experiențele pacienților și de a lua toate datele în considerare.

Unii pacienți și clienți acceptă conceptul de reîncarnare, pentru că face parte din sistemului lor filozofic, cultural, spiritual sau religios, pe când alții, și anume cei care cred că trăim doar o singură viață, interpretează aceste experiențe ca metafore remarcabile ale minții care îi învață lecții iluminante cu privire la provocările lor actuale. Cu toate acestea, am constatat că opiniile personale ale clienților și pacienților mei cu privire la acest subiect nu interferează cu procesul de vindecare atunci când ei participă în terapia de regresii în vieți anterioare.

Dr. G: Cum ești îmbrăcat?

M: Cu blănuri multe. Sunt blănuri și sunt fine. Da.

Dr. G: De unde ai blănurile?

Răspunsul a venit cu o voce foarte mândră:

M: Le-am făcut eu. Le-am vânat, m-am luptat.

Dr. G: De unde ai venit în acest loc? Unde sunt restul oamenilor?

M: Nu știu. Sunt singur și cred că așa trebuie să fiu. Ori au murit, ori m-au exilat, dar sunt singur.

Răspunsul pe care Mia mi l-a dat, care era la masculin, indica detașarea de personalitatea ei actuală ca Mia, conectarea ei mentală devenind din ce în ce mai puternică cu bărbatul pe care ea îl descria ca fiind ea însăși în acea viață.

Dr. G: Cum te simți acolo?

M: Mă simt liniștit, dar mi-e frică pentru că sunt multe creaturi în jur. Trebuie să fiu atent la fiecare pas pe care îl fac. E o luptă continuă de supraviețuire, pot să mor în orice clipă. Trebuie să am grijă.

Am întrebat-o pe Mia cum arăta ea ca acest bărbat și, cu o voce mândră, mi-a spus că era un bărbat înalt, bine făcut, puternic și frumos, că avea părul negru, lung până la umeri și pielea deschisă la culoare. Am întrebat-o dacă putea găsi ceva unde se putea oglindi ca să-și vadă reflexia, să vadă cum arăta și mi-a dat următorul răspuns:

M: Trebuie să caut. Stai să ies afară. Oh, ce frig e!

Răspunsul Miei m-a surprins pentru că, după cum se exprima, părea că mai degrabă ea trăia senzațiile vieții trecute în momentul de față, nu că-și amintea niște memorii dintr-o altă viață.

M: E gheață peste tot și e frig! Totul în jur e alb, e multă, multă zăpadă. Nu e nimeni aici. Nu știu dacă mai există alte creaturi ca mine. Br... Br... (Mia scosese aceste sunete de parcă o treceau frisoanele.) Uite, cred că pot să mă uit aici... dar nu mă văd bine. Sunt un bărbat puternic, se vede după brațele mele. Sunt înalt și bine făcut. Pot să fac totul de unul singur. Nu îmi văd clar fața, dar am un semn mare pe obrazul drept; îl simt când pun mâna. De fapt, sunt mai multe semne, nu doar unul și sunt mari și adânc brăzdate în obraz. Sunt cicatrici de la o luptă cu un animal.

Dr. G: Ce altceva ai pe tine în afară de blănuri? Ai pantaloni sau lucruri de genul acesta cusute de mâna omului?

M: Nici nu știu exact cum arată ceea ce spui... pantaloni? Nu... blănuri... animale, le-am jupuit și le-am pus în spate.

Mia părea a fi foarte conectată cu omul primitiv și detașată de informațiile ce le deținea în viața ei actuală. Părea a avea momente când se conecta total cu cine era ea în viața trecută și momente când vedea ca un observator ceea ce se întâmpla acolo.

În continuare, am condus-o la următorul eveniment al vieții precedente care era legat de problemele ei actuale.

M: Sunt desculț, mi-e foame și mi-e frig. Știu că dacă mi-e foame trebuie să mănânc. Trebuie să vânez animale ca să mănânc.

Dr. G: Ce fel de animale vânezi?

M: De care gălesc: iepuri, vulpi și pește, dar peștele nu-mi place, nu. Trebuie să fiu șiret ca să mănânc, pentru că animalele sunt deștepte.

Dr. G: Și cum mănânci carnea? Crudă sau o prepari cumva?

M: O mănânc și crudă și o și prepar.

Dr. G: Cum o prepari?

M: La aer. O las ziua la soare, dar trebuie s-o păzesc să nu mi-o mănânce alte animale.

În continuare, i-am sugerat Mieii să se relaxeze și mai adânc și să meargă la următorul eveniment important al acelei vieți, care era relevant pentru depresia și problemele ei de greutate.

M: Nu știu unde sunt, dar sunt încă desculț. Nu știu ce e... parcă pândesc ceva și parcă ceva mă pândește. Simt tensiune și nu știu exact ce urmează să se întâmple sau ce s-a întâmplat. Probabil vânez și m-am apropiat de ceva...

Respirația Mieii devenise tot mai profundă și mai rapidă.

M: Are loc o luptă cu un animal mare... aș vrea să zic că e urs, dar nu e urs. E altceva, o fiară care vrea să mă mănânce, iar eu vreau s-o mănânc pe ea. Ah, mi-au înghețat picioarele și parcă nu mă pot mișca! Dar lupt în continuare. Sunt speriat... Acum fiara, animalul e la pământ, dar așa sunt și eu și nu mă pot mișca... Parcă ceva mă trage de lângă fiară și mă duce undeva în întuneric. Ah, sunt înghețat, dar nu simt nimic altceva. E frig și e întuneric.

Respirația Mieii a devenit și mai frecventă și mai adâncă. Respirația rapidă și profundă, frisoanele, toate aceste reacții fizice nu păreau să fie rezultatul imaginației ei. Experiența prin care ea trecea îi părea atât de reală că trupul ei reacționa în consecință.

Gândindu-mă la această viață de om al cavernelor, m-am întrebat dacă nu cumva lupta continuă de supraviețuire a acestui bărbat, frica lui de a nu avea ce mânca și dificultățile lui în obținerea hranei nu s-au manifestat cumva în viața actuală a Mieii ca tendința de a mânca excesiv. Sau punea oare Mia în greutate sau își menținea excesul de greutate din ideea subconștientă de a-și proteja organismul împotriva frigului cu straturi de grăsime datorită acestei vieți ca om al cavernelor trăită într-un mediu friguros și înghețat? Acestea ar fi putut fi o parte din rădăcinile subconștiente ale obiceiului Mieii de a mânca excesiv.

După ce am ghidat-o mai departe în timp, Mia mi-a relatat:

M: E aceeași situație, dar în zile diferite. Ciudat e că încă trăiesc. În timpul luptei, fiara m-a mușcat, m-a atacat și eu am răpus-o, însă sunt foarte slăbit.

Ceva a venit și m-a apucat din spate, m-a tras undeva și nu știu ce a făcut. Nu știu cine a fost pentru că n-am mai simțit nimic.

Dr. G: Du-te înainte în timp la clipele de dinainte morții tale și revezi circumstanțele în care mori.

M: Nu sunt singur. E ca un adăpost și cineva are grijă de mine. Picioarele îmi sunt acoperite. Nu știu ce este, dar îmi linge rana unde m-a mușcat fiara. E cineva căruia îi simt respirația caldă și nu mi-e frică. Nu văd ce e sau cine e, dar nu mi-e frică că ar vrea să mă mănânce...

Dr. G: Ce se întâmplă în continuare?

M: E... nu e... hmm... nimic... E întuneric, dar eu nu mai sunt acolo.

Dr. G: Cum te simți acolo, în întuneric?

M: Mă simt... nu știu cum să descriu. Nu mă simt nicicum. Parcă locul meu nu este aici.

Presupunând că Mia a ieșit din viața de om al cavernelor, am direcționat-o către Lumină.

Dr. G: Vezi Lumina?

VIATA MIEI CA LIZ

M: Da, văd o lumină albastră, frumoasă, la marginea unei păduri. E noapte și e un cort. E un circ. E un circ!

Dr. G: Uită-te întâi la tine. Descrie-mi cum arăți.

M: Sunt o femeie tânără cu părul castaniu lung, lung și ondulat. Port niște haine ca de țigancă și sunt desculță. Am bijuterii multe pe mine... multe și colorate, cu o mulțime de bănuți. Am și la picior și la gât și am și cercei.

Mia a trecut spontan în altă viață. Mulți oameni sunt capabili de a explora mai multe vieți într-o singură ședință de regresie.

Dr. G: Ce faci acolo?

M: Mă duc acasă.

Dr. G: Unde e casa ta?

M: Aici, lângă ceilalți din comunitate. E o căruță fără cai... cu câteva zdrențe.

Dr. G: Ai familie?

M: Nu, nu. Părinții mei nu mai sunt. Mi-au zis că au murit. Sunt orfană.

Dr. G: Cine sunt ceilalți din acea comunitate?

M: Nu sunt lângă mine acum. Sunt oamenii cercului. Da.

Dr. G: Și tu ce faci acolo, ai vreun rol și tu în cercul acela?

M: Eu nu sunt bună de așa ceva. Eu fac curat, am grijă de ei, fac mâncare... eu nu sunt din neamul lor. Eu sunt albă și ceilalți sunt țigani cu pielea închisă la culoare și părul negru.

Dr. G: Există și alte case în jurul locului unde aveți voi căruțele?

M: Da, da, dincolo de pădure. Trebuie să treci pădurea ca să ajungi acolo. E un oraș. Suntem undeva în Franța. Le... Dijon? Începe cu D, ceva de genul ăsta. Da, dar eu nu vorbesc franceza.

Dr. G: Ce an este?

M: Nu știu. Trebuie să mă uit, eventual să întreb. În jur de 1800, cam așa.

Dr. G: Ce limbă vorbești?

M: Nu știu ce limbă vorbesc, dar eu nu vorbesc limba ce o vorbesc oamenii din oraș. Nu, eu vorbesc limba pe care o vorbesc cei din comunitatea de aici. Ei spun că vorbesc țigăneasca.

Dr. G: Și cum ai ajuns tu să trăiești în comunitatea aceasta dacă nu ești din neamul lor?

M: M-au găsit, m-au adoptat când aveam șase sau șapte ani. Părinții mei au fost omorâți, după cum am înțeles, și ei m-au luat.

Dr. G: Ți amintești de părinții tăi?

M: Da, un pic, un pic. Mama era foarte frumoasă și tata era un bărbat chipeș. Mama mă ținea în brațe și îmi cânta. Era slabă, frumoasă și înaltă, cu părul castaniu ondulat și lung și cu ochi verzi. Era frumoasă ca un înger. Și mai era cineva cu noi, îi spunea mamei „Madame” („doamnă” în limba franceză). A fost ca o a doua mamă pentru mine.

Dr. G: Cum îți spunea pe nume mama ta?

M: Liz... Liz.

Dr. G: Cum era casa în care locuiai cu părinții tăi?

M: Era mare, mare și era multă lume pe lângă noi. Alergam mult în jurul casei.

Dr. G: Ce-ți amintești despre tatăl tău?

M: Cred că tata avea o funcție importantă. Tot timpul avea întrevederi, dar era blând cu mine. Mă lua în brațe și se juca cu mine... Însă nu am avut frați.

Dr. G: Ți amintești când te-au luat cei din comunitatea țiganilor?

M: Da, cred că da. Ne duceam la o mătușă, parcă îmi spuneau părinții. Sora lui tata sau a mamei născuse un copil și mergeam cu căruța la ei. La un moment dat, pe lângă pădure ceva s-a întâmplat că au început caii să alerge și l-am auzit pe tata că s-a agitat și a început să țipe. Mama m-a luat în brațe, după care căruța s-a răsturnat. Apoi am văzut lume în jur, dar nimeni n-a spus nimic, doar mama a plâns și apoi nu s-a mai mișcat. După aceea, am fost luată de acolo.

Dr. G: Cine te-a luat?

M: Un nene.

„Nene” este un termen pe care doar copiii îl folosesc. Interesant este că Mia, ca Liz, vorbea din perspectiva unui copil, nu neapărat din perspectiva adultului care își amintea întâmplări din copilărie. Am rugat-o să-mi spună mai multe despre acel om.

M: Am fost foarte mirată de cămașa lui. Avea un semn pe piept și niciodată n-am văzut la tata cămașa așa descheiată.

Dr. G: Era acel om din comunitatea în care ești tu acum?

M: Hmm, nu.

Dr. G: Și unde te-a dus?

M: M-a dus undeva tot la o casă mare, dar urâtă, urâtă și cu mulți copii.

Acolo erau o mulțime de femei îmbrăcate în alb și negru care ne tot băteau, ne tot băteau...

Dr. G: Ce vârstă aveai când ai ajuns acolo?

M: Vreo trei sau patru ani.

Dr. G: Până la ce vârstă ai stat acolo?

M: Nu mult, că am fugit. Pe la șase, șapte ani, când am văzut că mama nu vine să mă caute, m-am dus s-o caut eu.

Dr. G: Nu știai că mama ta a murit?

M: Nu. Eu am văzut că a plâns și apoi că nu s-a mai mișcat. Nu știam că a murit.

Dr. G: Dar tatăl tău?

M: Tata... Am văzut sânge că-i curge din nas și din gură și mi-am dat seama că... De fapt, nu mi-am dat seama pe moment, dar apoi când am vorbit cu copiii din casa aia mare mi-au zis că e mort.

Dr. G: Unde te-ai dus când ai fugit?

M: Am fugit și apoi am ajuns aici, la locul ăsta cu mulți oameni. Ei vorbeau altă limbă și am plâns... și le-am zis pe limba mea că vreau să stau acolo cu ei și cineva m-a luat. Era șeful lor. M-a luat acolo să stau cu ei și mi-a dat de mâncare. Da.

Dr. G: În toți acești ani ai stat cu ei?

M: Da. Ne-am plimbat prin toată lumea. Da, și îi consider precum familia mea. Da, da, da, și Pierre are grijă de mine. El e ca tatăl meu. E un fel de șef peste comunitatea asta mică.

Mia mi l-a descris pe Pierre ca fiind un bărbat chipeș de aproximativ cincizeci de ani, a cărui soție murise cu mult timp în urmă. Pierre nu vorbea despre soția lui și nu voia să se recăsătorească.

Dr. G: Pierre are copii?

M: Nu, dar are mulți nepoți. Vrea să mă căsătorească cu unul dintre nepoții lui.

Dr. G: Ție îți place de el, de nepot?

M: Da, da, dar toată lumea îmi spune că nu e din rasa mea și că nu voi face casă bună cu el.

Mia a continuat adresându-mi-se în șoaptă, cu o voce jucăușă și fericită, ca și cum îmi spunea un secret.

M: Da și lui îi place de mine... Vreau să mă căsătoresc și să am și eu copii. I-am promis lui Pierre că o să fac în așa fel încât să-l fac mândru de mine.

Dr. G: Din ce trăiesc oamenii din comunitatea voastră?

M: Ah, păi avem roluri bine definite. Majoritatea fac spectacole de circ. Eu strâng banii și cu toții decidem ce mâncăm și cum mâncăm. În rest, spălăm la râu, mâncăm și ne distrăm în jurul focului și spunem povești. E o viață foarte frumoasă și liniștită. Avem și femei aici, în comunitate, care se *duce*, cică, să ghicească, dar ele mi-au zis că nu ghicesc, că *fraierește* femeile astea mai albe, care sunt așa, mai proaste.

Am observat cu uimire modul în care Mia se exprimase, cu greșeli gramaticale pe care nu le făcuse când vorbisem cu ea la începutul ședinței. Era din nou o dovadă a faptului că Mia era profund conectată mental cu Liz, care era probabil analfabetă.

Dr. G: Și le iau banii?

Mia mi-a destăinuit din nou în șoaptă:

M: Da, și sunt femei care le caută, dar să nu știe lumea. E așa, secret. Și așa trăim, mergem, cumpărăm, avem, mai ne aduce lumea, na. Depinde cât stăm în fiecare loc.

Dr. G: Sunt și copiii în comunitatea voastră?

M: Da, sunt, că avem aici... De-abia s-a căsătorit acum două săptămâni una dintre prietenele mele, Rosi. S-a căsătorit cu un băiat care o iubește, dar ei aveau copil dinainte. A fost scandal mare aici, în comunitate, că de-aia s-au și căsătorit, că ea nu-l mai iubește așa, dar are copil cu el. Pierre e cam supărat că sunt prietenă cu ea și că nu-i zic nimic, că ea ar trebui să aibă o viață mai organizată și să-și vadă de familie, să nu se mai gândească la alții. Lui Pierre îi e teamă că dacă mă căsătoresc cu nepotul lui, o să-i fac la fel, adică să mă gândesc la alții. Da.

Un alt aspect interesant pe care l-am remarcat în modul de exprimare a Lizei era faptul că își încheia ideile folosind cuvântul „da”. Capacitatea Miei de a accesa atât de multe amănunte despre viața Lizei era remarcabilă. Atât de clare și realiste erau detaliile pe care ea mi le împărtășea, că puteam cu ușurință vizualiza filmul vieții ei în mintea mea.

Dr. G: Primesc copiii din comunitatea respectivă vreun fel de instruire școlară? Îi învață cineva?

M: Nu... Noi n-avem timp de școală, nu... școală? (Mia părea amuzată de întrebarea mea.) Pierre zice că cea mai importantă școală este să învățăm să supraviețuim și să învățăm ce ne învață el, să citim și să ne scriem numele, dar nu mai mult de atât. Școala nu e de noi, că noi n-avem timp.

De asemenea, Mia mi-a destăinuit că Pierre o striga pe numele de Muro, prescurtarea de la Muroșavu.

M: E frumos aici, îmi place. Sunt foarte fericiți aici.

Când am condus-o pe Mia în regresie, am rugat-o să meargă la sursele problemelor ei de depresie și de greutate. După cum Mia descriesese, părea că

era fericită în acea viață. În ceea ce privește greutatea ei, am întrebat-o dacă avea un corp bine proporționat.

M: Da. Corpul meu e foarte frumos. Toată lumea mă invidiază și e așa cum le place lor. Sunt o femeie frumoasă, nu sfrijită ca ălea care n-au ce mânca. Sunt o femeie ponderală. Am forme și sunt apentisantă... îhm, da.

Liz părea foarte mândră de fizicul ei. M-am întrebat dacă fizicul Mieii nu s-a „născut” cumva în viața ca Liz, în sensul că poate convingerile Lizei cu privire la aspectul fizic au afectat, prin intermediul subconștientului, aspectul fizic al corpului Mieii. A fi „ponderală” și cu forme, cum se descria Mia ca Liz, era un semn de frumusețe în acele vremuri, iar subconștientul Mieii ar fi putut să rețină și să continue să funcționeze și în viața actuală din convingerile vieții trecute.

Dr. G: Te vezi cu nepotul lui Pierre?

M: Da, dar nu trebuie să știe nimeni pentru că e împotriva regulilor. Ar trebui să ne căsătorim întâi ca să ne vedem. Altfel ne alungă, ne exclud din comunitate.

Dr. G: Și voi vă vedeți pe ascuns?

M: Da, ne ducem în pădure.

Dr. G: Și ce faceți acolo?

Cu o voce fericită și jucăușă, Mia mi-a răspuns:

M: Eee, ne pupăm, ne pupăm, că lui nu-i pasă că eu sunt albă. A zis că mă iubește așa cum sunt și că vrea să-mi facă și copii. Da.

Fără să mă pot abține să nu zâmbesc, am instruit-o pe Mia să meargă la următoarea etapă importantă a vieții respective, care era conectată cu problemele cu care Mia se confrunta în viața actuală. După câteva momente, Mia a început să vorbească pe un ton diferit, cu o voce mult mai serioasă și mai matură.

M: Am în jur de patruzeci și ceva de ani. Sunt mamă, sunt tot aici cu comunitatea, dar nu în același loc. Suntem în altă parte. Hmm, parcă nu mai sunt așa de fericită și sunt singură.

Dr. G: Câți copii ai?

M: Am trei copii, numai băieți.

Dr. G: Cât de mari sunt copiii?

M: Sunt mari. *Băiatu* cel mare e cam pe la douăzeci de ani și vrea să se însoare. Da, cam așa. Țel mijlociu are vreo șaispe ani și ăla *micu* are și el *treișpe, paișpe* ani. Am copii mari.

Dr. G: Cine e tatăl copiilor tăi?

M: Oh, tatăl copiilor mei e Marc, soțul meu, dar el a murit când erau copiii mai mici, când ăl mic avea să zic cam patru, cinci ani, deci cam acum zece ani. A murit într-un foc. A luat foc și a murit... Băieții mei sunt frumoși și puternici. Țel *micu* e alb ca mine și e clovn. Țel mijlociu seamănă cu *tat-su*, negru, da'

frumos, cu ochii ca ai mei, un verziu frumos și face așa, acrobație. *Da'* nu-l las să se urce că mi-e frică să nu pice de acolo, de sus. Mereu ne certăm pe tema asta. Îi zic că ce, să mă lase și el cum m-a lăsat *tat-su*? Da. Aștia, marii, sunt aici la circ, au grijă, cară, ajută când ne mutăm de colo-colo cu circul, pun cortul și circul pe picioare, da. Ała mare *poa* să treacă și ca țigan și ca alb. Da, toți sunt copii frumoși. I-am crescut bine. Păcat că Marc n-a mai fost lângă mine.

Mia, ca Liz, a dezvăluit că băieții ei știau, ca și ea, doar să socotească pe degete, să numere banii și să-și scrie numele. De asemenea, a menționat că Pierre nu mai era liderul comunității, deoarece era foarte bătrân, avea probleme de sănătate și trebuia să stea în pat. Dar el era înțeleptul la care lumea venea pentru soluții. Marc devenise liderul comunității, dar, după moartea sa, altcineva a preluat controlul.

M: Acuma altul e lider, dar e un nenorocit și face numai rele, pune presiuni asupra noastră. E greu, *da'* unde să mă duc? Copiii vor să plece, *da' acu* tradiția noastră spune să stăm împreună.

Dr. G: Nu te-ai recăsătorit după ce Marc a murit?

M: Nu. Cu cine? Nu. Cu trei copii? Nu, n-am putut deoarece copiii mei m-ar fi judecat.

Dr. G: Dar tradiția grupului te-ar fi lăsat să te recăsătorești?

M: Da, m-ar fi lăsat că am rămas văduvă, n-am plecat eu, dar n-am vrut. Nu l-aș fi respectat pe Pierre dacă mă recăsătoream. Oricum, aici toți sunt familii. Ar fi trebuit să mă căsătoresc poate cu unu dintre verii lui Marc și nu, n-am putut. Nu.

În continuare, Mia mi-a dezvăluit că acum erau într-o altă țară, la marginea unui oraș.

M: Aștia vorbesc altă limbă, nu știu ce limbă e. Când ne-au văzut cu caravana s-au bucurat, *acu* așa și am zis, hai să ne oprim aici pentru o lună, două. Am mers câteva luni până am ajuns aici. Orașul e mare și e multă lume. Are un nume de-ăsta complicat, nu pot să-l rețin. Oamenii aștia sunt albi și sunt îmbrăcați așa, nu ca noi, *da'* tot așa cu culori vesele. Sunt majoritatea blonzi, cu părul creț și roșii, așa, în obraji. Ochii parcă îi au verzi sau albaștri. Mai vezi câte unul cu ochii căprui, dar rar, rar se întâmplă. Parcă toți sunt făcuți de aceeași mamă. Sunt bine făcuți; femeile sunt bine legate, ca mine, așa. Sunt... mănâncă bine.

Descrierea Miei m-a făcut să mă gândesc la Germania. Când am întrebat-o în ce țară credea că se aflau, mi-a dat din nou un răspuns interesant.

M: Nu știu unde, că nu, nu știu. Să-l întreb poate pe Pierre mâine, nu știu, că noi doar mergem înainte. Nu știm noi astea, femeile ce e și cum. Noi trebuie să avem grijă de mâncare.

Sunt momente în care nu poți decât să zâmbești. Răspunsul Miei „Să-l întreb poate pe Pierre mâine” fusese surprinzător. Nu ar fi trebuit ca procesul

de regresie să reprezinte reamintirea a ceea ce s-a întâmplat în acea viață? Mia se exprima de parcă acele evenimente se întâmplau în prezent, ca și cum le trăia în momentul de față, nu ca și cum ar fi povestit memorii din trecut, și nici nu se exprima ca un observator detașat al unor evenimente ce se întâmplau în prezent. Aceasta m-a făcut să mă gândesc la fizica cuantică în care se vorbește despre faptul că totul se întâmplă în același timp, că prezentul, trecutul și viitorul se desfășoară simultan și că, în realitate, timpul nu este liniar așa cum îl percepem noi.

Mia mi-a dezvăluit, de asemenea, faptul că ea și fiii ei nu aveau multe lucruri, dar se bucurau din plin de viața lor simplă și liniștită. Această poveste ne reamintește faptul că fericirea nu vine din averea materială, că oamenii pot fi fericiți și mulțumiți ducând o viață simplă.

M: În rest, e o viață atât de liniștită, îmi place. Călătorim mult, vedem multe locuri. Pierre zice că sunt o norocoasă, că dacă rămâneam cu părinții pe care i-am avut, poate nu vedeam atâtea locuri și nu aveam o viață așa fericită. Da.

Dr. G: Ai prietene?

M: O, da, am multe, multe prietene.

Dr. G: Care ți-e cea mai bună prietenă?

M: Rosi, tot cu Rosi am rămas prietenă, da, da. E căsătorită tot cu băiatul ăla și au mai făcut încă doi copii. Acuma au ajuns la vârsta asta, de, cine să... te mai gândești la prostii. *Da'* e tot așa hazlie și râzi. Face atmosferă, *da'* e femeie serioasă. Copiii ăștia noi care s-au ridicat... nu știi ce-a fost și nu, nu se mai vorbește.

Este foarte interesant să lucrezi cu oameni ca Mia care au abilitatea de a se conecta atât de profund cu experiențele pe care le accesează în această stare elevată de conștiință. În opinia mea, experiențele pe care Mia le-a descris nu erau născociri ale imaginației ei. Pentru a încena o astfel de șaradă, persoana trebuie să fie foarte creativă și să fie un actor talentat. Și de ce ar face așa ceva o persoană care caută cu disperare ajutor terapeutic? Cred că a se deranja să orchestreze un astfel de act ar fi ultimul lucru de care i-ar păsa unei persoane deprimată, care are foarte puțină voință de a trăi și care se plânge că este epuizată continuu.

După ce am ghidat-o pe Mia la următorul eveniment relevant al acelei vieți, mi s-a adresat oftând, cu o voce obosită și împovărată:

M: Ce să zic... Sunt bătrână că mă uit la mâinile mele și pielea e toată zbârcită. Sunt așa, cam pe la șaizeci de ani, trecută de șaizeci. Sunt slabă, sunt la pat, vin copiii să mă ajute și acuma se dezbate dacă să mă duc la ei sau nu și nu, nu vreau. Țăla mare și ăl mijlociu mi-au făcut beleaua și s-au căsătorit cu fete albe.

Din nou, nu m-am putut abține să nu zâmbesc. Liz devenise atât de legată de comunitatea respectivă care ajunsese să fie familia ei, încât uitase probabil că și ea era albă.

Dr. G: Copiii tăi locuiesc în altă parte?

M: Da, locuiesc în oraș. S-au dat cu străinii. Cel mic stă lângă mine că n-a reușit să-și găsească pe nimeni.

Dr. G: Pierre mai trăiește?

M: Nu, Pierre nu mai trăiește, a murit de bătrânețe. A avut o moarte ușoară și i-am făcut o înmormântare frumoasă. M-a ajutat comunitatea, evident.

Dr. G: Cine e lider al comunității acum?

M: Lider e tot ăla rău, Gagio îl cheamă.

Dr. G: Grupul e tot împreună?

M: Aa, grupul e împreună, *da'* nu mai suntem așa cum am fost pe vremuri. Acumaăștia tinerii își fac de capul lor, fac numai prostii. Nu am ce să zic, e dezorganizat, toată lumea încearcă să tragă de bani. Eu am noroc cu băieții care, așa cum sunt, că m-au făcut de rușine... *da'* mai *vine* și mai îmi *aduce* câte una, alta, ca să mai trăiesc și eu.

Dr. G: Băieții tăi care s-au dus în oraș lucrează?

M: Da, amândoi lucrează la o fabrică. Ei zic că *scrie* acolo ziare, *da'* nu știu ce fac ei acolo. Au zis că au salariu, că îi plătește în fiecare zi sau săptămânal. Nu știu câți franci le dau acolo.

Dr. G: Deci tot în Franța sunteți?

M: Da, ne-am întors în Franța, *da'* în altă locație, iar băieții mei lucrează în altă parte. Până ajung ei la mine poate să dureze și o săptămână.

Dr. G: Așa departe s-au dus?

M: Daa. Păi femeile lor au vrut mai încolo ca să nu aibă tangență cu noi,ăștia de aici. Sunt femei bune, dar nu sunt de-ale noastre și asta e, că eu acuma sunt una de-a lor. Și nu, eh, până la urmă, dacă ei se înțeleg acolo, ce să fac, că eu nu puteam să-i țin lângă mine toată viața. Și dacă nu le-a plăcut niciuna dintre țișăncile noastre, ce să le fac? Eh, că până la urmă sunt și ei mari, au familia lor.

Dr. G: Tu cum te simți? Ești sănătoasă?

M: Mi-e greu să mă mișc. Nu pot să-mi fac treaba singură, noroc cu Rosi că vine și mă mai ajută. Mi-e greu, mă mișc în baston, am avut o paralizie, mai mult stau la pat. Am slăbit, sunt ca una de-aia leșinată. Nu cred c-o mai duc nici eu mult.

Am observat că Mia avea dificultăți în a respira, ca un om bătrân cu insuficiență respiratorie. Era momentul să o ghidez să-și vadă ultimele clipe înainte de a muri în acea viață.

M: Mă doare rău spatele... Mă doare rău, parcă se rupe și inima îmi bate rău de tot... Mă doare.

Fiind profund conectată cu Liz, Mia simțea durerea din corpul Lizei.

Dr. G: Unde ești, ești la tine în comunitate?

M: Sunt într-un pat, dar nu sunt cu țișăncimea mea. Sunt copiii lângă mine și știu că asta din partea *lu'* ăsta mijlociu e iar borțoasă, așteaptă un copil.

Dr. G: Te-au dus la vreun doctor ?

M: Nu, sunt acasă. Doctorul trebuie să vină, dar cică sunt oricum bătrână rău maică și se așteptau. Parcă mă sufoc... Mi-e cald rău de tot. Simt că iau foc.

Dr. G: Ce-ți spun băieții?

M: Că o să fie bine și mă iubesc. Și plâng toți, plâng...

După o scurtă pauză, Mia mă surprinde spunând:

M: Parcă îl văd pe Marc.

CAPITOLUL 2



Dincolo de viață e viață?

„Înțelepciunea nu moare niciodată.”

Homer

Cea mai interesantă parte a terapiei de regresie în viețile anterioare începe în clipa în care persoana în regresie accesează momentul morții, când sufletul iese din corpul fizic și se detașează de acesta. Din păcate, călătoria sufletului după moartea fizică a fost subiectul a prea puținor cercetări până în momentul de față.

Dr. G: Te așteaptă Marc, soțul tău?

M: Da, da. E așa frumos...

Dr. G: Și ce faci?

M: Mă duc cu el că mi-e greu singură aici.

Dr. G: Cum te simți când îl revezi pe Marc?

M: Eliberată de orice durere și orice grijă. Mă simt tânără din nou și frumoasă ...

Se părea că Liz murise, dar conștiința ei supraviețuise morții fizice. De obicei, oamenii în regresie percep momentul morții lor ca pe o eliberare de suferință și ca pe un moment de bucurie, realizând că ei continuă să trăiască dincolo de corpurile lor umane într-o altă formă (ca un câmp energetic, ca o conștiință, ca un suflet). Poate că această idee este surprizătoare pentru mulți, dar este o constantă pe care am observat-o lucrând cu un număr mare de clienți. Mulți alți medici și terapeuți care practică terapia de regresie în viețile anterioare au identificat, de asemenea, această constantă.

Când moartea fizică are loc și sufletele se desprind de trupurile lor, acestea sunt de obicei întâmpinate de călăuze spirituale, și anume ghizii lor spirituali, care îi însoțesc către dimensiunea nonfizică unde sufletele merg după moarte. Ghizii sunt suflete foarte evaluate care joacă rolul de mentori, de profesori

pentru alte suflete, ajutându-le să evolueze spiritual. Uneori, sufletele care tocmai au ieșit din viețile lor fizice sunt întâmpinate de cei dragi care au murit anterior și care pot fi, de asemenea, ghizii lor. Mia, ca Liz, părea să-și fi regăsit soțul după moarte. Să fi fost oare Marc ghidul ei spiritual?

IUBIRE DINCOLO DE VIAȚĂ

Dr. G: Cum arată Marc?

M: E tânăr și frumos, nu degeaba m-am măritat cu el. E ca și cum ar avea corp, dar nu ne putem atinge unul pe celălalt. Așa fericiți am fost și suntem... El zice că mă duce într-un loc frumos și să nu-mi fac nicio grijă, că totul a luat sfârșit și că va fi bine. O să rămânem împreună așa cum trebuia de la început și o să mă facă fericită.

Dr. G: Cum comunică cu Marc?

M: Nu vorbește, dar îl înțeleg telepatic. Și e cald rău de tot. E foarte cald.

Dr. G: Întrebă-l pe Marc care ți-au fost lecțiile pe care le-ai învățat în viața ca Liz. Care ți-a fost scopul?

M: El spune că am fost aici ca să am grijă de Pierre care a fost singur, că i-am făcut lui Pierre viața fericită și lui Marc, soțului meu, și că am adus pe lume trei suflete superbe. Am fost un exemplu pentru comunitate și am învățat să fiu o femeie puternică. M-am zbatut de una singură și am învățat cu cei dragi mie să nu fiu singură. Chiar și atunci când nu a fost fizic lângă mine, Marc spune că a fost mereu alături de mine și m-a așteptat.

Ceea ce Mia a spus în legătura cu Marc m-a făcut să realizez că, cel mai probabil, Marc era ghidul ei spiritual. Ghizii sunt întotdeauna alături de oamenii sau sufletele pe care aceștia îi sfătuiesc și îi protejează.

M: Oh, e atât de cald! Dar sunt fericită și toate grijile mele s-au încheiat, absolut toate.

Uitându-mă la Mia, am observat că fruntea îi era acoperită de broboane de sudoare în ciuda faptului că în cabinet era răcoare. Nu era în niciun caz un mediu în care să transpiri. Indiferent de cât de bogată ar fi imaginația unui om, este foarte greu să transpiri într-o cameră răcoasă până la a avea broboane de sudoare pe frunte. În mod clar experiența Miei nu era numai emoțională, dar și fizică. Nu părea a fi un joc al imaginației ei.

Dr. G: Unde te duci cu Marc?

M: Undeva parcă către hmm... soare, că-i cald rău. E frumos, *da'*-i cald!

Lumina pe care Mia a descris-o ca fiind la fel de strălucitoare ca soarele este un fenomen comun pentru cei care își revăd momentul morții, în regresii în vieți trecute. Ei declară că se simt atrași de această Lumină strălucitoare pe care mulți o percep, de asemenea, ca pe un tunel de lumină. În același timp, ei se simt ușori și eliberați de orice durere sau poveri fizice ori emoționale.

(Deoarece este un tip unic de lumină, am ales să scriu acest cuvânt cu literă mare, ori de câte ori voi face referire la ea, pentru a-l deosebi de sensul comun al acestui cuvânt.)

Dr. G: Cum vă deplasați înspre acea Lumină?

M: E ca și cum Marc m-a luat de mână, dar, pe de altă parte, parcă m-ar purta în brațe. El parcă plutește, zboară.

Dr. G: Corpurile voastre cum arată?

M: Nu sunt corpuri, sunt așa, ca o imagine, dar nu, nimic care să fie corp.

Dr. G: Vrei să spui „nimic care să fie corp fizic”?

M: Exact. Sunt ca energie. Abia acum ne putem atinge unul pe celălalt.

Dr. G: Dacă te uiți în ochii lui Marc, ce observi?

M: Oo... uau! (Mia părea uimită.) Sunt negri.

Dr. G: Ca și ochii umani?

M: Nu. Sunt negri, negri, ca și cum te uiți dincolo de ei, dar sunt calzi și nu mă sperie.

Dr. G: Întrebă-l pe Marc unde te duce și ce faceți acolo.

M: A spus că mergem să ne plimbăm și apoi mergem să dăm viață iar.

Dr. G: Înainte să dați viață iar (Mia se referea la a se reîncarna) spune-i lui Marc că ai vrea să-ți vezi casa ta permanentă unde stai după moartea fizică.

M: El spune că acolo mergem, dar e foarte cald că ne apropiem din ce în ce mai mult de soare. L-am întrebat de ce e așa de cald și el a spus că nu e decât o iluzie, că trebuie să trecem cumva dincolo de o lumină și apoi vom ajunge unde trebuie să ajungem.

Dr. G: Dacă te uiți în jurul tău ce vezi?

M: Lumina se reflectă cumva într-un întuneric și radiază niște culori unice. Nu știu dacă mintea umană le poate concepe. E frumos aici, e de parcă ar fi cerul nopții, dar nu e nimic în jur.

POARTA DE LUMINĂ

M: Marc spune că trebuie să traversăm poarta de lumină... și mi-e cald rău de tot. Lumina aproape te orbește și, de fapt, poți să zici că ești orb. E foarte puternică și stăm destul de mult timp în ea. Eu n-am mai văzut o poartă atât de lungă... Parcă ar fi mai degrabă un tunel, nicidecum o poartă. Da. Uite că acum mă uit înapoi și, pe măsură ce înaintăm, în urma noastră se închide totul și devine iarăși negru, dar înainte este alb, este iarăși lumină. E tare interesant... Uite, am ajuns!

SALA DE ÎNTÂMPINARE

Dr. G: Unde ați ajuns?

M: Am ajuns într-un loc care arată ca... nu știu cum să-l descriu. E ca o sală, dar nu e sală, e parcă o încăpere imensă căreia nu-i vezi pereții. Cum să-ți explic? În jurul sălii, parcă sunt niște trepte imense și e ca și cum stau unii în capul celorlalți...

Dr. G: Sunt și alții acolo?

M: Oo, sunt mulți, sunt mulți aici.

Dr. G: Tot așa ca voi arată?

M: Nu. Sunt așa ca niște... nici nu știu cum să descriu că sunt. Parcă sunt o concentrare de aer, ca un balon transparent fiecare, dar nu balon, că dacă suflă se dispersează ca un fum. Sunt de diferite dimensiuni. Cei mai mari sunt de mărimea ouălor de struț, iar cei mici de mărimea ouălor de prepeliță.

Dr. G: Marc este lângă tine?

M: Da, dar Marc nu mai este așa cum îl știam. Și el e tot ca un abur, ca ceilalți. El zice că și eu tot la fel sunt ca și el acum. M-a întrebat: „Tu nu te vezi pe tine?”

Dr. G: Întreabă-l pe Marc: Ce se întâmplă în acest loc? Ce faceți voi doi acolo?

M: A spus că așteptăm să dăm vieți.

Dr. G: Cum te simți tu acolo?

M: Mă simt liniștită și eliberată și parcă nu îmi mai e frică de nimeni. Mă simt înconjurată de prieteni și de persoane de care nu mă tem. Am încredere.

Dr. G: Ai încredere și-n Marc?

M: Da, am încredere în Marc.

Dr. G: Spune-i lui Marc că ai vrea să-ți vezi grupul tău de suflete. Tu faci parte din același grup de suflete din care face parte Marc?

M: El a spus că da, prin asociere. Aici toată lumea face parte din grupul cui dorește. Dacă cineva vrea să se asocieze cu altcineva este binevenit, nu-l respinge nimeni. Aici suntem între noi, oarecum ne cunoaștem și toată lumea e fericită când cineva vine, chiar și în vizită. Nimeni nu îți spune să pleci, dar, totodată, e și respect. Nimeni nu face sau spune ceva rău. Marc spune că eu pot să fac parte din ce grup vreau eu.

Dr. G: Întreabă-l pe Marc dacă există suflete-pereche. Dacă există, atunci este el sufletul tău pereche?

M: Da, există suflete-pereche, dar el nu este sufletul meu pereche. El nu a fost decât cineva care a vrut să mă ajute să mă descopăr pe mine, să îmi descoper puterile și abilitățile.

CARE ESTE SCOPUL ÎNCARNĂRII?

M: Marc spune că de fiecare dată când mergem undeva să ne încarnăm, purtăm cu noi anumite experiențe și informații pe care le transmitem mai departe, indiferent dacă suntem conștienți de acest lucru sau nu și, astfel, ajutăm în procesul de evoluție. Totodată, datorită faptului că noi ajungem în contact aici, reușim să avem vieți fericite acolo unde suntem încarnați.

Dr. G: La ce te referi când spui „aici”?

M: Marc spune că aici este locul de unde venim cu toții și unde ne întoarcem după viața fizică. Aici este Acasă, este casa noastră unde suntem cu toții o familie mare și fericită.

Mia și Marc au folosit cuvântul „Acasă” pentru a se referi la planul de existență nonfizic de unde cu toții provenim, acel Rai sau Paradis unde atât de mulți oameni speră să ajungă după moartea fizică. (Am ales ca în această carte să scriu cuvântul Acasă cu literă mare ori de câte ori se face referire la această realitate ultimă, nonfizică.)

Dr. G: Care este scopul vieții pe Pământ? De ce ne încarnăm pe această planetă?

Răspunsurile au venit prompt, clare și concise.

M: Pentru a crește în energie și pentru a ne ajuta unii pe alții.

Dr. G: De ce este important să creștem în energie?

M: Pentru ca să creăm mai multe universuri.

Dr. G: Ce suntem noi, de fapt?

M: Suntem energie care se hrănește cu energie.

Dr. G: Cum ne putem crește energia?

M: Venind în viața pe care noi o știm, în viața fizică și trăind acel timp limitat, ajungem să culegem dragoste și sentimente pozitive. Cu cât reușim într-o viață să acumulăm mai multe sentimente pozitive și să oferim și altora sentimente pozitive, cu atât energia pozitivă a Universului crește. De asemenea, Marc consideră că un alt rol important pe care îl avem pe Pământ este de a deschide căi pentru noi vieți și noi experiențe. Fiecare femeie are dreptul de a da naștere și fiecare bărbat și femeie au dreptul de a aduce copii pe această lume. De fapt, el spune că acesta este unul dintre rolurile noastre principale pe Pământ.

Începusem să realizez că Mia, care îmi spusese că nu avea cunoștințe de această natură, descoperise accesul la înțelepciunea universală care transcende sistemele noastre de valori, convingerile personale și limitările noastre științifice și educaționale.

CUM NE ALEGEM VIEȚILE FIZICE?

Dr. G: Te rog întreabă-l pe Marc dacă avem libertatea de a ne alege viețile în care să ne încarnăm sau ele sunt alese pentru noi?

M: El spune că, în principiu, aici nu este nimic dictat. Nimeni nu-ți impune ce să faci. Tu alegi dacă dorești să te încarnezi, în ce viață să te încarnezi și poți să-ți organizezi viața respectivă așa cum dorești. Dacă vrei, poți să-ți alegi și provocări pentru a-ți descoperi alte laturi și să încerci să faci numai bine, dar nu ți se impune nimic. Dacă nu vrei să-ți crezi o altă viață, poți rămâne mai mult aici, nu trebuie să mergi imediat înapoi să te încarnezi. Poți chiar să stai aici definitiv.

Acest răspuns clarifică una din marile noastre dileme, explicând că este la latitudinea fiecărui suflet de a alege dacă să trăiască doar o viață fizică sau dacă să se încarneze de mai multe ori.

Dr. G: Ai opțiunea de a alege cu cine să vii în viața următoare ca să te ajuți reciproc sau pur și simplu este totul la întâmplare?

M: Da, ai opțiunea de a alege. Nimic nu-ți este impus. Poți să-ți programezi viața în așa fel încât să vii cu cine vrei tu. Poți, de asemenea, să-ți crezi o viață care să fie o provocare, în care să vii în contact cu suflete pe care probabil nu le-ai întâlnit anterior, sau cu suflete care sunt foarte mici și neexperimentate.

Dr. G: Tu și cu Marc ați plănuit împreună viața pe care tocmai ai accesat-o?

M: În principiu, Marc a decis să mă ajute să cresc spiritual, energetic, deoarece el consideră că este de datoria lui... de fapt, nu e datorie. Este o chestiune de prietenie să ne ajutăm unii pe alții. El îmi spune că de cele mai multe ori, când el alege să facă acest lucru, el scade în energie și poate să ajungă și la a regresa vibrațional.

Dr. G: Dacă scopul fiecărui suflet este de a crește în energie, atunci cum de unii ca el au bunătatea de a-i ajuta pe alții, dar, în același timp, își asumă riscul de a scădea în energie? Care-i sensul?

M: Totul este legat de fericire și de iubire. Dacă dai, la un moment dat primești înapoi. El a scăzut în energie, dar, când eu m-am întors Acasă, am venit cu mai multă energie și el și-a recuperat energia pe care mi-a dat-o mie. Acasă îți recuperezi energia pe care ai dat-o altora.

CE FEL DE ENERGIE SUNTEM?

Dr. G: Marc a spus că suntem energie. Ce fel de energie suntem noi, pentru că există mai multe feluri de energie: energie electrică, magnetică, termică etc.

M: Nu s-a născut încă fizicianul care să descopere energia noastră. Ai putea spune că este o combinație a tuturor energiilor. Suntem energie electrică, da. Uite că mă întreabă dacă ți s-a întâmplat vreodată să pui mâna pe cineva și să simți acel șoc electric.

Dr. G: Da, mi s-a întâmplat.

M: Sau dacă ți s-a întâmplat atunci când te îndrăgostești să simți acea atracție ca un magnet, că vrei să fii în permanență cu persoana de care te-ai îndrăgostit.

Dr. G: Da, mi s-a întâmplat și asta.

M: Asta suntem, o energie complexă, spirituală, inteligentă, cu caracteristici și proprietăți speciale: energia vieții.

Dr. G: Mia, dacă te uiți acum la Marc, la energia lui, cât de mare este el în raport cu ceilalți?

M: E destul de mare. Văd acum că eu pe lângă el sunt o bulinuță. Mai sunt doar câțiva ca el aici.

Dr. G: Are energia lui o culoare?

M: Da, da, da, dar se schimbă culorile, se schimbă în niște culori frumoase, vii. Acum energia lui Marc este roșu cu galben și cu albastru. Nu știu de ce se schimbă ... Culorile nu se schimbă în funcție de niciun motiv anume, spune Marc. Suntem cu toții energie și avem toate culorile energetice. E doar o fluctuație naturală a energiei.

Dr. G: Deci câmpurile energetice ale ghizilor spirituali nu au culori specifice în funcție de nivelul lor de evoluție?

M: Nu. Marc spune că toți ghizii spirituali sunt evoluți și au toate culorile energetice, iar acestea fluctuează tot timpul. Clasificarea ghizilor se face după alte criterii.

CINE ESTE MARC?

Observând abilitatea Miei de a transmite cu acuratețe informațiile pe care Marc i le împărtășea, am decis să mă adresez lui direct. (Pe decursul dialogurilor ce urmează, îi voi abrevia numele lui Marc folosind literele MS.)

Dr. G: Marc, Mia a dedus din viața pe care ea tocmai a explorat-o în regresie că tu ai fost soțul ei. Ești cumva unul dintre ghizii ei spirituali?

MS: Da.

Când răspunsul a venit, nu a existat nicio schimbare a tonalității vocii Miei, nicio schimbare de expresie a feței ei, absolut niciun fel de schimbare notabilă.

Dr. G: Care dintre ghizii ei spirituali ești? Ești ghidul principal sau unul dintre ceilalți ghizi? După câte știu eu, oamenii pot avea mai mulți ghizi spirituali. Corecteză-mă, te rog, dacă greșesc.

MS: Da, așa este. Eu sunt ghidul ei principal. Sunt maestrul ei spiritual.

Acest răspuns mi-a amintit de cartea psihiatrului Brian Weiss intitulată „Multe vieți, mulți maestri” a cărei eroină era pacienta lui pe nume Catherine, care avea abilitatea de a transmite mesaje de la maestrul ei spiritual. M-am întrebat dacă nu cumva Mia era o altă Catherine.

Ghizii spirituali sunt suflete foarte evolute care au o experiență vastă în încarnare, având foarte multe vieți fizice trăite. Maeștrii spirituali sunt cei mai evoluți dintre ghizi. Ei sunt mentorii și ghizii tuturor celorlalți ghizi spirituali.

PERSPECTIVA MAESTRULUI SPIRITUAL CU PRIVIRE LA VIEȚILE ANTERIOARE EXPLORATE DE MIA

Dr. G: Marc, din perspectiva ta, de ce era important pentru Mia ca să acceseze viața de om al cavelnelor?

MS: Păi, ai cerut ca Mia să-și acceseze sursele problemelor pe care le are în viața actuală.

Dr. G: Deci a fost o altă viață pe care sufletul ei a trăit-o?

MS: Da.

Dr. G: A fost o viață legată de problemele ei de greutate, nu?

MS: Exact. S-a întâmplat pe teritoriul care este acum Europa cu mult înainte de era în care trăiți voi. Nu este mult de spus. A fost o viață primitivă.

Dr. G: De ce era acel om al cavelnelor de unul singur?

MS: A fost izgonit din grupul său pentru că a încercat să fure mâncare. Era pe la începutul drumului de evoluției spirituală și a făcut lucruri de care ceilalți nu erau prea încântați.

Dr. G: Știau să facă foc?

MS: Nu.

Dr. G: Cum comunicau între ei acei oameni ai cavelnelor?

MS: Comunicau prin sunete. Nu aveau încă un limbaj, deoarece cortexul lor cerebral și centrul vorbirii nu erau suficient de dezvoltate.

Dr. G: Când a trăit sufletul Miei viața în comunitatea Țiganilor?

MS: Ea s-a născut în 1832 și a murit în 1902.

Dr. G: Cine erau părinții lui Liz și ce s-a întâmplat cu ei?

MS: Părinții ei făceau parte din clasa aristocrată. Au fost atacați și jefuiți în timp ce mergeau în vizită la o rudă. Ambele părți aveau arme și, în timpul confruntării, părinții ei au fost uciși. Tatăl ei a fost un avocat, dar nu fusese o personalitate suficient de cunoscută pentru a putea fi găsit în anele istorice.

Dr. G: Câți ani a avut Liz sau Muro cum o numești, atunci când v-ați căsătorit și de ce i se spunea Muro? Avea vreo semnificație acest nume?

MS: Ea avusese șaptesprezece ani. În limba Țigănească veche, Muro însemna pui de Țigan.

Dr. G: Ce s-a întâmplat cu tine în acea viață? Părea că ai murit destul de tânăr.

MS: Am murit în timp ce încercam să aprind focul pentru gătit. Am turnat prea mult gaz pe lemne și am luat foc. A trebuit să ies din viața aceea ca Mia să-și învețe lecțiile.

Dr. G: Dar ai lăsat în urmă trei copii mici.

MS: Acestea sunt decizii pe care le luăm la niveluri mai înalte. În viețile sale anterioare, Mia a avut tendința de a se agăța de oameni. Ca Muro, ea trebuia să învețe să se descurce singură și să-și dezvolte o personalitate mai puternică, mai independentă. Așadar, în calitate de ghid al ei, am făcut alegerea de a mă încarna cu ea pentru a o ajuta să învețe ce înseamnă cu adevărat iubirea și să devină mai puternică. Ea a avut în alte vieți anterioare relații romantice relativ fericite cu alte suflete, dar niciodată cu un suflet aflat pe același nivel de evoluție cu ea sau pe niveluri mai înalte. Ca Muro, ea a simțit acea iubire umană puternică pe care o simți atunci când există compatibilitate perfectă în cuplu, iar, în momentul în care era cel mai atașată de mine, eu a trebuit să ies din viață ca ea să aibă posibilitatea de a-și învăța lecțiile.

Dr. G: De ce a fost important pentru Mia ca să-și revadă viața ei ca Muro?

MS: A fost important pentru ea ca să mă cunoască pe mine la nivel conștient, deoarece la nivel de subconștient sunt mereu cu ea. A trebuit să mă prezint pentru ca ea să știe cine sunt. Era, de asemenea, important pentru ea ca să-și amintească cum e să te simți fericit și liniștit. În plus, ea trebuia să redescopere planul existențial de Acasă pentru ca tu să poți începe să dezvălui știința pe care dorești să o prezinți lumii.

Rămasă fără grai ca urmare a acestei experiențe, a acestei conversații, mi-am adunat cu greu cuvintele ca să-i mulțumesc lui Marc pentru răspunsurile oferite. Am realizat că Marc nu avea nicio problemă în a transmite informații prin intermediul Miei. Mia nu avea de unde să știe că eu doream să dezvălui ceva lumii. Începusem să scriu despre mintea umană cu aproximativ un an înainte de a o întâlni pe ea și nu împărtășisem acest lucru niciunuia dintre pacienții sau clienții mei. Situațiile de genul acesta ne amintesc cât de puțin știm despre ce se întâmplă cu adevărat.

DE UNDE VIN SUFLETELE ȘI CARE ESTE DURATA LOR DE VIAȚĂ?

Dr. G: Mia, te rog, întreabă-l pe Marc de unde vin sufletele.

M: El spune că se nasc din Univers, din Sursa Vieții. Apoi, pe măsură ce evoluează, sufletele adună energie și, ce este cel mai important, cresc vibrațional.

Dr. G: Are fiecare suflet o „casă” anume, un loc unde merge între încarnări?

M: Casa tuturor sufletelor este aici unde suntem noi, în planul de Acasă, zice Marc. Nu există neapărat o casă anume a fiecărui suflet, un loc anume pentru fiecare suflet Acasă. Dacă dorești, poți merge undeva și sta retras, dar asta nu se întâmplă. Cel puțin, nu s-a întâmplat până acum. Toate sufletele doresc să stea împreună și să-și împărtășească experiențele de viață.

Dr. G: Cam câți ani poate să trăiască un suflet?

M: Atât de mulți, încât mintea umană nu poate să conceapă. Doar dacă ai fi aici, Acasă, ai putea să înțelegi durata noastră de viață. Pentru o minte umană, poți să spui că este o eternitate.

Dr. G: Poți să crești energetic în planul dimensional de Acasă, acolo unde sunteți voi acum?

M: Nu. Sufletele pot crește energetic doar când se încarnează.

Iată de ce sufletele părăsesc zona lor de confort pe care universul de Acasă îl oferă: pentru a avea șansa de a evolua vibrațional, energetic. Încarnându-se în lumea noastră pământeană în care atât energiile pozitive, cât și cele negative coexistă, sufletele au posibilitatea de a evolua pe niveluri energetice mai înalte, de a evolua ca și conștiințe.

DE CE EXISTĂ SUFERINȚĂ PE PĂMÂNT?

Dr. G: Mia, te rog, întreabă-l pe Marc de ce unii oameni au vieți pline de durere și suferință.

M: Motivul pentru care o persoană, un suflet, se simte singur pe Pământ sau suferă este pentru că, subconștient, consideră că a făcut ceva rău într-o viață anterioară. De aceea, alege să își plătească, să regleze cumva, să aducă la un echilibru ceea ce a făcut în viața anterioară. Un alt motiv pentru care sufletele suferă ar fi pentru a acumula experiență de viață, care nu poate fi dobândită doar prin fericire absolută. Experiența se adună și prin momente mai puțin fericite. Sufletele care se încarnează au intenții foarte bune și ambiții să ajungă pe niveluri mai înalte de energie. Problema este că unele dintre ele uită să îi facă fericiți pe alții ca să se facă și pe ei înșiși fericiți. Sunt mânați de dorința de a căpăta experiență de viață, considerând că aceasta le va aduce energie, dar energia vine din fericirea, din emoția trăită de ceilalți pe care tu o determini.

Dr. G: Există o altă modalitate de învățare și creștere spirituală decât cea prin boli, durere sau suferință? Și dacă există alte posibilități, de ce sufletele ar alege să treacă prin dureri?

M: Toate cele ce se întâmplă corpului uman sunt determinate automat de experiențele de viață ale sufletelor, de ceea ce au trăit ele până în momentul respectiv, iar ceea ce se întâmplă cu corpul uman dă naștere altor experiențe de viață. În principiu, sufletele nu aleg să experimenteze durerea, dar aceasta este unul din tributele plătite pentru faptul că se reîntorc pe Pământ pentru a trăi o nouă viață. Poți să-ți alegi, dacă vrei, un alt loc unde să te încarnezi, depinde de tine, dar acolo există alte dureri.

Pe măsură ce ședința înainta, deveneam tot mai surprinsă și mai plăcut impresionată de abilitatea uimitoare a Miei de a percepe și reda, fără nicio

dificultate, informațiile furnizate de Marc. Nu mulți oameni reușesc să se conecteze atât de profund cu nivelurile lor superioare de conștiință și să perceapă cu atâta ușurință și claritate informațiile ce le sunt furnizate. Unii oameni percep informațiile sub formă de imagini pe care apoi încearcă să le explice, alții redau ceea ce aud, iar alții primesc informații direct sub formă de gânduri pe care le trec mai mult sau mai puțin prin sита conștientului lor, a cunoștințelor acumulate și a sistemului lor de valori. Acuratețea informațiilor pe care ei le redau depinde de capacitatea lor de înțelegere corectă a informațiilor primite. Cele mai valoroase informații vin însă de la cei care nu au niciun fel de cunoștințe legate de subiectele ce se discută, care își detașează conștientul și devin canale pure de informație. Ei sunt cei care nici măcar nu-și amintesc ce s-a discutat atunci când ies din această stare de conștiință elevată. În acest caz, informația vine în forma ei pură, nealterată de limitările convingerilor personale de la nivel conștient ale persoanei respective.

SCOPUL VIETII

Dr. G: Mia, te rog întreabă-l pe Marc care este scopul vieții tale.

M: Marc spune că am ales să mă întorc pentru că eu consider că am de ajutorat foarte mulți oameni. Îmi spune că rolul meu este să îi fac pe alții fericiți pentru că astfel pot crește atât în experiență, cât și în energie. De fiecare dată când fac pe cineva fericit sau mulțumit, adun energie care mă va ridica la un nivel vibrațional mai înalt, ceea ce îmi va permite să îmi creez experiențe de viață superioare comparativ cu acelea pe care le am acum. El spune că tot ce trebuie să fac acum este să adun cât mai multă energie prin a face cât de mult pot pentru alții, nu numai pentru mine însumi. Îi pot ajuta pe alții prin a le oferi iubire necondiționată și energie pozitivă, indiferent de ceea ce fac sau spun ei. Îi pot ajuta prin a le arăta că îmi pasă de ei și prin a-i face să înțeleagă că a oferi iubire necondiționată și energie pozitivă este cel mai semnificativ și mai minunat lucru pe care îl poți face în viață.

Dr. G: Este important a te face fericit și pe tine însuși, nu?

M: Marc spune că este o lege a reciprocității. De cele mai multe ori, când oferi dragoste și fericire acestea îți vor fi returnate înmulțit (de două sau de trei ori) și, astfel, îți creștii energia și vibrația. Când îi ajuți pe alții, te ajuți pe tine însuși și, când te ajuți pe tine însuși, îi ajuți și pe alții. Te poți ajuta pe tine însuși prin a gândi bine despre alții și astfel îi ajuți și pe ei. Fericirea pe care o inspiri altora îți va aduce fericirea ta. Fericirea este, de fapt, energia pozitivă care te ridică din punct de vedere vibrațional.

Dr. G: Deci este înțelept să iubești chiar și atunci când iubirea nu pare a fi reciprocă?

M: Iubirea adevărată și fericirea nu au rănit pe nimeni. Dacă iubirea pe care o oferi nu îți este înapoiată imediat, asta nu înseamnă că sufletul respectiv nu a fost atins de dragostea ta. Este posibil ca sufletul care a primit iubirea ta să o transmită mai departe altor suflete și astfel primești și tu energie. Deci, indiferent de cât de multă dragoste și fericire oferi, îți va fi întotdeauna răsplătită. Tot ceea ce contează este să-i iubești pe alții, că astfel te iubești pe tine însuși și, ca urmare, evoluezi pe niveluri energetice superioare. Marc spune că, indiferent de ce îmi fac alții, trebuie să încerc să îi ajut și să fiu o persoană bună. Când spune „o persoană bună”, el se referă la a le oferi cât de multă energie pozitivă pot. Și atunci când spune „a ajuta pe alții”, el se referă la a îi face să înțeleagă că a trăi nu este de ajuns, a simți este totul. Va trebui să le explic și să îi învăț ceea ce eu percep și experimentez.

PERCEPȚIE ȘI EXPERIENȚĂ VERSUS CUNOȘTINȚE ȘI INFORMAȚII. EVOLUȚIE SPIRITUALĂ

Am întrebat-o pe Mia dacă au sugerat cumva că scopul ei este de a îi ajuta pe alții să devină conștienți de faptul că și ei au aceleași abilități de percepție ca și ea și să înceapă și ei să perceapă la rândul lor.

M: Să perceapă, bine spus, să simtă, nu neapărat să creadă, că dacă crezi fără să simți, te minți singur și, de fapt, nu crezi. Dar dacă oamenii se vor deschide prin prisma percepției, atunci ei vor înțelege că, practic, energia pozitivă nu le salvează numai sufletul, dar și viața lor fizică, temporară. Acesta este, de fapt, modul de vindecare al bolilor trupești: prin achiziționare de energie pozitivă. Prin urmare, cei care ajută oamenii să înțeleagă cine sunt ei cu adevărat, vor fi răsplătiți cu generozitate și se vor bucura de satisfacții dincolo de această viață materială.

Dr. G: Cu alte cuvinte, cu toții avem această capacitate de a redescoperi cine suntem cu adevărat, de a ne reconecta cu planul existențial de Acasă și de a ne forma o imagine mai complexă a vieții care să includă și ce există dincolo de lumea fizică?

M: Toți oamenii au această abilitate, dar depinde de cât de mult își doresc să vadă dincolo de această lume materială. Este de ajuns să își închidă ochii și să ceară ghidului lor spiritual să îi conducă înspre energia pozitivă și înspre Lumină. Astfel, vor găsi în ei forța de care au nevoie, chiar dacă ei nu vor înțelege sau nu vor ști de unde vine această forță. Toți oamenii au capacitatea de a se transpune și de a merge dincolo de lumea fizică.

Dr. G: Cât de important este pentru oameni să-și descopere abilitățile și să le și folosească?

M: Este foarte important pentru sufletele lor și pentru energia lor, pentru ca viața aceasta temporară în care sunt încarnați să nu fie o călătorie făcută degeaba.

Momentul în care îți dai seama că există ceva mai mult decât existența corpului tău fizic pe o fărâamă de pământ este punctul culminant al vieții tale ca om. Din acea clipă, începi să lucrezi la energia ta pozitivă pentru că, trezindu-te, îți alimentezi pozitivitatea combătând energia negativă și astfel crești ca și energie pe un nivel vibrațional mai înalt. Oferind iubire necondiționată altora și sădind în ei energie pozitivă, ei își cresc nivelul lor de pozitivitate. Ca urmare, și ție îți va crește energia pozitivă pentru că tu i-ai învățat și i-ai ajutat. Ai putea spune că este ca o reacție în lanț, ca un angrenaj, că o roțiță practic face să se miște întregul sistem, iar dacă din întreg sistemul o altă roțiță se oprește, se opresc și celelalte roțițe în creșterea lor vibrațională.

Fizica demonstrează că toate obiectele fizice, inclusiv corpul nostru material, sunt de fapt energie vibrațională și că suntem cu toții interconectați în oceanul infinit de energie care există nu numai în jurul nostru, dar și înlăuntrul nostru. Noi, ca și suflete, ca și conștiințe dotate cu câmpuri energetice, suntem parte integrantă din acest ocean energetic, informațional, inteligent care este descris în literatură folosind diferite nume: câmp unificat de conștiință, câmp cuantic, câmp eteric, matrice energetică, matrice divină, mintea lui Dumnezeu și așa mai departe. Acestea sunt doar cuvinte care încearcă să descrie aceeași paradigmă. În această carte, vom folosi termenul de câmp eteric, întrucât acesta este termenul pe care ghidul spiritual al Miei îl utilizează. Însă dacă acest termen nu rezonază cu voi, alegeți-l pe cel pe care îl preferați și priviți dincolo de cuvinte. Nu lăsați aceste cuvinte să limiteze mesajul care vine de dincolo de ele.

M: Marc spune că degeaba încerc să spun altora, dacă ei nu cred, pentru că eu nu pot să-mi cresc energia, dacă ceilalți nu și-o cresc și invers. Să simți este cel mai important lucru, pentru că uneori ceea ce vezi sau ce ți se spune nu este destul de convingător ca să rezoneze cu ceea ce simți. De aceea, ca să te convingi singur, trebuie să experimentezi tu, personal, prin a-ți accesa universul interior.

Experiența personală te ajută să percepi, să simți și să te ridici vibrațional, pe când poveștile și cuvintele pe care le auzi de la alții îți dau posibilitatea doar să-ți imaginezi ceea ce încearcă ei să-ți descrie. Explorarea universului interior nu se face prin implicarea minții analitice, ci prin reducerea ei la tăcere.

M: Marc spune că mulți oameni își arată interesul pentru această știință care se deschide în fața lor și este foarte bine, dar, de multe ori, datorită curiozității, ei blochează experiențele care ar putea să-i ajute să crească spiritual mult mai repede decât prin informația dobândită prin citirea diverselor cărți. Este bine să citească și să culeagă informații legate de experiențele altora, dar vor crește spiritual mult mai repede prin experiență și practică proprie. Mulți oameni caută adevărul, dar îl caută într-un mod de a înțelege cu ajutorul minții

limitate, conștiente, trecând informația prin sита acesteia ca să aibă sens pentru ei ca oameni, dar, în momentul în care faci acest lucru, prea puțină informație ajunge acolo unde trebuie, la subconștient, ca ei să poată să ajungă Acasă ca și suflete.

Dr. G: De ce e dată mărimea sufletului și ce reflectă ea?

M: Marc spune că mărimea sufletului, care este o expresie a evoluției spirituale, este dată de cât de multă iubire a acumulat sufletul respectiv. Pentru escaladarea treptelor în a deveni un suflet mai mare, mai puternic, mai evoluat, este nevoie de multe experiențe. Evoluția spirituală nu se poate atinge într-o singură viață de iubire. O singură viață de iubire nu este de ajuns. E nevoie de zeci de vieți în care să iubești și să fii bun ca să acumulezi energie pozitivă.

NE CREĂM NOI ÎNȘINE PROPRIA REALITATE?

Dr. G: Este adevărat că experiența în planul fizic este influențată de sistemul de valori pe care îl ai, că îți crezi propria realitate cu gândurile și crezurile tale?

M: Marc spune că în momentul în care te naști, vii în noua viață cu experiența pe care ai acumulat-o în viețile anterioare. În fiecare nouă viață, aduci cu tine tot mai multă forță, tot mai multă putere și tot mai multă energie. Fără să realizezi, în momentul în care începi o nouă viață, mintea ta este deja creată, dar nu este mintea pe care o știi ca fiindă umană, mintea conștientă, ci este mintea sufletului tău, mintea subconștientă. Cu ajutorul minții subconștiente îți crezi viața pe baza experiențelor, viziunilor și întâmplărilor trăite anterior acestei vieți.

Dr. G: Deci îți crezi realitatea cu subconștientul?

M: Da. Mintea subconștientă este, în principiu, cea care îți controlează viața. Iată de ce explorarea minții subconștiente și cunoașterea universului subconștient sunt extrem de valoroase pentru a ne înțelege propria existență și a ne aduce viețile într-o stare de armonie și echilibru.

SFÂRȘITUL CĂLĂTORIEI MIEI ACASĂ

Am rugat-o pe Mia să îi mulțumească lui Marc pentru informațiile extraordinare pe care ni le-a împărtășit și să-mi descrie modul în care ea îl percepe pe Marc. De asemenea, am rugat-o să-mi relateze cum arăta totul în jurul ei.

M: Hmm, lui Marc i s-a schimbat culoarea într-un violet ametist foarte frumos... și acum într-un rubin. Culoarele lui arată ca niște pietre prețioase translucide și foarte frumos colorate. Își schimbă culorile în mod constant.

Ceilalți care sunt în jur radiază și ei diverse culori și arată foarte frumos... Din câte observ eu, această sală este imensă. Nici măcar nu văd pereți care să o delimiteze. Probabil că nu are pereți pentru că nu îi văd. Eu spun că este o sală pentru faptul că am venit prin acel tunel de lumină... Este o atmosferă foarte pașnică, se povestește, se discută despre experiențele din diverse vieți, despre posibilele variante, ce s-ar fi putut întâmpla dacă... Sunt unii care aleg să plece, în sensul de a da naștere la noi vieți, de a se reîncarna ...

Dr. G: Ce se întâmplă acum?

M: Marc discută acum cu un prieten.

Dr. G: Un prieten?

M: Cred că da, pentru că aici cu toții sunt prieteni, așa, o sursă mare de energie. Nu știu ce se întâmplă, nu știu ce discută ei. Acum culoarea lui Marc este galbenă cu bleu. Observ că aici totul se desfășoară într-un mod ordonat, dar fără ca cineva să controleze. Totul decurge într-o atmosferă liniștită și, sincer îți spun că, mie personal, nu îmi mai vine să plec de aici.

După o scurtă pauză, Mia îmi spune șoptind:

M: Acum vorbesc cu Marc. Îmi spune că sunt atât de multe de văzut împreună și că ceea ce am trăit acum, aici, nu este doar o experiență de viață. Practic, ceea ce am trăit aici, Acasă, mă va ajuta mult în viața mea fizică. Îmi spune că, în momentul de față, locul meu nu este aici. Am altele de rezolvat, dar mă voi întoarce aici. Îmi promite că o să mă întorc și că el mă va aștepta.

Dr. G: Are vreun sfat pentru tine, ce să faci ca să-ți fie viața mai ușoară și mai plăcută?

M: Îmi spune să mă ghidez după instinctele mele, după intuiția mea, pentru că ceea ce simt este dat cu un scop. Am trăit relativ multe întâmplări care mi-au creat aceste simțuri.

Dr. G: Întreabă-l dacă poți să te întorci în starea aceasta de conectare, să vorbești cu el când ai nevoie.

M: Marc spune că el va fi oricând pentru mine aici. Îmi spune că e momentul să mă întorc de unde am venit și mă trimite înapoi.

Dr. G: Spune-i că îi mulțumim.

După o scurtă pauză, Mia mi-a spus:

M: Am plecat, nu mai sunt acolo.

Dr. G: Vrei să te întorci?

M: Cred că da.

REVELAȚIILE MIEI

În timp ce Mia își revenea complet la starea de conștient, gândurile m-au purtat la prima mea pacientă cu care lucrasem ca hipnoterapeut și mă

întrebam dacă Mia urma să aibă o recuperare la fel de rapidă și de succes ca și aceasta. Pacienta respectivă, o femeie tânără în vârstă de douăzeci și cinci de ani din Europa, pierduse două sarcini în decurs de câteva luni și se afla într-o stare de tristețe și depresie care începuse să-i afecteze toate aspectele vieții. Ședință după ședință, ghidând-o la sursele problemelor ei și revăzându-și vieți extrem de interesante, care erau strâns legate de problemele vieții actuale, ea a început să se simtă din ce în ce mai bine. Curios era faptul că evenimentele din acele vieți nu îi erau prezentate în stilul obișnuit, în ordine cronologică, ci invers, dinspre bătrânețe înspre tinerețe. Ca rezultat al conectării cu nivelurile ei superioare de conștiință, al învățării lecțiilor prezentate de viețile trecute și a beneficiilor gândirii pozitive pe care o adoptase ca urmare a ședințelor noastre, după numai trei ședințe depresia i-a dispărut. Pe deasupra, după câteva săptămâni pacienta mea m-a anunțat că rămăsese însărcinată. Ea nu a mai pierdut nicio sarcină de atunci, iar în prezent are doi copii. Nu făcuse niciun alt tratament și nu luase niciun fel de medicamente. Nici măcar nu se gândise vreodată la conceptul reîncarnării până în clipa în care nu s-a văzut în regresii trăind diverse vieți. După câțiva ani, ea mi-a spus că experiențele pe care le-a trăit în timpul ședințelor noastre, de reconectare cu sinelui ei superior și cu celelalte aspecte ale eului ei din alte vieți, s-au dovedit a fi un punct esențial, de cotitură, în viața ei. Nu numai că sănătatea și starea ei emoțională s-a îmbunătățit, dar și viața ei s-a schimbat în bine. Acest lucru a avut loc prin asimilarea unor noi cunoștințe, a unei noi înțelepciuni care i-a schimbat modul de gândire și, în cele din urmă, a ajutat-o să evolueze spiritual.

De atunci, am avut privilegiul de a ghida în regresii mii de oameni, observând efectele benefice ale explorării universului subconștient. Nu aveam niciun dubiu că această terapie funcționează și că are rezultate uimitoare, dar încă nu îmi era clar cum avea loc de fapt vindecarea. Care erau factorii ce interveneau? Care era mecanismul prin care se ajungea în timp atât de scurt de la depresie de o viață la o stare de liniște și fericire, de la infertilitate la fertilitate, de la insomnie la a dormi liniștit întreaga noapte, de la suferință la bunăstare?

Aveam să aflu răspunsurile la aceste întrebări prin intermediul Miei, acestei femei tinere cu abilități ieșite din comun, abilități pe care nici măcar ea nu știa că le avea.

Mia începuse să-și deschidă ochii, să se miște și, încă aflată într-o stare de uimire, a început să-mi povestească despre experiențele trăite.

M: E atât de frumos acolo unde merg sufletele! Nu aş putea spune că încăperea în care vin cei care se întorc din vieți este limitată de pereți, de tavan sau de podea, dar parcă o simți. Cred că e o imagine creată de către mintea umană. Puteam să vizualizez cu ochii minții marginile încăperii, dar nu erau acolo. Era ca un abur, vedeam umbre, dar nu era nimic solid. Parcă ar fi fost un

amfiteatru, aveam senzația că stau pe o treaptă, dar nu exista un loc anume unde trebuia să stea fiecare și nu era nimeni să zici că ar fi venit să vorbească.

Mia se ridicase în picioare și începuse să meargă prin cabinet pentru a-și dezmoți corpul.

M: Energia sufletelor e ca o mică flacără de foc, dar nu e foc, sau ca bulele de aer sau de gaz, dar care nu sunt definite și care-și schimbă forma și culoarea. În momentul în care ai sufla în direcția lor sau ar adia vântul, s-ar dispersa ca un fum, iar apoi s-ar strânge înapoi în forma inițială. Spun în mod ipotetic că „ai sufla în direcția lor sau ar adia vântul”, pentru că acolo vânt sau ceva de genul acesta nu există. De exemplu, este ca și când dai drumul la gaze foarte tare și vezi căldura cum se mișcă deasupra limbilor de foc. Atât percepi. Știi ce vorbesc ei, dar nu vorbesc cu gura, cu vocea. Auzi oarecum, dar, de fapt, știi pentru că îi înțelegi telepatic. Poți să vezi particulele în funcție de cum își schimbă culorile. La un moment dat, culoarea lui Marc s-a schimbat dintr-un roz safir într-un mov deschis precum ametistul, apoi în culoarea topazului, într-un bleu frumos, iar apoi avea culoarea mov. Celelalte suflete arătau cam la fel, dar aveau diverse mărimi. Inițial l-am văzut pe Marc ca om, dar, după ce am trecut de Lumină, l-am văzut ca energie. Niciunul dintre noi nu mai arăta ca un om.

Am continuat ședința discutând despre viețile anterioare pe care Mia le-a accesat în timpul regresiei și despre modul în care acestea se reflectau în viața ei actuală, în gândirea și în comportamentul ei, cu scopul de a integra informațiile. Ca urmare a vieții de om al cavernelor, sufletul Miei, mintea ei subconștientă, încă funcționa după același program de gândire, din aceeași teamă că dacă nu găsește ce să mănânce va muri, sau să mănânce cât poate atunci când are de mâncare, că nu se știe când va mai avea ce mânca. De asemenea, Mia încă funcționa din ideea că a avea forme voluptuoase reprezintă un semn de frumusețe și că era mai atractivă dacă avea o greutate mai mare. Văzând sursele problemelor ei de alimentație, subconștientul ei a înțeles că în viața actuală nu există probleme în procurarea mâncării și, ca urmare, poate să renunțe la acel mod de gândire și la acea frică. Terapia de regresie este un mod foarte eficient de învățare pentru subconștient. Comportamentul nostru legat de mâncare este un răspuns automat la ce program informațional avem în mintea conștientă și în special în subconștient. Când schimbăm sau optimizăm programul informațional (convingerile noastre) comportamentul ni se schimbă automat.

Viețile pe care Mia le-a revăzut nu păreau direct legate de depresia ei, dar viața pe care Liz a trăit-o în tinerețe, în comunitatea de țigani, părea a fi o lecție pentru Mia de aducere aminte a cum este să te simți fericit, să iubești și să-ți trăiești viața cu speranță. Persoanele deprimare nu mai simt iubire și își pierd speranța. Depresia este rezultatul funcționării din convingeri

orientate către negativitate, convingeri bazate pe frică și cele care te fac să te simți dezamăgit.

Pentru a o ajuta pe Mia să-și revină din starea de depresie, i-am dat o înregistrare audio pe care am creat-o special pentru redirecționarea gândirii către pozitivitate, către o dieta sănătoasă și pentru pierdere în greutate treptat, într-un mod echilibrat și sănătos, până la atingerea greutateii ideale. I-am sugerat să asculte înregistrarea audio zilnic, timp de câteva săptămâni, astfel încât conștientul și subconștientul ei să integreze convingerile noi, pozitive, care aveau scopul de a o face să se simtă echilibrată și fericită.

M: Ce viață liniștită am avut în șatra de țigani! Tare conectată m-am simțit cu Marc. Avea o figură foarte blândă, o frumusețe pe care o simțeau, dacă stăteau să-l privești. La prima vedere, și se părea o persoană oarecare, de trecut cu privirea, dar dacă insistai în priviri asupra trăsăturilor lui... Era frumos... Am fost căsătorită cu el, nu? Am avut trei copii cu el, nu? Foarte îndrăgostită și fericită m-am simțit cu el și apreciată și frumoasă... Culmea este că am avut o moarte frumoasă, relaxantă și liniștită în viața de țigancă. A fost sfârșitul suferinței și zburciunii, că simțeam durerea în spate care mă tăia. Când am murit, nu am înțeles de ce nu mai simțeam durerea.

Mia a experimentat ce înseamnă să mori. Când sufletul se eliberează de corpul fizic, zburciunea și durerile încetează. Acestea sunt înlocuite cu sentimente de liniște și fericire. Experimentarea acestui proces de tranziție în realitatea nonfizică prin regresie îi ajută pe oameni să-și depășească frica de moarte.

M: Deci așa arată lumea cealaltă? E foarte frumos universul acela! E superb! Sincer îți spun, e foarte interesant. În momentul în care treci prin acea poartă de Lumină, ai o oarecare curiozitate pentru că nu știi la ce să te aștepti, ce este dincolo de ea. E interesant pentru că nu poți spune că dincolo de Lumină este întuneric, dar nu poți spune nici că este lumină. E undeva dincolo de expresivitatea cuvintelor.

Descrierea realității ultime, a universului de Acasă, depinde probabil de capacitatea fiecărei persoane de a percepe ceea ce există în acel univers, sau poate fi chiar dincolo de capacitatea noastră intelectuală de a procesa informațiile percepute, deoarece nu avem puncte de referință. Acasă este un univers nonfizic, guvernat de legi diferite și structurat într-un mod diferit decât universul fizic. Este ca și cum ai încerca să descrii indescriptibilul. E aproape imposibil de a descrie, de a explica și de a înțelege realitatea ultimă, fără îndrumarea directă a minții universale.

M: Când ești acolo, este o stare atât de calmă că mintea îți este goală cum s-ar spune și nu poți să te gândești la nimic. Să fiu sinceră, eu nu am multe întrebări chiar dacă nu am citit nicio carte despre lucrurile acestea și ceea ce am văzut este complet nou pentru mine... De fapt, cu excepția a câtorva detalii, nu-mi mai amintesc ce am vorbit cu Marc.

Mia nu își amintea nici faptul că, la un moment dat, nu îi mai venea să plece din Lumină. Faptul că nu își mai amintea discuțiile cu Marc arăta că informațiile primite nu aveau originea în mintea sau în memoria ei. Acestea fuseseră transmise conștiinței ei de către maestrul spiritual.

M: Nu-mi vine să cred că am fost în locul unde mergem între vieți, că am fost în locul unde ne ducem după moarte! Nu credeam că eu pot face lucru acesta, dar acum cred. Abia aștept să mă întorc acolo!

Oamenii care au abilități similare cu ale Miei se pot relaxa și conecta foarte profund și destul de rapid cu nivelurile lor superioare de conștiință. Ei sunt capabili să rămână în aceste stări elevate destul de mult timp și să comunice fără probleme cu ghizii lor spirituali sau să acceseze înțelepciunea universală. Altor oameni le este mai greu să se conecteze, majoritatea se încadrează undeva în categoria de mijloc. Există, de asemenea, oameni care au nevoie de a învăța cum să își reducă gândurile la tăcere, de a învăța să mediteze. O minte foarte analitică și critică, cu convingeri limitate și cu un ego negativ puternic pot bloca întreaga experiență. Pe de altă parte, persoanele care practică meditația sunt, de obicei, capabile să se conecteze cu ușurință cu nivelurile lor superioare de conștiință.

SFATURI PENTRU RECUPERARE

În ceea ce privește depresia Miei, am sfătuit-o să-și monitorizeze pe cât posibil gândurile și conversațiile ce au loc în mintea ei, să-și reducă la tăcere aspectul critic al minții, adică egoul ei negativ, și să-și redirecționeze gândirea către pozitivitate, optimism și iubire necondiționată. I-am sugerat ca ea să devină conștientă de ceea ce spune cu voce tare pentru că ceea ce spune este o oglindire a gândurilor și a convingerilor sale. Am încurajat-o să se vizualizeze trăind viața pe care și-o dorește: simțindu-se minunat, aflându-se la greutatea ei ideală și făcând ceea ce îi place în viață. Studiile arată că atunci când ne imaginăm o anumită situație, creierul reacționează în același mod și produce aceleași substanțe ca atunci când, de fapt, trăim acea situație.

Am încurajat-o pe Mia să fie prezentă cu fiecare clipă a vieții sale, să se bucure de viață și să-și păstreze obiectivele în minte. Ea era singura care își putea schimba gândurile și convingerile înspre bine, iar, în momentul în care avea să facă acest lucru, avea să-și schimbe modul în care se simte. De asemenea, am încurajat-o să mănânce alimente sănătoase și să practice exerciții fizice. I-am dat următoarele afirmații pe care să le repete zilnic, cu scopul de a-și redirecționa gândirea către pozitivitate: „Aleg să fiu liniștită, fericită și sănătoasă. Mă simt împăcată cu mine și cu viața mea. Aleg să fiu pozitivă și optimistă. Mă iubesc pe mine însămi și pe toți ceilalți oameni în

mod necondiționat. Aleg să fiu pozitivă în gândire și să păstrez în mintea mea doar imagini plăcute. Mă simt din ce în ce mai bine în fiecare zi. Viața mea este frumoasă și merită trăită. Este foarte ușor pentru mine să slăbesc într-un mod sănătos. În fiecare zi slăbesc până când ajung la greutatea mea ideală, pe care mi-o mențin cu ușurință. Îmi place cum arăt. Aleg să mă simt calmă, împăcată cu mine însumi și în armonie cu Universul.”

În situația în care vreunul dintre nivelurile minții, conștientul sau subconștientul, funcționează după programe de gândire orientate către negativitate, acestea ne pot sabota progresul și atingerea scopurilor pe care le avem. Atunci când înlocuim programele negative de gândire, comportamentul ni se schimbă în bine și modul în care ne simțim devine mult mai plăcut. Creierul uman are o capacitate extraordinară de a încorpora informații noi, de a forma noi conexiuni neuronale (conexiuni între celulele creierului unde sunt stocate informațiile) și de a se debarasa de informațiile care nu mai sunt utile. Dacă repetăm afirmații pozitive, creierul creează alte rețele neuronale încorporând noile informații benefice, iar vechile conexiuni în care erau stocate informațiile orientate către negativitate, referitoare la aceleași subiecte, se disociază. Această capacitate a creierului este numită neuroplasticitate.

Studiile arată că modul în care gândim determină cum ne simțim și ne influențează sănătatea. Programele de gândire pașnice, optimiste, și încrezătoare ajută organismul să producă endorfine și serotonină, așa-numiții „hormoni ai fericirii”, care determină o stare de bine. În același timp, numărul celulelor sistemului imunitar crește și corpul uman devine mai rezistent la boli. Starea de meditație sau de auto-hipnoză are aceleași efect. Când rulăm programe de gânduri negative, creierul produce catecolamine sau „hormoni de stres” și ne simțim ca atare. Numărul celulelor sistemului imunitar scade sub limitele normale, ducând la o rezistență mai scăzută la boli.

Pentru a o ajuta pe Mia să-și depășească depresia severă și starea ei de anxietate, am sfătuit-o să se întoarcă pentru o altă ședință pentru a continua să lucrăm la optimizarea și redirectionarea gândirii ei către pozitivitate. De asemenea, ne puteam ocupa de corectarea obiceiurilor ei alimentare nesănătoase, prin instruirea ei la nivel subconștient în a mânca mâncare sănătoasă și în cantități normale. Un alt obiectiv era de a o ajuta pe Mia să se lase de fumat și să elimine excesul de cafea și vinul din dietă.

La sfârșitul acestei prime ședințe, Mia și-a dat seama că nu-și mai putea lăsa viața la voia întâmplării și că era timpul să se implice activ în procesul ei de vindecare.

OPTIMIZAREA GÂNDIRII SUBCONȘTIENȚE ȘI CONȘTIENȚE

După două săptămâni, Mia s-a reîntors pentru o ședință de optimizare a gândirii subconștiente. Deja se simțea mult mai bine și îmi urmasse sfaturile. De cum plecase înspre casă după ședință, în timp ce conducea mașina, a început să repete afirmațiile pe care i le sugerasem. Deși îi părea că se mințea pe ea însăși spunând că se simte fericită când de fapt nu se simțea, că era frumoasă când de fapt simțea exact opusul, ea nu a renunțat. Și-a dat seama că așa cum i-am spus, nu o costa nimic și nu avea nimic de pierdut dacă repeta afirmațiile pozitive când avea câteva clipe libere. Treptat, i-a fost din ce în ce mai ușor să repete afirmațiile și, după un timp, a început să le spună cu convingere, iar apoi chiar să le creadă.

De asemenea, Mia a ascultat zilnic înregistrarea audio pe care i-am dat-o și s-a străduit să fie cât de pozitivă a putut în gândire și în atitudine. În scurt timp, și-a dat seama că nu se mai simțea atât de rău și că gândurile ei de suicid dispăruseră. A început chiar să piardă în greutate. Însă, a dorit să îmi mărturisească următoarele:

M: Trebuie să-ți spun că am plecat plângând de la prima noastră ședință. Mă gândeam că eu îți vorbeam despre problemele mele serioase și tu îmi spuneai să mă gândesc la cât de frumoasă e viața. Eu îți spuneam că vreau să mor și tu îmi spuneai să mă gândesc că sunt frumoasă și pot fi fericită. Dar după aceea, mi-am amintit că mi-ai spus să nu uit să gândesc pozitiv și, chiar dacă nu cred ceea ce spun, să repet în continuare pentru că nu mă costă nimic să îmi repet lucruri pozitive. În scurt timp, am început să văd diferența. Am realizat că nu îmi mai era așa de rău, că de fapt mă simțeam mai bine.

Pare a fi dificil de înțeles cum funcționează aceste tehnici și de a identifica mecanismele prin care se produc schimbările mentale și emoționale. Mia nu fusese, în niciun caz, singura persoană cu care am lucrat care să fi experimentat acest conflict mental și această confuzie. De fapt, majoritatea persoanelor cu depresie cu care am lucrat au experimentat această rebeliune a minții critice. Egoul negativ, partea orientată către negativitate a minții conștiente, face tot posibilul de a te convinge să crezi că este imposibil să schimbi ceva și, în afară de aceasta, că este chiar prostesc să începi să gândești pozitiv, că nu te va ajuta cu nimic, că este doar o pierdere de vreme și că te minți singur. Dar după un timp, începi să realizezi că într-adevăr ai dreptul la fericire, că într-adevăr tu ești cel care este în control și că poți alege să gândești pozitiv. Treptat, începi să-ți repeți aceste idei cu convingere.

O persoană foarte critică, care are adânc înrădăcinat un mod de gândire negativ, are dificultăți în a accepta ideea de pozitivitate. Schimbarea înseamnă a face ceva diferit decât ceea ce a dus la depresie. Nu poți ieși din depresie dacă alegi să continui a rula în gândire vechile programe orientate către

negativitate. Așa cum Albert Einstein a spus: „Nu poți rezolva o problemă cu același nivel de gândire care a creat-o”. Cel mai rapid mod de a ieși cu adevărat din depresie este prin adoptarea gândirii pozitive.

Când Mia mi-a dezvăluit că tot ceea ce o preocupa la momentul respectiv era să le fie bine celor din jurul ei, considerând că ea însăși nu conta foarte mult, am realizat că era necesar să-i adaug în programul de sugestii afirmații care s-o ajute să-și recunoască propria valoare și să-și recapete încrederea în sine.

După ședința noastră, Mia a plecat relaxată și încrezătoare, simțind că era într-adevăr pe drumul cel bun. A înțeles că era necesar să se implice serios în monitorizarea procesului ei de gândire, să găsească motive de bucurie în fiecare moment al vieții ei și să aibă o atitudine de recunoștință și de apreciere pentru tot ceea ce este bun în viață.



Despre autoare

Autoarea acestei cărți, doctor Elena Gabor, s-a specializat în știința subconștientului și utilizează stările non-ordinare de conștiință în scopul vindecării, creșterii personale, explorării subconștientului și obținerii de noi perspective cu privire la conștiința umană. Ea deține certificări în hipnoterapie, hipnoterapie medicală și în hipnocoaching și este instructor de hipnoză pentru Asociația Națională de Hipnoză (NGH) din Statele Unite ale Americii. În 1995, ea a obținut licența de medic stomatolog de la Universitatea de Medicină și Farmacie, Facultatea de Stomatologie din Târgu Mureș, după care s-a specializat în stomatologie generală.

După zece ani de practică în România ca medic stomatolog, doctor Elena Gabor și-a direcționat atenția în Statele Unite ale Americii către medicina alternativă, terapia subconștientului și hipnoterapia medicală. Ea a dezvoltat tehnici de pionierat pentru explorarea nivelului subconștient și al celui supraconștient ale conștiinței umane, ajutând pacienții să se conecteze cu nivelurile superioare ale conștiinței lor, ei având astfel rezultate remarcabile.

Doctor Elena Gabor deține cabinete private de hipnoterapie în Los Angeles, California, ajutând mii de oameni să-și depășească problemele de sănătate și de viață, și să-și exploreze imortalitatea. Ea lucrează, de asemenea, cu oameni din întreaga lume via Skype, via Viber și prin intermediul telefonului. În plus, ea conduce atât în Statele Unite, cât și în străinătate workshopuri experiențiale de hipnoterapie și de regresii, precum și programe de certificare în hipnoterapie, în hipnoterapie medicală, în regresii în viețile trecute și în explorarea nivelului de existență dintre vieți. De-a lungul timpului, ea a fost invitată la diverse programe de radio cum ar fi „Coast to Coast” din Statele Unite și „The Conspiracy Show” din Canada.

Autoarea a creat, de asemenea, o serie de înregistrări audio (MP3-uri și CD-uri) în care folosește tehnici de imagerie dirijată, hipnoză, regresie spirituală și NLP în scopul vindecării, al creșterii personale și al explorării imortalității. Acestea se găsesc pe websiteul ei www.drgabor.com.

În prezent, autoarea lucrează la scrierea unei noi cărți care descrie ședințele care au urmat cu Mia și descoperirile fără precedent făcute împreună cu privire la conștiința umană, la universul subconștient și la cel supraconștient. De asemenea, cartea descrie cum au continuat să evolueze celelalte trei cazuri descrise în prima carte *Acasă la Arborele Vieții*, prezintă cazuri suplimentare de vindecare și continuă descrierea științei subconștientului.

Dacă doriți să primiți o înregistrare audio creată de autoare pentru meditația în Lumină îi puteți trimite un email. Pentru mai multe informații sau dacă doriți să vă împărtășiți cu autoarea acestei cărți experiențele personale legate de subiectele discutate în această carte, să-i adresați întrebări sau să-i explicați cum v-a ajutat această carte, puteți să o contactați la următoarele adrese:

e-mail: drelenagabor@yahoo.com

website: www.drgabor.com

www.hipnoterapie.org