

**Alberto Villoldo, Ph.D**

***Saman,  
Vindecator,  
Intelept***

cum sa te vindeci si cum sa ii vindeci pe ceilalti, folosind medicina energetica a amerindienilor

***Helenei Kriel***

***Cu toata dragostea mea***

***Multumiri***

Nu exista suficiente cuvinte pentru a-mi exprima recunostinta fata de persoanele care au facut posibila crearea acestei carti. Mai in-tai, doresc sa-i multumesc mentorului meu, Don Antonio, care a avut rabdarea, viziunea si rezistenta de a instrui un tanar antropolog occidental in artele samanice. Editorul meu, Patty Gift, de la Random House, si-a aprofundat cunostintele medicale, accompaniindu-ma pe cei mai inalti munti din Anzi, pentru a lucra impreuna cu ultimii inte-lepti incasi. Ii datorez recunostinta infinita pentru ca a transpus aceas-ta carte in realitate. Multumiri profunde Laurei Wood si lui Normandi Ellis, care m-au ajutat sa dau forma manuscrisului; lui Stanley Krip-pner, pentru ca a crezut in mine si mi-a sprijinit cercetarile in anii mei de inceput; si agentului meu, Sue Berger, pentru incurajarea ei stator-nica. In fine, vreau sa mentionez contributiile studentilor si facultatii Heabng the Light Body School (scoala Vindecarii Trupului de Lumina) in formularea tehnicilor si practicilor discutate aici, dupa cum doresc sa ii multumesc si Lisei Summerlot, pentru dragostea si sprijinul neobosit.

**Prolog**

Aceasta carte este rezultatul calatoriilor mele si al pregatirii cu samanii incasi. Una dintre marile civilizatii ale Americii si constructori ai impunatorului Machu Picchu, incasii, au trait in orase ridicate prin-tre nori, cu strazi din piatra, care erau curatate in fiecare noapte, prin eliberarea apei din sistemul de canale al orasului. samanii incasi au practicat medicina energetica vreme de mai bine de cinci mii de ani, transmitand aceasta cunoastere de la o generatie la alta, prin interme-diul traditiei orale. Vreme de douazeci si cinci de ani, am studiat im-preuna cu cei mai buni vindecatori incasi, barbati si femei. Ritualurile carora m-am supus in muntii Anzi si in Amazon izvorau din traditia antica si, uneori, necesitau luni intregi de pregatire. Acestea eliminau din viata ucenicului frica, lacomia, violenta si sexualitatea de tip animalic. In cautarile mele, am fost ghidat de un incas batran, pe nume Antonio Morales. Aventurile pe care le-am trait in Amazon si pe inaltimile Anzilor, impreuna cu Don Antonio sunt prezentate in cartile mele precedente, *Dance of the Four Winds (Dansul celorPatru Vanturi)* si *Island of the Sun (Insula Soarelui)*.

Tehnicile pentru vindecarea cu ajutorul Spiritului si a Luminii din aceasta carte sunt propriile mele reinterpretari contemporane, ale practicilor stravechi de vindecare. Versiuni ale felului de a vedea al samanilor - pe care eu le numesc a Doua Constienta si Procesul de Extragere - sunt inca folosite in America de Nord si America de Sud. Riturile mortii isi au originea in Amazon si fac parte dintr-o suma de cunostinte descoperite de barbati si femei care au depasit notiunile noastre de timp si moarte. Am dezvoltat Procesul de Iluminare impreuna cu mentorul meu, Don Antonio, pornind de la ramasitele unei practici incage aproape uitate de vindecare prin intermediul Campului Energetic de Lumina. Aceste tehnici sunt extraordinar de puternice si de eficiente. Trebuie folosite doar in conditiile unui cod etic si ale unei integritati de nestramutat.

Partea I prezinta cadrul sistemului de credinte ce constituie baza acestor tehnici. Partea a II-a furnizeaza tehnicile pentru invatarea felului de a vedea al samanilor si pentru crearea spatiului sacru, precum si practica pe care o puteti experimenta pentru propria vindecare. Va rugam, nu le folositi asupra altora fara a primi o pregatire adecvata de la un maestru practician. Partea a III-a descrie tehnici avan-sate, care trebuie aplicate de un maestru practician, o persoana care a trecut prin ucenicie sub supravegherea unui profesor priceput. Aceste capitole descriu procedurile

folosite pentru deblocarea raspunsului imun, pentru extragerea energiilor si a entitatilor intruse, precum si pentru asistarea unei persoane dragi, care face calatoria de intoarcere la lumea Spiritelor.

Exista pericole asociate cu vindecarea energetica, atat pentru client, cat si pentru vindecator. Mult prea multi practicieni prost pre-gatiti se ocupa de vindecarea energetica, fara sa inteleaga mecanismul campului energetic uman. Am vazut oameni diagnosticati cu cancer primind „vindecare energetica” pentru tumoarea lor, rezultatul fiind raspandirea cancerului in intregul organism. Spre uimirea lor, au des-coperit ca celulele canceroase se hranesc din anumite forme de ener-gie. Am vazut, de asemenea, persoane care sufereau de probleme psi-hologice grave si care au fost tratate de vindecatori necalificati, situatia pacientilor exacerbandu-se, iar simptomele nevrozelor sau disfunctiile de perceptie acutizandu-se. Intr-unul dintre cazuri, o femeie a ve-nit sa ma vada dupa ce si-a pierdut copila intr-un accident de automo-bil. Mersese la un clarvazator, care i-a spus ca fetita ei s-a aflat tot tim-pul alaturi si ca nu trebuie decat „sa fie deschisa” pentru a simti prezenta fiicei sale. Femeia s-a simtit imediat usurata. Totusi, cateva zile mai tarziu, a inceput sa suferi de insomnie. Dupa o saptamana de nesomn, a venit sa ma vada pe mine. Primul lucru pe care l-a spus a fost ca vrea sa moara si ca este pregatita sa-si ia viata. Cand am testat-o pentru a descoperi prezenta unei entitati intruse (vezi Capitolul 8), rezultatele testului au fost pozitive. Spiritul fetei se atasase de campul Energetic de Lununa al mamei sale, cautand un refugiu in fata confuziei și agitației pe care le experimentează cineva în urma unei morți traumatizante. Sfatul vindecătorului de „a fi deschisă”, chiar dacă bine intenționat, le-a ținut atât pe mamă, cât și pe fiică într-o stare de stres emoțional și durere fizică.

În prima noastră ședință, mama a eliberat-o pe fiică vindecătorilor întru Lumină, care aveau să o poarte spre Lumina lumii Spiritului. I-a fost greu să renunțe. În timpul Procesului de Iluminare, a văzut moartea ca pe o ușă deschisă nemărginirii. Și-a dat seama că fiica era despărțită de ea doar printr-un vâl fin. La scurt timp după aceea, a început să doarmă din nou fără probleme. Apoi am sigilat deschiderea spre Câmpul Energetic de Lumină, prin care intrase spiritul fetei. Asemenea unei răni deschise, această fisură în câmpul ei energetic a fost o invitație pentru entități spirituale oportuniste și energii perturbatoare. Am folosit următoarele ședințe pentru a-i vindeca tristețea. Am încurajat-o să vadă un psihoterapeut specializat în tratarea persoanelor care au suferit o pierdere. Sunt convins că această mamă s-ar fi sinucis dacă ar fi continuat sfatul aceluia clarvăzător. Astăzi, ea este un vindecător cu har și compasiune, care îi asistă pe cei care au suferit pierderi ireparabile.

### ***Magia neagră și albă***

Pe când aveam vreo douăzeci de ani, mă pregăteam pentru o expediție în Amazon, când am primit un telefon de la fundația care îmi sponsoriza cercetările. Aveau nevoie de un antropolog care să încheie un studiu despre vindecătorii Voodoo din Haiti. Am șovăit, pentru că știam foarte puține despre practicile de vindecare de origine africană din Haiti. Funcționarul de la fundație a explicat că este vorba despre doar zece zile - timp în care voi fi asistentul unui antropolog senior ce se va ocupa de proiect - și m-a convins atunci când a precizat că îmi revizua cererea de a mă întoarce în Amazon. Cinci zile mai târziu, am aterizat în Port-au-Prince. Antropologul senior avea aproape patruzeci de ani și își petrecuse o mare parte a ultimului an în Haiti. Mi-a explicat că francezii care colonizaseră insula fuseseră cei mai răi stăpâni de sclavi din Lumea Nouă. Dacă speranța de viață a unui sclav african, după venirea în America, era de treizeci de ani, speranța de viață a unui sclav care avea nenorocul să ajungă în Haiti, era de doar doi ani. El a continuat explicându-mi că Voodoo a fost la bază o practică de vindecare din Africa subsahariană și că, în Haiti, a fost, de asemenea, folosită pentru a face rău dușmanilor, în special stăpânilor care se purtau fără milă cu sclavii. Tehnicile erau identice, mi-a explicat el. Practicile pe care le foloseai ca să vindeci pe cineva puteau fi folosite pentru a face rău. Aceleași tehnici care erau folosite pentru a stimula sistemul imunitar, pentru eliminarea tumorilor canceroase, puteau fi utilizate și pentru a distruge sistemul imunitar, astfel încât victima să moară de pneumonie, în doar câteva săptămâni.

Având în jur de douăzeci de ani, eram convins că știu despre ce este vorba. Magia neagră, am presupus, putea funcționa doar asupra celor care credeau în ea. Dacă nu te supuneai aceluia sistem de credințe, nu te putea afecta. Îmi aduc aminte că îi expuneam această teorie antropologului senior, pe când stăteam la o cafea micuță, cu vedere la apă. M-a privit și a zâmbit:

„Pot să pun pariu”, am spus. „S-a făcut”, mi-a replicat el.

Am pariat pe o sută de dolari că Voodoo nu mă poate afecta. Ne-am îndreptat spre casa unui preot Voodoo, alături de care lucrase el. Bătrânul locuia într-o cocioabă din lemn, pe vârful dealului, de unde se

vedea întregul oraș. După prezentările de rigoare, în creola haitiană a locului, pe care colegul meu o vorbea fluent, acesta a început să-i explice bărbatului că eu eram un sceptic, ce consideră magia sa drept o făcătură și că dorea să-mi dea o lecție. Înțelegeam destulă franceză cât să prind câteva cuvinte. „Nu-i face rău”, a spus el. Bătrânul s-a întors spre mine și a zâmbit. „Vrei crezi?” a întrebat el într-o engleză stâlciță și a râs zgomotos. Am convenit că avea să-și facă magia în ziua de luni a săptămânii următoare, după care m-am întors în California.

În ziua cu pricina, am luat cina cu prietenii, pentru a le povesti despre experiența mea haitiană și despre puterile vindecătoare ale Voodoo. Predicam despre importanța ingredientului credință în întreaga ecuație, atât pentru vindecarea celor bolnavi, cât și pentru a le face rău dușmanilor. Dacă trăiai în afara unui sistem de credințe, am explicat eu, pur și simplu nu funcționa, iar eu eram dovada vie, de vreme ce, chiar în acea seară, cel mai priceput preot Voodoo din Haiti acționa asupra mea - însă, inutil. Toată lumea și-a ridicat paharul în sănătatea mea. Aceasta s-a întâmplat luni seara. Marți și miercuri m-am simțit bine, dar joi după-amiază am simțit o durere de cap, care, până seara, s-a transformat în migrenă. La ora opt, simțeam deja un nod în stomac, aveam spasme intestinale și vomam incontrollabil. La miezul nopții, am primit telefon de la antropologul din Haiti. Nu reușiseră să acționeze asupra mea luni, așa cum convenisem, dar o făcuseră în această zi. El tocmai se întorsese de la ceremonie la hotel și voia să știe dacă simt ceva. Am gemut în telefon și i-am spus să se întoarcă la preotul Voodoo și să-i ceară să desfacă vraja pe care o făcuse, în acel moment, chiar și moartea ar fi fost o ușurare pentru mine.

Dar, în dimineața următoare, m-am simțit bine și am reușit să mă conving că mă pricopsisem cu vreun vierme intestinal. Am mers la centrul medical al universității, unde doctorul meu mi-a făcut o serie de teste și a constatat că nu aveam niciun fel de paraziți. Această lecție m-a costat o sută de dolari, care, la vremea respectivă, reprezentau o sumă considerabilă pentru un student, și una dintre cele mai îngrozitoare nopți din viața mea. Am descoperit că, așa cum poți ajuta oamenii folosind vindecarea energetică, le poți face și rău. Mai târziu, aveam să aflu că vindecarea energetică practică de o persoană slab pregătită este adesea egală cu magia neagră, indiferent cât de bine intenționat este vindecătorul. Magia neagră nu este practică doar în Haiti și pe malurile mlăștinoase din Louisiana, ci oriunde indivizi bine intenționați, dar prost pregătiți, încearcă să vindece alte persoane și, fără să știe, le transmit energie toxică. Studenții comentează câteodată că acest lucru nu se poate întâmpla, dacă îi transmiți iubire altei persoane, de vreme ce această energie este pură și sfântă. Le amintesc acestor studenți despre durerea pe care le-o pricinuium altora, în numele iubirii. Cu timpul, am descoperit un alt fel de magie neagră pe care o practicăm asupra noastră: gândurile negative și credințele care ne despart de puterea noastră personală și ne distrug sistemul imunitar. Cea mai importantă lecție pentru mine, în acea noapte, a fost rolul crucial al eticii și intenției vindecătorului. O mare parte din îndelungata pregătire a șamanului este dedicată dobândirii unei etici superioare, a unui sistem de valori bazat pe o profundă reverență în fața a tot ceea ce înseamnă viață. Doar atunci, tehnicile pot fi stăpânite cum se cuvine. În același fel, unui doctor specializat în medicina occidentală îi trebuie cel puțin cinci ani pentru a deprinde tehnicile necesare. Ar fi oare prudent să-mi las sănătatea pe mâna cuiva care a făcut doar un curs de medicină energetică într-un weekend?

Este un lucru de neînțeles pentru vesticii care fac o pregătire superficială în medicina energetică sau șamanism. Dacă aveți chemare pentru practicarea medicinei energetice, pregătiți-vă cu profesori ale căror integritate, înțelepciune și cunoștințe tehnice vă vor ajuta să vă dezvoltați propriul dar spiritual.

Drumul meu pe calea șamanismului a fost ghidat de propria-mi dorință de a mă împlini. Vindecându-mi rănilor sufletului, am învățat să mă iubesc pe mine și să-i iubesc și pe ceilalți. Am mers pe calea vindecătorului rănit și am învățat să transform durerea, tristețea, furia și rușinea care sălășluiau în mine în surse ale puterii și compasiunii. Am reușit să înțeleg durerea unei alte persoane, pentru că știam cum este să suferi. La Școala Vindecării Trupului de Lumină, fiecare student pornește într-o călătorie a autovindecării și își transformă rănilor sufletului în surse ale puterii. Studenții învață că acesta este unul dintre cele mai mari daruri pe care le vor face apoi clienților: șansa de a descoperi puterea ascunsă în durere. Studenții învață, de asemenea, că vindecarea este un drum pe care pornește clientul, și nu o procedură pe care o efectuează vindecătorul.

În fine, vreau să subliniez faptul că metodele de vindecare din această carte reprezintă o sinteză și propria mea interpretare a practicilor antice de vindecare. Nu vorbesc în numele profesorilor mei, al in-

cașilor ori al șamanilor amerindieni. Cu toate că am avut privilegiul să fac pregătire cu cei mai buni vindecători incași, nu pretind că reprezint vreuna dintre tradițiile lor. Practicile de vindecare descrise în cartea de față sunt cele învățate în timpul pregătirii ca șaman și îmi asum întreaga responsabilitate pentru frumusețea și neajunsurile lor.

# Cartea întâi

## ÎNVĂȚĂTURILE ȘAMANILOR

Șamanii amerindieni au practicat medicina energetică vreme de mai bine de cinci mii de ani. Unii vindecători consideră că descendența lor spirituală își are originile în vremuri încă mai îndepărtate. Ei își amintesc povești pe care bunicile lor le-au învățat de la bunicile lor și în care se vorbește despre perioada în care Pământul era tânăr. Chiar dacă primii locuitorii ai Americii aveau cunoștințe avansate despre astronomie, matematică și arhitectură, scrisul nu s-a dezvoltat niciodată în această regiune ca în altele. Oamenii învățați au trecut cu vederea tradițiile spirituale ale amerindienilor, în favoarea iudaismului, creștinismului și budismului, care au lăsat în urmă diferite înscrisuri. De exemplu, dacă teologii vestici studiază budismul de mai bine de două secole, de abia în ultimii patruzeci de ani s-au aplecat cu interes asupra studiului spiritualității amerindienilor. Studiul șamanismului a fost lăsat pe seama antropologilor care, cu vreo câteva excepții notabile, precum Margaret Mead, n-au fost îndeajuns de pregătiți pentru a studia aceste aspecte.

Distrușgerea civilizației indienilor nord-americani de către coloniștii europeni i-a forțat pe amerindieni să se stabilească în rezervații unde se îmbolnăveau pe capete și în care învățații păzeau cu grijă tradiția spirituală. Este de la sine înțeles că înțelepții nu au dorit să-și împărtășească tradițiile celor care îi cotropiseră. Nici indienii din Peru nu au avut o soartă mai bună. Conchistadorii spanioli au venit în Peru în căutarea aurului și, prin urmare, nu au intervenit foarte mult asupra tradițiilor spirituale incașe. Totuși, ceea ce conchistadorii au trecut cu vederea, au reușit să distrușgă misionarii.

Căutătorii de aur care au ajuns pe teritoriul Americii de Sud au adus cu ei o serie de credințe de neînțeles pentru indieni. Prima credință era că toată hrana din lume aparține prin drept Divin oamenilor - mai concret, europenilor - care erau stăpâni peste animalele și plantele Pământului. Cea de-a doua se referea la faptul că oamenii nu pot vorbi cu râurile, cu animalele, cu munții sau cu Dumnezeu. Iar ce-a de-a treia era că oamenii trebuie să aștepte până la sfârșitul veacurilor pentru a experimenta nemărginirea.

Nimic nu li se părea mai absurd amerindienilor. Dacă europenii credeau că au fost alungați din Grădina mitică a Edenului, amerindienii se considerau administratorii și îngrijitorii Grădinii. Ei încă vorbeau cu râurile învolburate și cu munții și încă auzeau vocea lui Dumnezeu în șoapta vântului. Cronicarii spanioli din Peru povestesc că, atunci când conchistadorul Pizarro l-a întâlnit pe conducătorul incaș Atahualpa, i-a înmănat Biblia și i-a explicat că aceasta era cuvântul lui Dumnezeu. Incașul a dus volumul la ureche, a ascultat cu grijă câteva momente și apoi a aruncat cartea sfântă, exclamând: „Ce fel de Dumnezeu este acesta care nu vorbește?”

Pe lângă tăcerea Dumnezeului European, pe amerindieni i-a uimit și genul acestuia. Conchistadorii au adus cu ei o mitologie patriarhală, care a intimidat tradițiile feminine amerindiene. Înainte de sosirea spaniolilor, Mama Pământ și formele sale feminine - peșterile, lagunele și celelalte deschideri ale Terrei - reprezentau principii Divine. Europenii au impus principiul Divin masculin - falusul, sau copacul vieții. Bisericele au început să se ridice până la cer. Pământul feminin nu a mai fost divinizat ori respectat. Copacii, animalele și pădurile au rămas la bunul plac al jefuitorilor.

Astăzi, încă trăim prinși în chingile acestei viziuni despre lume. Considerăm că ceea ce nu respiră, nu se mișcă și nu crește, nu este ceva viu. Percepem energia prin prisma surselor de combustibil pe care le folosim, precum lemnul, petrolul ori cărbunele. În vremurile îndepărtate, energia era considerată materia vie a Universului. Energia era creația manifestată. Poate că cea mai importantă exprimare contemporană a acestei credințe a fost formulată de Albert Einstein, atunci când a descris relația dintre energie și materie în ecuația sa,  $E = MC^2$ . În Vest, ne identificăm cu latura materială, care este finită prin natura sa. Șamanii se identifică însă cu latura energetică, infinită prin natura sa.

Mai există o diferență fundamentală între vechii amerindieni și americanii de astăzi. În zilele noastre, ne bazăm pe percepție. Suntem o societate condusă prin reguli, care se bazează pe documente precum

Constituția, cele Zece Porunci sau legi impuse de politicienii aleși să ne pună ordine în viață. Ne schimbăm percepțiile (regulile sau legile) atunci când vrem să schimbăm lumea.

Grecii antici, pe de altă parte, erau oameni ai conceptelor. Nu erau interesați de reguli, ci mai degrabă de idei. Considerau că o singură idee poate schimba lumea și că nu există nimic mai puternic decât o idee emisă la timpul potrivit. Șamanii sunt oameni ai percepțiilor. Atunci când vor să schimbe lumea, ei produc niște schimbări percep-tuale, care le schimbă relația cu viața. Ei prevăd posibilul, iar lumea exterioară se schimbă. Iată de ce un grup de înțelepți incași va medita, gândindu-se ce fel de lume vor să lase drept moștenire nepoților.

Un motiv pentru care practica vindecării energetice a fost păzită cu atâta strășnicie a fost frecvența confuzie cu un set de tehnici, la fel cum medicina vestică este uneori percepută ca un set de proceduri, în mod greșit considerăm că putem stăpâni vindecarea energetică dacă învățăm niște reguli. Pentru șaman, nu este vorba despre reguli sau idei. Este vorba despre viziune și Spirit. Și, dacă practicile de vindecare variază adesea de la un sat la altul, Spiritul nu se schimbă niciodată. Adevărata vindecare nu este decât o trezire, a viziunii despre natura noastră perfectă și experiența nemărginirii.

## Capitolul I

### Vindecarea și nemărginirea

*Mergeam pe jos de zile întregi, l-am spus lui Antonio că nu mă deranja să luăm autobuzul sau chiar un taxi. Dar el nici nu voia să audă. Nu m-a lăsat să închiriez niște cai. „Poporul meu a mers întotdeauna pe jos”, a spus el. Îi place să scoată în evidență/aptul că mă întrece la mers, chiar dacă are aproape șaptezeci de ani.*

*Mi-am scos pantofii, când am ajuns la Sillustani și mi-am înmuiat picioarele în lacul rece ca gheața. Este un loc bizar, un cimitir întins pe mai bine de treizeci de kilometri, precum Valea Regilor din Egipt. Doar șamanii, regii și reginele sunt îngropați aici, în turnuri gigantice din piatră, la marginea Lacului Titicaca. Cei mai buni pietrari provin din aceste locuri. Cum s-a dezvoltat această tehnologie aici, lângă lacul din vârful lumii?*

*Antonio mi-a explicat că turnurile funerare sau chulpa nu doar comemorează șamanii morți, ci sunt și casele lor temporare atunci când se întorc să ne viziteze lumea. Sunt spirite eliberate, puternice, care se pot materializa oricând doresc. Acest lucru nu mi-a dat mai multă liniște. Venisem aici să petrecem noaptea, pentru o ceremonie în onoarea acestor șamani străvechi.*

*„Ei au pășit dincolo de timp”, a spus el. Mi-a explicat că, în cazul în care credința mea se bazează pe ideea că timpul curge într-o singură direcție, atunci voi fi distrus de orice experiență a viitorului meu.*

*„Este nevoie de multă măiestrie pentru a te bucura de viitor, fără să le permiți cunoștințelor despre acesta să-ți afecteze acțiunile sau prezentul”. Am îmbrățișat o carieră în psihologie și, mai târziu, în antropologia medicală, pentru că mintea umană mă fascinează. În anii '80, mi-am petrecut sute de ore în laboratoarele de anatomie. Doream să știu cum poate mintea să influențeze corpul, creând atât sănătate, cât și boală. În acel moment mă interesa foarte puțin spiritualitatea, fie ea tradițională, ori New Age. Eram convins că știința este singura metodă demnă de încredere pentru dobândirea cunoștințelor. Într-o zi, la Universitatea din California, secționam o probă de țesut cerebral, pregă-tindu-mă să examinez lamele la microscop. Creierul este cel mai uluitor organ al corpului. Crevele sale îl fac să semene cu o nucă de un kilogram și jumătate. Aceste văi și circumvoluțiuni au reprezentat singura cale prin care natura a putut potrivi stratul extins al neocortexu-lui (cuvântul înseamnă „creier nou”) în capetele noastre, fără a mări dimensiunea craniului. Evoluția umană a întâlnit deja un obstacol anatomic insurmontabil, în încercarea de a avea un creier mai inteligent: faptul că centura pelviană nu poate tolera ieșirea prin canalul de naștere a unui cap de dimensiuni mai mari.*

La microscop se pot observa milioanele de sinapse care fac legătura între celulele neuronale, într-o rețea extraordinară de fibre vii. Aceste rețele neuronale transmit cantități uriașe de informații motrice și senzitive. Totuși fascinația pentru creier le aparține în întregime vesticilor. Egiptenii nu aveau nevoie de așa ceva. După moarte, creierul era lichefiat și scos din cutia craniană, chiar dacă restul organelor erau mumificate. Întrebarea cu care ne-am confruntat în acea zi, în laborator, a fost dacă mintea omului este

concentrată în corpul omenesc, respectiv în creier. Știam că, în cazul în care creierul ar fi ușor de înțeles, atunci *noi* am fi atât de simpli încât nu l-am putea înțelege. Cu toate acestea, indiferent cât de meticolos examinăm secțiunile neuronale, mintea continuă să fie o enigmă pentru noi. Cu cât învăț mai multe despre creier, cu atât sunt mai confuz în ceea ce privește mintea.

Am considerat că rasa umană a reușit să supraviețuiască vreme de milioane de ani înainte de apariția medicinei moderne, deoarece trupul și mintea au cunoscut calea prin care își pot păstra sănătatea. Am supraviețuit unor răni care s-au infectat, dar și fracturilor de oase, dobândite în urma căzăturilor. Până acum 50 de ani, a merge la doctor era mai periculos pentru sănătate, decât a rămâne acasă și a te vindeca în mod natural. La începutul secolului al XX-lea, medicina a excelat doar în aria diagnosticelor. Încă lipseau tehnicile de vindecare, medicamentele eficiente și intervențiile chirurgicale, care s-au dezvoltat de abia în timpul celui de-al Doilea Război Mondial. Penicilina, de exemplu, primul antibiotic, a fost administrat de abia din anii '40. Dată fiind starea medicinei de dinainte de 1900, ne întrebăm cum au reușit strămoșii noștri să supraviețuiască atâtea mii de ani. Oare societățile indigene știau ceva despre minte și trup, ceva ce noi am uitat și încercăm să redescoperim acum în laborator?

Conceptul bolii la nivel psihosomatic este acum bine stabilit, dar la început a fost asociat cu ipohondria - „totul se întâmplă în mintea ta”. Efectele reale ale minții asupra trupului au fost confirmate de cercetările ulterioare. Într-un fel, cu toții am devenit experți în dezvoltarea unor boli psihosomatice, încă de la începutul vieții. La vârsta de șase ani, puteam crea simptomele răcelii în câteva minute, dacă nu voiam să merg la școală. Bolile psihosomatice se împotrivesc oricărui instinct de supraviețuire, care a fost programat în corp de cele trei sute de milioane de ani de evoluție. Cât de puternică trebuie să fie mintea ca să învingă aceste mecanisme ale supraviețuirii și autoconservării! Imaginați-vă că ați putea stăpâni aceste resurse, astfel încât să vă creați sănătatea psihosomatică!

În ultimele câteva decenii, domeniul psihoneuroimunologiei (PNI), care studiază felul în care stările, gândurile și emoțiile noastre ne influențează sănătatea, a progresat. Cercetătorii PNI au descoperit că mintea nu este localizată în creier, ci în întregul corp. Dr. Candance Pert și-a dat seama că neuropeptidele - moleculele ce trec permanent prin sângele nostru, umplând spațiile dintre celule - răspund aproape instantaneu la fiecare stare și dispoziție, transformând întregul corp într-o „minte” vibrantă, pulsatorie. Corpul nostru experimentează fiecare emoție pe care o trăim. Discrepanța dintre minte și corp a fost rezolvată odată cu descoperirea unei singure molecule.

Am aflat, de asemenea, cum funcționează bolile psihosomatice. Știm că, atunci când suntem deprimați, fiecare moleculă a corpului nostru simte acea stare, la fel și sistemul nostru de apărare. Riscul de a ne îmbolnăvi crește. Știm că răsul, chiar dacă nu este cel mai bun medicament, oricum, se află în vârful listei. Cercetătorii PNI au descoperit ceea ce șamanii știu de multă vreme, anume că mintea și corpul sunt unul și același lucru. Dar cercetătorii noștri au pierdut din vedere elementul crucial al tuturor vindecărilor șamanice: Spiritul.

## **CĂUTAREA SPIRITULUI**

Pe când aveam douăzeci și cinci de ani, eram cel mai tânăr profesor de la Universitatea de Stat din San Francisco. Îmi conduceam propriul laborator, Laboratorul de Biologie Autoreglatoare, investigând felul în care medicina energetică și vizualizarea pot schimba chimia creierului. Am reușit să creștem cu 50% producția de endorfine, substanțele pe care le produce creierul pentru a reduce durerea și a crea stări extatice, folosind tehnicile vindecării energetice. Împreună cu studenții mei, am făcut descoperiri fascinante. Cu toate acestea, am devenit tot mai nemulțumit. Puteam influența substanțele produse de creier, dar nu aveam nici cea mai mică idee cum să ajutăm o persoană grav bolnavă să-și recapete sănătatea. Eram ca niște copii care au descoperit că, dacă amestecă apă și pământ, obțin noroi. Voiam mai mult decât atât. Voiam să descopăr cum se pot construi case din chirpici sau măcar să fac niște vase din lut.

Într-o zi, în laboratorul de biologie, mi-am dat seama că investigațiile mele trebuiau să-și lărgescă aria de acoperire, în loc să o restrângă. Microscopul nu era instrumentul potrivit pentru a găsi răspuns la întrebările mele. Trebuia să găsesc un sistem mai vast decât rețelele neurale ale creierului. Mulți alții studiau deja echipamentul. Voiam să învăț să programez sistemul. Dacă existau experți care știau cum să

folosească extraordinarele abilități ale minții umane pentru a vindeca trupul, voiam să îi gădesc. Trebuia să aflu ce știu ei. Poveștile antropologilor sugerau că există oameni care susțin că știu asemenea lucruri, inclusiv aborigenii din Australia și incașii din Peru.

Câteva săptămâni mai târziu, mi-am dat demisia de la universitate. Colegii mei au considerat că sunt nebun, că arunc la gunoi o carieră academică promițătoare. Mi-am dat laboratorul pe o pereche de bocanci și un bilet spre Amazon. Am pornit să învăț de *LA cercetătorii* a căror viziune nu fusese obținută cu ajutorul microscopului, de la oameni ale căror cunoștințe depășeau domeniul măsurabil, lumea materială despre care învășasem că este singura realitate. Voiam să întâlnesc oamenii care simțeau spațiile dintre lucruri și percepeau firele luminoase care animau tot ceea ce înseamnă viață. Voiam să învăț împreună cu cercetătorii care cunoșteau latura energetică a ecuației lui Einstein,  $E = MC^2$ .

În cele din urmă, cercetările mele m-au purtat din pădurile Amazonului în munții Anzi, în Peru, unde l-am cunoscut pe Don Antonio, pe atunci în vârstă de aproape șaptezeci de ani. După standardele vesticilor, era un om sărac. Nu avea televizor și nici electricitate. Dar susținea că a experimentat nemărginirea.

„Suntem ființe luminoase pe drumul spre stele”, mi-a spus Don Antonio, odată. „Dar trebuie să experimentezi nemărginirea, pentru a înțelege acest lucru.” Îmi aduc aminte că am zâmbit atunci când vraciul mi-a spus pentru prima oară că suntem niște călători printre stele, care au existat de la începutul timpurilor.

Folclor ciudat, am gândit eu, meditații ale unui bătrân care ezită în fața siguranței propriei morți. Credeam că ideile lui Don Antonio erau asemănătoare structurilor arhetipale ale psihicului descris de Carl Jung. Însă Antonio interpreta miturile ad litteram, nu în mod simbolic, așa cum făceam eu. Dar nu l-am provocat atunci. Mă gândeam cum ar fi să încerc să-i explic bunicii mele, catolică împătimită, că Fecioara Maria nu a fost tocmai virgină atunci când a născut și că aceasta era doar o metaforă a nașterii întru Lumină a lui Hristos, Fiul lui Dumnezeu, în adevăratul sens al cuvântului. N-ar fi acceptat niciodată așa ceva. Pentru ea, nașterea neprihănită era un lucru dovedit de istorie. Consideram că același lucru era valabil și în cazul reflecțiilor lui Don Antonio despre nemărginire. În cazul amândurora, o frumoasă metaforă se transformase în dogmă.

Specialistul în mitologie Joseph Campbell obișnuia să spună că realitatea este creată din acele mituri a căror semnificație nu o înțelegem. Iată de ce este atât de ușor să studiezi, ca antropolog, o altă cultură - totul este transparent pentru cel venit din afară, asemenea noilor haine ale împăratului.

Câteodată, încercam să-i arăt lui Antonio că împăratul *era* dezbrăcat, că tinde să confunde mitologia cu faptele. Asta, până când am stat lângă el, atunci când a ajutat o misionară să moară.



*Așezat pe o latură a dealului, satul fusese ridicat în jurul și printre niște ruine incase. Secțiunile zidurilor de granit ale orașului fuseseră tăiate și îmbinate cu atâta măiestrie, încât doar fricțiunea le menținuse la locul lor atâtea secole.*

*Lângă marginea platoului, incașii construiseră un cătun, un avanpost al satului. În curte se hrăneau puii, porcii și o lama. O femeie indiană măcina mălaiul într-un mo/ar. Un bărbat bătrân ne-a condus la una dintre colibe. Umbrele creșteau și ne-a trebuit un moment pentru ca ochii noștri să se acomodeze cu întunericul din cameră. O femeie, având capul acoperit cu un șal negru, stătea în picioare, ținea a lumânare în mână și murmură ceva la capul patului, o saltea de paie, susținută de două cutii din lemn, era așezată în centrul camerei.*

*Pe saltea se afla întinsă o femeie, cu a pătură indiană trasă până la bărbie. Era imposibil să îți dai seama ce vârstă avea, atât era de slăbită. Pielea feței era galbenă de icter și foarte trasă. Avea părul scurt, gri-zonat. Ochii îndreptați înspre tavan priveau în gol. Nu se mișca, nu dădea niciun semn că este conștientă, că și-a dat seama de prezența noastră.*

*Antonio s-a întors și a privit spre mine, mi-a întins lumânarea, iar eu m-am apropiat și am luat-o. Și-a trecut mâna peste fața femeii, iar ochii acesteia au rămas fixați în tavan. Avea la gât un rozariu, de capătul căruia atârna un crucifix, așezat pe piept.*

*„O misionară”, a șoptit el. A fost adusă aici, în urmă cu două zile, de indienii de jos.’*

*A arătat înspre satul de pe deal și dincolo de acesta, înspre junglă.*

*„I-a cedat ficatul”, am spus. „Cred că e în comă.’*

*L-am întrebat ce putem face.*

*,Nimic Va muri în această noapte. Putem doar s-o ajutăm să-și elibereze spinul.'*

*Douăzeci sau treizeci de lumânări transformaseră coliba din chirpici într-un fel de capelă M-am așezat pe un sac de pănuși de porumb, lângă ușă, și l-am privit pe tovarășul meu, așezat de cealaltă parte a camerei Camera se încălzise de IP numeroasele lumânări, fiind izolată de răceala serii prin pereții groși, din chirpici.*

*El s-a apropiat de capul patului și, cu blândețe, i-a ridicat capul și a scos rozariul din jurul gâtului ei. A pus mătăniile în palma mâinii ei stângi și i-a închis degetele în jurul acestora. Antonio mi-a făcut semn să sting lumânările. Am mers lângă policioara prinsă de-a lungul pereților camerei, în timp ce bătrânul Indian murmură un cântec. Am privit peste umăr și am văzut că avea ochii închiși. Își pusese mâna pe fruntea femeii, iar buzele i se mișcau aproape imperceptibil. Trei lumânări erau încă aprinse, iar fumul acestora plutea în aer.*

*Don Antonia și-a pus mâinile la câțiva centimetri deasupra inimii ei. Cu primele două degete întinse, a început să facă o mișcare circulară, în sensul invers acelor de ceasornic și și-a retras apoi mâna, încă descriind mișcarea circulară, ridicând-o în aer. Chakra inimii. A făcut asta de trei ori, apoi a început să acționeze asupra chakrei a treia, începând din-tr-un punct aflat la câțiva centimetri de deasupra plexului solar, un cerc perfect, cu un diametru de 8 centimetri, încet, apoi mai repede, cu aceeași mișcare în cerc. Și-a concentrat apoi atenția asupra golului de la baza gâtului, asupra frunții și apoi în vârful capului. ,Uite', a spus el.*

*Mi-am luat ochii de la fata lui și am privit corpul femeii, mișcarea aproape insesizabilă a pieptului ei. Atunci Antonio m-a pocnit în cap.*

*S-a întâmplat cu rapiditatea fulgerului. Cotul lui mi-a lovit fruntea cu putere. Am amețit pentru o clipă. Mâna mea s-a dus instinctiv la locul cu pricina.*

*,Uite', a spus el din nou.*

*A fost o chestiune de o secundă, nimic mai mult. Ceva a strălucit la suprafața carpului ei, ceva lăptos și translucid, la câțiva centimetri de conturul carpului. Apoi a dispărut. El m-a luat de braț cu fermitate și m-a dus la capul patului.*

*,Uită-te acum. Dar nu-ți fixa privirea.'*

*Și am văzut. Dacă nu priveam fix, puteam vedea o lumină subtilă, la câțiva centimetri de pielea ei, ca și cum un mular strălucitor i-ar fi ieșit din trup. A trebuit să mă concentrez, ca să nu privesc fix. Am simțit un fior involuntar pe șira spinării.*

*,Este real ceea ce văd?', am șoptit.*

*,0, da, prietene', a răspuns bătrânul indian.' O imagine pe care noi am uitat-o, care a fost ștearsă de timp și rațiune.'*

*,Ce este?'*

*,Este ea. Este esența ei, trupul ei luminos. Ea i-ar spune suflet. Vrea să plece*

*Antonia a mai lucrat încă o oră. A repetat procedura la care asistasem mai devreme, cu aceeași intensitate răbdătoare, fără să ezite vreun pic, dedicat cu totul. Apoi sa aplecat asupra capului ei, cu buzele aproape de urechea ei și i-a șoptit ceva. Brusc, pieptul ei a tresăltat și femeia a găfăit, când aerul i-a intrat în plămâni. A rămas acolo.*

*,Expiră!'*

*A urmat un horcăit lung, ca un oftat. A fost ultima ei suflare. Deodată, cu coada ochiului, am văzut cum conturul acela de lumină lăptoasă s-a ridicat și s-a transformat în ceva amorf, fără formă, ceva translucid și lăptos, ca un opal, ce plutea deasupra pieptului ei. Am văzut forma aceea plutindu-i deasupra gâtului, apoi deasupra capului, după care a dispărut. Un sentiment uriaș de pace a cuprins încăperea.*

*,Ce-a fost asta?', am șoptit.*

*,A fost ceea ce încașii numesc wiracocha.' A închis pleoapele femeii, cu vârful degetelor.*

*,Mă bucur că ai văzut totul.'*

*din Villoldo și Jendresen,*

*Dansul celor patru vânturi*

Astăzi, după mai bine de douăzeci de ani, am ajuns să-l înțeleg pe bătrânul indian, după cum am ajuns să înțeleg și ce voia să spună prin experiența nemărginirii. Am aflat că experiența nemărginirii ne poate vindeca și ne poate transforma. Ne poate elibera de lanțurile temporale care ne țin blocați în boală și bătrânețe. În decursul celor două decenii petrecute împreună cu șamanii, în junglă și în înalții munți ai Anzilor, am descoperit că sunt mai mult decât un trup din carne, că sunt, făcut din Spirit și Lumină. Această înțelegere a avut ecou în fiecare celulă a trupului meu. Sunt convins că a schimbat felul în care mă vindec, îmbătrânesc și voi muri. Experiența nemărginirii se află în centrul Procesului de Iluminare, practica esențială de vindecare din această carte.



## VINDECARE VERSUS ÎNSĂNĂTOȘIRE

În timpul studiilor mele alături de șamani, am descoperit că există o diferență între însănătoșire și vindecare. Însănătoșirea ține de remedii și implică rezolvarea problemelor externe, ca atunci când vulcanizezi un cauciuc, tratezi o mușcătură de șarpe sau folosești chi-mioterapie pentru a controla o tumoră. Ea nu te ajută să eviți cuiele de pe șosea, șerpii din pădure și nici boala care a cauzat tumoră. Vindecarea este mult mai extinsă - este globală și completă. Vindecarea transformă viața omului și, adesea - chiar dacă nu întotdeauna - produce o tămăduire fizică. Am văzut multe cazuri de însănătoșire medicală, în care vindecarea nu a survenit. De asemenea, am văzut cazuri în care s-a produs vindecarea, dar pacientul a murit. Vindecarea rezultă din experimentarea nemărginirii. Vindecându-ne, măsurăm succesul printr-o stare sporită de bine, printr-un nou sentiment de pace, putere și comuniune cu tot ceea ce înseamnă viață.

La câteva săptămâni după evenimentul cu misionara, pe când mergeam prin munții de lângă Machu Picchu, m-am ales cu o pneumonie. Antibioticele nu m-au ajutat să controlez infecția, iar accesele de tuse nu mai încetau. De câte ori tușeam, mușchii abdominali mi se cutremurau de spasme. Am ajuns la Don Antonio, cu dureri groaznice. Bătrânul indian mi-a cerut să mă lungesc pe o blană pe care o ținea la capul patului. El s-a așezat pe o pernă la căpătâiul meu și a început ritualul de vindecare. A adresat chemări spre cele patru puncte cardinale, apoi a invocat Cerul și Pământul. După aceasta, și-a ridicat brațele, ca și cum ar fi împărțit aerul de deasupra capului, apoi le-a coborât încet pe lângă trup, de parcă ar fi extins marginile unui cerc invizibil. A repetat mișcarea - de această dată, extinzând marginile cercului invizibil, astfel încât să mă acopere ca o pătură. Am avut imediat sentimentul de siguranță și confort. Agitația din mintea mea a încetat și am căzut într-o stare de amorțală și liniște, pe care n-am mai simțit-o decât prin meditație. Puteam auzi vocea lui Antonio, de undeva de departe. Mă instruia să respir în același ritm cu el și mi-am simțit respirația accelerându-se. I-am simțit degetele rotindu-se în direcția opusă acelor de ceasornic, la baza gâtului meu, scoțând o substanță lipicioasă, precum vata de zahăr. Am observat aceste lucruri cu detașare, de parcă i s-ar fi întâmplat altcuiva, sau le-aș fi văzut într-un vis, fără ca ceva să mă scoată din starea aceea de calm. Apoi, mâna mea stângă a început să tresare involuntar. „Este energia toxică, ce îți părăsește organismul”, a spus Don Antonio. „Nu te teme. Lasă lucrurile să curgă de la sine.” Convulsia s-a răspândit apoi spre umărul stâng și piciorul drept. Mișcarea era complet involuntară, asemenea smuciturilor bruște pe care le experimentăm câteodată, înainte să adormim - doar că, în cazul despre care vă povestesc, intensitatea continua să crească. Apoi a încetat, la fel de brusc pe cât începuse și am adormit.

A trecut aproape o oră, până când m-am trezit și m-am uitat la ceas. Antonio stătea lângă mine, ținându-mi capul în palme. M-a întrebat cum mă simt. Mi-am analizat trupul și mi-am dat seama că nu puteam să mă mișc. În mod ciudat, acest lucru nu m-a deranjat. M-am simțit ca și cum aș fi plutit într-o mare caldă și tăcută. Antonio a început să-mi maseze scalpul și, după câteva clipe, am putut să-mi întind mâinile și picioarele, ca apoi să mă ridic. Mă simțeam de parcă aș fi avut un somn strașnic, de noapte, iar durerea din pieptul meu dispăruse. L-am întrebat pe Antonio ce făcuse. „Se numește *Hampe*, sau vindecare energetică”, mi-a explicat el. „Ți-ai petrecut ultima oră în nemărginire”, a adăugat el cu un zâmbet, „dar aceasta este doar o figură de stil, pentru că nu poți petrece o anumită perioadă de timp, acolo unde timpul nu există.”

A mai efectuat o singură ședință de vindecare și am scăpat imediat de tuse. Sistemul meu imunitar și-a revenit și am simțit că încep să mă însănătoșesc. Dar și mai importantă a fost o vindecare mai profundă, care a depășit rezultatele unei simple ședințe de vindecare. După ce s-a încheiat, am avut un sentiment de calm și seninătate, pe care îl pot descrie doar ca pe o stare de grație și iertare, care a rămas cu mine vreme de ani buni. Experimentasem eliberarea din lanțurile care mă ținuseră legat de trecut, de povestea mea dureroasă, de vină, de regret, cât și de speranțele și teama de viitor. Trăisem sentimentul de pace. Fusesem crescut să cred că o asemenea stare de grație se poate obține doar prin intermediul rugăciunii și al iubirii generoase a lui Dumnezeu.

„Eu nu acord grație Divină ori ceva de genul ăsta, nimănui”, mi-a explicat Don Antonio. „N-am făcut decât să-ți ofer un spațiu sacru, în care tu ai trăit experiența infinitului. Tu însuși ai făcut totul.” Mă anunța astfel că el crease spațiul sacru în care avusese loc vindecarea. Energia din acel spațiu și asistența ființelor luminoase din lumea Spiritului mi-au dat puterea de a mă vindeca singur.

Calea șamanului - am descoperit eu - este o cale a puterii, a angajării directe cu forțele Spiritului. Nu mai experimentasem niciodată calea puterii. În copilăria mea de creștin, învățasem să mă rog și să recit rugăciuni absolut în fiecare seară. Mai târziu, am studiat meditația. Atât rugăciunea, cât și meditația au rămas practici importante în viața mea. Dar calea puterii este diferită. Ea necesită experiența directă cu Spiritul, pe domeniul

acestui, în nemărginire. Atunci când comunicăm cu puternicele energii ale Dimensiunii Luminii, au loc vindecări extraordinare. În cursul acestui proces, renunți la propria identitate și la eu-l tău limitat, experimentând o unime nelimitată cu Creatorul și Creația.

Practicile de vindecare pe care le-am învățat și le-am șlefuit împreună cu mentorul meu indian sunt tehnici antice, menite să creeze spații sacre, în care miracolele pot avea loc. Acestea îți permit omului să pășească în nemărginire și să experimenteze Iluminarea în afara timpului. Procesul de Iluminare este practica șamanică de vindecare ce stă la baza acestei cărți,

Atunci când pătrundem în infinit, în nemărginire, trecutul și viitorul nu mai există, iar ceea ce rămâne este doar *aici* și *acum*. Nu mai suntem legați de poveștile dureroase din trecutul nostru, iar viitorul nu se mai clădește în funcție de trecut. Nu se poate spune că trecutul este cu desăvârșire șters. Pierderile, durerea și tristețea pe care le-am trăit rămân doar ca o amintire, care nu ne mai definește ființa, cine suntem. Ne dăm seama că noi nu suntem poveștile noastre. Iar experiența nemărginirii spulberă iluzia morții, a bolii și a bătrâneții. Acesta nu este un proces strict psihologic ori spiritual; fiecare celulă din corpul nostru este informată și reînnoită. Sistemul nostru imunitar este descătușat, iar vindecarea fizică și emoțională au loc într-un ritm accelerat. Miracolele devin ceva obișnuit, iar remisiile spontane - acele metode misterioase și uluitoare de vindecare, ce produc confuzii în medicină - devin experiențe la ordinea zilei și are loc o eliberare spirituală, sau Iluminarea. Puși în față cu nemărginirea, suntem capabili să experimentăm ceea ce am fost înainte să ne năștem și cine vom fi după ce murim.

Șamanul alături de care am studiat nutrea credința că poate da de urma esenței sale de lumină - ceea ce noi numim suflet - prin intermediul timpului, în același fel în care poate urmări o căprioară prin pădure. El susținea că a urmărit firele luminoase ale ființei sale, până la Big Bang, la începutul timpurilor, dar și în viitor, aflând ce avea să devină - și încă mai departe, până la momentul în care universul nostru se va întoarce din nou la acea singularitate din care a fost creat.

Experiența nemărginirii nu trebuie confundată cu eternitatea. Eternitatea semnifică un număr nesfârșit de zile. Eternitatea este legată de timp, de îmbătrânire și de moarte. Nemărginirea este anterioară timpului însuși, existând de dinainte de nașterea acestuia. Și, de vreme ce nu s-a născut niciodată, nemărginirea nu poate muri.

Sinele nostru infinit este anterior vieții și morții și nu intră niciodată în curentul timpului însuși. Nu s-a născut odată cu trupul nostru și nici nu va muri, atunci când trupul nostru se va dezintegra, în nemărginire, ieși din cursul timpului linear și treci în sacru. Pentru că nu te mai identifici, în exclusivitate, nici cu timpul și nici cu o formă fizică ce îmbătrânește și piere, moartea nu te mai amenință.

Această stare de eliberare stă la baza multora dintre tradițiile mistice ale lumii. Șamanii au descoperit metodele practice pentru a atinge acest scop. Mentorul meu a înțeles că esența sa de lumină este etern. Noi vrem și chiar înclinăm să credem acest lucru, dar, cu toate acestea, puțini dintre noi au certitudinea faptului în sine. A citi despre asta într-o carte, nu este relevant. Antonio mi-a explicat odată că, pentru șaman, există o diferență între a obține informații și a deține cunoașterea adevărată. Informația este când înțelegi că apa este compusă din doi atomi de hidrogen și un atom de oxigen, H<sub>2</sub>O.

Cunoașterea este înțelegerea în profunzime a naturii apei, astfel încât să poți aduce ploaia.

De-a lungul anilor, Don Antonio și cu mine am dezvoltat și am rafinat Procesul de Iluminare, care se bazează pe o practică de vindecare ce a fost aproape distrusă de conchistadori și de Biserică. Procesul de Iluminare ne permite să experimentăm nemărginirea și să ne reînnoim de la sursa care animă și furnizează informație către tot ceea ce înseamnă viață. Desigur, dacă te lovești la picior, nu e nevoie să ai experiența unei epifanii. Pur și simplu, pui un bandaj peste rană. Dar, dacă sistemul tău imun nu răspunde sau dacă o persoană iubită suferă de o boală gravă, poate că este timpul să privești dincolo de ce e concret, dincolo de finit, către o practică de vindecare bazată pe experiența nemărginirii.

## Capitolul 2

### Vindecătorii întru Lumină

*în timpul prânzului, Profesorul Lancho ne-a spus povestea însemnelor uriașe de pe platoul din deșert. Ca arheolog șef al regiunii Nazca, este cel mai puternic om din zonă. El aprobă fiecare săpătură arheologică și are în subordine un echipaj de poliție, care are grijă ca șantierele arheologice să nu fie prădate. îl cunosc de ani buni. Atunci când arestează hoți, le confiscă și prada, care ajunge într-un muzeu regional.*

*Jefuitorii de morminte ajung la închisoare. Unele dintre piesele pe care le scoția iveală din pământ au o vechime de mii de ani. Atunci când dă peste artefacte care crede că îmi vor plăcea, le păstrează pentru mine. Așa merg lucrurile în America Latină. El nu reprezintă legea. El este legea. Și suntem prieteni. Astăzi, mi-a dat un cadou, într-o cutie de pantofi. „Nici măcar muzeele nu au așa ceva”, mi-a spus el. Când am deschis cutia, am găsit brațul unei mumii. Încheietura mâinii era tatuată cu însemnele unei înalte preotese șamane. Lancho îmi mai dăduse artefacte interesante și în trecut, dar acesta le-a întrecut pe toate. Antonio a fost nemulțumit de profanarea mormântului șamanic. În această seară, vom organiza o ceremonie lângă desenul uriaș al unei păsări colibri. Voi aduce brațul cu mine și îl voi îngropa, întorcându-l în pământ, acolo unde trebuie să se afle, de fapt.*

*Am încheiat ceremonia, la miezul nopții. Merseserăm pe jos până la însemnele gigantice de pe platou, pentru a primi energia păsării colibri, care întruchipează calitățile pe care trebuie să le aibă șamanii, în călătoria lor epică. Am pus brațul mumificat în capătul altarului, pe o pânză țesută simplu, unde se aflau și pietrele medicinale ale lui Antonio. Când am privit mâna pe întuneric, degetele acesteia au părut să se miște, chemându-ne. Antonio și-a închis ochii și a început să cânte, scuturându-și zornăitoarea. S-a întors spre mine. Ochii săi căprui, prietenoși, erau transfigurați și mi s-apărut că privesc în ochii unui uliu. „Ea suferă”, a spus el, cu o voce fermă. „Se chinuie pentru oamenii ei, care au fost masacrați de spanioli în acest loc, cu mulți ani în urmă. Trebuie să o ajutăm.” A pornit din nou ceremonia și a început să fluiere și să cânte, pentru a chema spiritele acestora.*

*Lui Antonio nu-i venea să-și creadă ochilor. Un șir de entități a apărut în fața noastră - vreo douăzeci de spirite aliniat în deșert, în fața altarului. Antonio i-a îndrumat, spunându-i fiecăruia că este timpul să se odihnească, să se întoarcă în casa din Lumea Spiritului. A chemat un neam de vraci, bărbați și femei - spirite de Lumină - care să îi asiste și, unul câte unul, oamenii au fost eliberați din durerea lor. „Ea nu-și poate găsi pacea, până când nu știe că oamenii ei au fost jeliți și vindecați”, a spus el. Am putut simți durerea fiecărui spirit care s-a apropiat: un copil care și-a pierdut părinții, o tânără femeie care și-a pierdut iubitul, un bărbat care și-a pierdut căminul.*

*Lucrurile au decurs astfel, întreaga noapte. În zori, după ce ultimul spirit a fost vindecat, Antonio mi-a spus să îngrop brațul. „Acum ea își poate găsi pacea”, a spus el. „Lată de ce arheologul ți-a dat ție această mână. Ea a aranjat totul, din lumea de dincolo. Știa că vom veni aici și îi vom ajuta pe oameni să se vindece”.*

*Ciudate sunt căile spiritului...*

Am fost primul antropolog nord-american care a stabilit un contact îndelungat cu poporul Q'ero, ultimii incași, care trăiesc pe vărfurile izolate ale Anzilor. Aceștia încă vorbesc limba pură Q'echua și, în ultimele cinci sute de ani, au avut puține contacte cu Biserica ori cu Statul. Practicile lor șamanice au rămas intacte încă din vremea cuceririi, nediluate de predicile misionarilor. Băștinașii Q'ero sunt păstrătorii legendari ai profețiilor incașe. Vracii lor, printre care și mentorul meu, Don Antonio, cred că tradiția lor spirituală își are originea cu o sută de mii de ani în urmă. Ei își amintesc istorisirii, transmise de la bu-nică la fiică, despre vremurile de dinaintea apariției oamenilor. Înțelepciunea spirituală a străbunilor includeau lecții despre viață, călătoria de dincolo de moarte, în nemărginire, precum și tehnicile pentru vindecare, prin intermediul Câmpului Energetic de Lumină.

Distrugerea lumii indienilor de către primii coloniști a reprezentat ștergerea tradițiilor spirituale ale grupurilor de băștinași. Practicile de vindecare ce au supraviețuit genocidului asupra indienilor au fost păzite cu strictețe. Este de înțeles că șamanii amerindieni au devenit reținuți în a le împărtăși albilor cunoașterea lor. Conchistadorii spanioli și misionarii care i-au acompaniat au distrus școlile de vindecare din Cusco. Templele au fost demolate și în locurile respective au fost construite biserici, folosindu-se pietrele provenite de la temple. Tradițiile incașe de vindecare nu au mai fost menținute de către un ordin de preoți șamani, care au fost persecutați asiduu de Inchiziție. Practicile incașe spirituale și de vindecare au fost transmise pe cale orală. Atunci când Biserica Catolică a interzis ritualurile și ceremoniile păgâne, tehnicile spirituale au devenit asemenea unei tapiserii bătute de vânturile timpului. Tot ce a rămas după cinci sute de ani au fost fragmente păzite cu strășnicie de șamanii vindecători rămași.

Ne gândim la Inchiziție, ca la ceva de domeniul trecutului. Considerăm că această organizație brutală a dispărut odată cu Iluminismul - iar acest lucru este, în mare parte, adevărat. Inchiziția și-a închis

„birourile" cu multă vreme în urmă, cu excepția unei singure țări, Peru, tărâmul incașilor. Până în ziua de astăzi, ultimul sediu rămas încă mai operează sub direcția Dominicanilor, ordinul catolic ce a condamnat-o la moarte pe Ioana d'Arc. Este cunoscut sub numele de Oficiul pentru Stărpirea Idolatriei. El rezistă în Anzi, deoarece acesta este singurul tărâm al continentelor Americane, în care practicile șamanice încă mai există la scară largă. Astăzi, Peru este o țară catolică, având douăzeci și patru de milioane de locuitori. Peste douăzeci de milioane dintre ei sunt Indio, care au fost convertiți la catolicism și care, totuși, continuă să caute vindecarea la șamani și îl venerază pe Inti, zeul Soarelui - la fel cum o făceau în urmă cu cinci sute de ani.

Faptul că Inchiziția și-a păstrat un sediu activ în Peru a fost destul ca să-mi stârnească atenția asupra descendenților celor care au construit Machu Picchu, Ideea că acești vraci încă mai discută cu râurile și copacii și poartă conversații cu Dumnezeu, i-a făcut și mai atrăgători. Posibilitatea ca șamanii să dețină cheile practicilor antice pentru vindecarea minții și a trupului i-a făcut de-a dreptul irezistibili. Astfel a început o călătorie nesfârșită, care m-a purtat prin grădinile primitive ale junglei Amazonului, până pe cele mai înalte culmi ale An-zilor. Acolo am descoperit o practică spirituală străveche, potrivit căreia fiecare dintre noi este capabil să experimenteze nemărginirea - iar această experiență ne întregește; Pământul nu ne aparține, ci noi aparținem Pământului; încă putem vorbi cu Dumnezeu și putem auzi vocea Sa, în întreaga Creație.

Călăuzit de Don Antonio, m-am întors la rădăcinile civilizației incașe, pentru a strânge vestigiile medicinei energetice, vechi de cinci mii de ani, care vindecă prin intermediul Spiritului și al Luminii. Răspândiți printre rămășițele imperiului, se mai aflau niște înțelepți care cunoșteau vechile căi. Don Antonio și cu mine am călătorit prin nenumărate sate și cătune, întâlnindu-ne cu zeci de vraci, bărbați și femei. Am studiat esența ritualurilor lor, Din lipsa informațiilor scrise, fiecare sat a adăugat propria savoare și propriul stil practicilor care supraviețuiseră. Am călătorit în Amazon și, vreme de mai bine de zece ani, m-am pregătit alături de vracii din junglă. Am călătorit pe coasta peruană, de la Nazca - situl arheologic unde se află giganticele simboluri, reprezentând animale și forme geometrice - până în legendarele lagunele Shimbe din nord, căminul unora dintre cei mai renumiți vrăjitori ai țării. Lângă Lacul Titicaca - Marea din Vârful Lumii - am adunat poveștile și practicile de vindecare ale oamenilor din care, spune legenda, s-au născut incașii. Atunci când mentorul meu a devenit prea bătrân pentru a mai călători, am continuat cercetările de unul singur, Antonio și cu mine am refăcut multiplele ițe ale tradițiilor incașe de vindecare. El le-a comparat cu reșeserea unei tapiserii vechi, uzate de timp și de cuceririle europenilor. Aceasta era tapiseria pe care conchistadorii își imaginaseră că o distruseseră și o răspândiseră în cele patru colțuri ale destrămatului imperiu incaș. După mai bine de douăzeci și cinci de ani de cercetare, nu a mai trebuit decât să înno-dăm aceste fire la ghergheful cunoașterii șamanilor de astăzi și să re-

șesem părțile care fuseseră tocite de timp. Ceea ce a rezultat a fost un set de tehnici sacre, care transformă corpul, vindecă sufletul și pot schimba felul în care trăim și murim. Ei spun că suntem înconjurați de un Câmp Energetic de Lumină, a cărui sursă este localizată în nemărginire - o matrice care menține sănătatea și vitalitatea corpului fizic. Printre înțelepții alături de care am lucrat au fost Dona Laura, o femeie vraci din vârful munților și Don Manuel Quispe, cel mai vârstnic vraci Q'ero. Fiecare dintre acești înțelepți reprezenta una dintre rădăcinile incașilor, ai căror strămoși au venit de pe coastă, din junglă și de pe creasta munților. De atunci încoace, mulți dintre acești maeștri au decedat, dar Don Manuel, la vârsta de nouăzeci de ani, a rămas profesorul meu și astăzi. Ca antropolog, cred că este important ca sursele să fie verificabile și clare. Aceasta a fost obiecția mea, în cazul autorilor ale căror lucrări nu sunt credibile, de vreme ce nimeni nu se așteaptă ca ei să fi ajuns la sursă. În următoarele pagini, vreau să vi-i prezint pe vracii care mi-au ghidat pregătirea. Fiecare dintre acești oameni este un șaman împlinit prin forțele proprii. Munca lor a devenit legendară. Ei au fost profesorii mei.

### ***DON ANTONIO MORALES***

Antonio a făcut parte din corpul profesoral al Universității din Cusco. Căutam un translator care să mă ajute în cercetările mele, cineva care să vorbească fluent Q'echua, limba incașilor și care să înțeleagă și să-mi traducă nuanțele subtile folosite de șamani. Profesorul Mo-rales s-a potrivit perfect nevoilor mele. Acest bărbat slab, firav, purta costume la mâna a doua, fabricate în anii '40 și avea o husă din plastic pentru stilou, în buzunarul de la piept al cămășii. Nu vorbea doar fluent în Q'echua, ci era capabil să descifreze poezia și filozofia băștinașilor. Numai că antipatiza profund antropologii, pe care îi considera conchistadori moderni, veniți să jefuiască darurile poporului său. La început nu am avut habar de ce a acceptat să lucreze cu mine. A refuzat să primească vreun ban pentru serviciile de traducere, acceptând

doar cazare și masă, atunci când călătoream. După mai mulți ani, am înțeles. Eu urma să fiu translatorul său. M-a considerat un pod, prin intermediul căruia putea aduce învățăturile șamanilor în lumea vestică. De abia când s-a întâmplat incidentul cu misionara, am descoperit că Don Antonio ducea o viață dublă: profesor universitar pentru *civiliyados*, șaman-vindecător pentru indieni. Mănuia o zornăitoare și o pană, cu aceeași dexteritate cu care folosea stiloul. Profesor respectat, șaman temut - și, în același timp, iubit - a fost vindecătorul pe care l-am căutat, iar el a fost cel care m-a găsit. Antonio a rămas orfan la o vârstă foarte fragedă și a fost crescut de călugărițe. În copilărie, făcea curat în bisericile din Cusco, pe timpul zilei, iar nopțile și le petrecea învățând să citească și să scrie. În timpul iernii, perioadă secetoasă în Anzi, el pleca în satul Paucartambo, unde își continua studiile asupra metodelor de vindecare.

Există numeroase căi prin care un șaman este chemat pe drumul său. Cea mai directă, dar și cumplită, o reprezintă moartea. Antonio a fost lovit de fulger, la vârsta de doisprezece ani. Și-a pierdut o parte din pavilionul urechii stângi și a rămas cu o cicatrice care îi traversează pieptul, întinzându-se la de umărul stâng, până la coapsa dreaptă. Vreme de aproape doi ani nu a vorbit, iar călugărițele au fost convinse că a rămas debil mintal. Cu toate acestea, până la vârsta de cincisprezece ani a citit toți clasicii vestici și a devenit un bun vorbitor de latină și spaniolă. Fulgerul a schimbat felul în care se efectuau conexiunile în creier și a trezit capacitățile latente, care i-au permis să se alăture amerindienilor și indienilor cu studii universitare. Sunt convins că fulgerul i-a acordat creierul, l-a făcut să semene cu un automobil performant, care funcționează doar pe bază de carburant cu cifră octanică mare. Aceasta înseamnă că nu putea tolera alcool și se cher-chelea după doar o jumătate de bere. Limba i se dezlega și începea să îmi povestească despre tinerețea lui. În asemenea momente, îmi răspundea la toate întrebările. Singura problemă era că, după ce își termina berea se oprea cu totul din vorbit și adormea.

Antonio este cea mai neobișnuită persoană pe care am cunoscut-o vreodată. Nu îl văzusem vreme de mai mulți ani, când m-am întors în Cusco împreună cu un grup de studenți de-ai mei. Auzise că mă aflu în oraș și pornise din satul său, la ora trei dimineața, pentru a veni să mă vadă. Chiar și la vârsta de șaptezeci de ani, refuza să ia autobuzul și avea puterea și agilitatea unei pisici. A ajuns la hanul rustic în care locuiam, puțin după ora șase dimineața. A intrat în cameră fără să bata, încercând să mă surprindă. Am privit dinspre cabina de duș și l-am văzut sărind prin aer, ca o pisică, și aterizând peste colegul meu de cameră, Hans, prieten și maestru în artele marțiale, care încă dormea. Am închis ochii, gândindu-mă cu groază ce se va întâmpla cu bătrânul meu maestru. Când i-am deschis, i-am văzut pe amândoi stând pe pat, dând mâna și râzând ca niște vechi prieteni.

Antonio avea nivelul al șaptelea, *kurak akuyek*, cel mai înalt grad pe care îl poate obține un șaman.\*

Mă luase drept discipol și, cu toate acestea, mă considera egalul său, în ceea ce privește cunoașterea ce aparține lumii occidentale. Era convins că șamanismul nu mai aparține strict indienilor și că vestul avea nevoie de aceste învățături sacre, pentru a născoci o nouă filozofie și ecologie pentru secolul al XXI-lea. Spera că eu voi dovedi că are dreptate.

"Primul nivel al șamanismului andin este *ayni karpay*, în care discipolul stabilește o relație potrivită cu natura și nu este considerat încă șaman. Cel de-al doilea nivel este *pampamesayok*. *Pampa* se referă la zona de câmpie. *Mesa* este altarul șamanilor, iar *yok* înseamnă putere. La acest nivel, discipolul devine un purtător al *mesa*. Și-a adunat deja obiectele care îi servesc în procesul de vindecare, iar datoria sa este să servească Pământul. Cel de-al treilea nivel este *altomesayok*, sau marele purtător al *mesa*. Responsabilitatea *altomesayok* este față de *apus*, munții sacri, și față de învățăturile despre vindecare. Există trei grade în cadrul acestui nivel și, pe măsură ce puterea și înțelepciunea cresc, cel de acest nivel intră sub protecția munților mai înalți. Cel de-al patrulea nivel este *kurak akuyek*. Cuvântul *kurak* înseamnă „mai înțelept”, iar *akuyek* înseamnă „a mesteca” sau „a mastică”. Asemenea unei mame care mestecă mâncarea, înainte de a o da bebelușului său, la acest nivel, șamanul „mestecă” cunoștințele, astfel încât ceilalți să le poată „digeră”. Poate dura o viață întreagă să ajungi la acest nivel, unde trebuie să îți îndeplinești datoria față de stele. Puțini șamani ajung aici. Nivelele de deasupra acestuia sunt cunoscute drept *Inka Mailku* sau bătrânul zilelor; *Sapha Inka*, sau cel a cărui strălucire se revarsă în afară; și *Taitanchis Ranti*, adică cel care strălucește, având Lumina lui Dumnezeu în el. Fiecare dintre aceste nivele este mai rafinat decât cele de dedesubt și este recunoscut după puterile pe care șamanul le dobândește. N. A.

### **DON MANUEL QUISPE**

Don Manuel Quispe are nouăzeci de ani și este cel mai bătrân vraci incaș. Am citit pentru prima oară despre Don Manuel, într-un număr special al *National Geographic* despre Peru, din 1962, în care era descris, la vârsta de cincizeci și doi de ani, drept cel mai vârstnic dintre șamanii Q'ero și singurul care își amintea cum se număra cu

*quipu*, inelul cu sfori colorate înnodate, cu ajutorul căruia se calcula în imperiul incaș. Până să-l cunosc eu, în 1989, nu putea folosi *quipu*, decât pentru a spune povești. Uitase sistemul de calcul matematic al incașilor, în mintea lui nu mai rămăseseră decât legende.

Don Manuel s-a născut în comunitatea Q'ero, ca fiu al unui fermier. La vârsta de cincisprezece ani, s-a îmbolnăvit foarte rău. Tatăl său l-a dus la vracii din satul său și niciunul nu a reușit să-l vindece -nici măcar doctorii de la dispensarul din Cusco. Pe când își aducea fiul slăbit, înapoi în Q'ero, s-a oprit la sanctuarul Huanca, un loc sfânt, în care puterile naturii se unesc. Sanctuarul de la Huanca era idolatrizat în asemenea măsură de către incași, încât preoții catolici au construit o biserică deasupra lui, pentru a-i converti pe indieni. A avut loc un miracol, iar Don Manuel a început să mănânce și să-și recapete puterile. Huanca este localizat la jumătatea versantului sudic al Muntelui Pachatusan, al cărui nume înseamnă „axa lumii”. Spiritele muntelui l-au instruit pe Manuel să călătorească până la un alt *apu*, sau munte sacru, numit Ururu, chiar dincolo de vale. Tânărul Manuel și-a petrecut primele luni într-o peșteră, asemenea unui pustnic, bând apa care se filtra prin pereți și făcând plimbări lungi în munți, de unul singur. Aici a început pentru prima oară să-i vorbească lui *apu*. Muntele însuși a devenit învățătorul său. Fusese foarte aproape de moarte, experimentase continuitatea vieții de dincolo și venise înapoi. La întoarcerea în Q'ero, și-a finalizat ucenicia, învățând ritualurile trecerii, sub îndrumarea unuia dintre șamanii legendari ai neamului.

Când l-am cunoscut, își pierduse deja toți dinții din față. Îl cunoștea pe mentorul meu, Antonio, și a acceptat să mă învețe. Tot ce voia de la mine era un rând nou de dinți. Încercarea a fost mai complicată decât îmi imaginasem. Dentistul a fost nevoit să-i extragă dinții rămași, unul câte unul, iar durerea persista vreme de câteva zile după intervenție. De două ori a fost pe punctul de a muri din pricina anestezicului. Manuel m-a considerat responsabil pentru fiecare extracție dureroasă. În cele din urmă, și-a obținut noua dantură, s-a privit în oglindă și a zâmbit. În săptămâna care a urmat, a început să mă învețe tot ce știa. Am mers împreună pe Muntele Ausangate și acolo mi-a dat *hatun karpay*, sau marea transmisie. Apoi mi-a spus să sar în Otoron-go Warmi Cocha, laguna jaguarului femelă. L-am privit neîncrezător.

„Ce să fac?”

„Să sari în lagună”, mi-a răspuns el. Asta este pentru toată durerea pe care am îndurat-o, când mi s-au extras dinții.

Ne aflam la o altitudine de patru mii trei sute de metri, era în miezul iernii și ninge. Termometrul din rucsacul meu arăta minus zece grade. Apa lagunei provenea dintr-un ghețar albastru, aflat în mijlocul iazului. Având în vedere temperatura și altitudinea, eram convins că aveam să fac infarct.

„Nu-i vina mea că dentistul nu ți-a dat destul anestezic, am spus, încercând să-l conving să găsească alt test pentru mine.

„Eu aproape am murit la poalele muntelui, înainte ca *apu* să-mi dea viața înapoi”, a spus el, un zâmbet subțire dezvelindu-i strălucitorii dinți noi. „Eu îți dau *karpay*. Să vedem dacă *apu* îți dă viața.”

După aceea, Don Manuel mi-a explicat inițierea șamanului andin. Există șapte nivele sau ritualuri majore ale inițierii. Vindecătorul are nevoie doar de primele două nivele. Maestrul șaman are nevoie de patru. Foarte puțini oameni reușeau să depășească toate nivelele. Don Manuel, Dona Laura și Don Antonio erau singurii dintre șamanii rămași, care atinseseră toate cele șapte nivele ale inițierii.

Atunci când se află la primul nivel, vraciul primește cele șapte arhetipuri sau principii după care este organizat universul, care întruchipează spiritul șarpelui, al jaguarului, al păsării colibri și al condorului, în cele patru chakre inferioare. În chakrele superioare, discipolul primește trei ființe luminoase, principiile organizatoare ale lumilor de jos, din mijloc și de sus. Ei obțin, de asemenea, „benzile puterii”, o protecție pentru vindecător, astfel încât să nu ia nici un fel de energie toxică de la clienții săi. Urmează un ritual, *hawak*, ce deschide ochii spre felul șamanic de a vedea. Am transformat acest ritual într-o tehnică pentru a trezi cea de-a Doua Atenție (a se vedea Capitolul 5), care îi permite individului să perceapă latura luminoasă a vieții.

Cel de-al doilea nivel andin este *pampamesayok*. În timpul acestui ritual, șamanul primește un neam de vraci, bărbați și femei, dedicați servirii Pământului și tuturor creaturilor sale simțitoare. După acest ritual al trecerii, vindecătorul nu lucrează niciodată singur. Este sprijinit de o comunitate a spiritelor de lumină, care îl asistă în vindecare. Aceste spirite de lumină transcend cultura și timpul. Ritualul te conectează la descendența vindecătorilor întru Lumină, care te recunosc și răspund chemării tale.

„Nu a fost, de fapt, nevoie să sari în lagună”, mi-a spus Don Manuel, în timp ce eu stăteam tremurând, încercând să-mi pun hainele. „Testam doar cât ești de hotărât.” În noaptea aceea, în timp ce Don Emanuel dormea, am intrat în cortul său și i-am ascuns placa dentară. A avut nevoie de două zile ca să o găsească.

Vreme de aproape șapte ani, până când a devenit prea bătrân pentru a călători, Don Manuel și cu mine au predat căile *kurak aku-yek*, studenților mei din America de Nord. Punctul culminant al călătoriilor noastre a fost atunci când am efectuat o ceremonie pentru vindecarea Pământului, la altarul principal al Catedralei Sf. Ioan Divinul, din New York, cea mai mare catedrală gotică din lume. Sute de oameni au participat. Don Manuel a zâmbii tot timpul. Nu și-a imaginat niciodată că va oficia o ceremonie la un altar creștin.

### **DONA LAURA**

Dona Laura a fost partenera lui Antonio într-ale medicinei. Au învățat în munți, de la aceiași profesori. El s-a mutat în oraș. Ea a înaintat mai mult în munți și a locuit deasupra zăpezilor de lângă Muntele Ausangate, muntele incaș sfânt. Era o cotoroanță aprigă, unul dintre cei mai înspăimântători oameni pe care i-am cunoscut vreodată. Putea privi de-a dreptul prin tine, iar, la lumina lumânării, trăsăturile ei păreau să se schimbe, nasul îi devenea coroiat ca un cioc, iar ochii păreau de vultur. Nu a fost de acord ca Antonio să mă învețe și l-a muștrat, spunându-i că acestea sunt căile de cunoaștere ale indienilor. De abia după ce mi-am încheiat ritualurile trecerii, după ce am devenit eu însumi un *kurak akuyek*, a încetat să mă mai numească „băiete” și am devenit prieteni.

Nu i-am luat niciodată disprețul ca pe o chestiune personală. Era feroasă cu proprii studenți, îi bătea cu bățul, atunci când comiteau greșeli prostești. A obține un zâmbet de la ea, oricât de efemer ar fi el, însemna mai mult decât orice laudă primită de la ceilalți profesori. Era șefa societăților de medicină, având același statut și același rang cu Don Antonio. Și își putea schimba forma. Dacă majoritatea șamanilor puteau călători sub forma spiritului unui vultur sau al unui jaguar, în vis, Laura putea să facă acest lucru în stare de trezie, ziua, în amiaza mare. Își putea uni spiritul cu al unui condor și putea determina pasărea să zboare acolo unde voia ea, să coboare în prăpăstii sau să se ridice la mulți kilometri deasupra Pământului, contemplând peisajul. Odată, la poalele Muntelui Ausangate, a fost provocată de unul dintre studenții ei, un indian scund și îndesat, pe nume Mariano, care avea mult umor și căruia îi plăcea să strângă plante medicinale, numai că orice altceva îi ieșea pe dos. „De unde știi că ești în trupul condorului și că nu îți imaginezi doar?”, a întrebat el. Eu mă aflam la vreo trei metri distanță, în tabăra noastră, împreună cu Don Antonio. Am simțit brusc încărcătura electrică din aer și am văzut un zâmbet pe buzele lui

Apoi mi-a explicat că trebuia să ating cu buzele gheața de pe fundul iazului. Chiar dacă ghețarul albastru se afla la doar doi metri sub apă, mă îndoiam că îmi voi putea ține respirația îndeajuns ca să ajung la fund. „Nu sta în apă mult timp”, a spus el.

*Sunt prea bătrân pentru așa ceva*, am gândit eu. Dar ceva din interiorul meu preluase controlul și m-am trezit dezbrăcându-mă: geacă de munte, pantaloni de lână, lenjerie de corp groasă. Frigul îmi pătrundea până în oase. M-am urcat pe un bolovan deasupra apei înghețate, strângându-mi brațele la piept. Pielea mi se făcuse ca de găină. Nu mă ajuta deloc să mă gândesc la ce urma. Am sărit în iaz și am simțit că mi se taie respirația din cauza apei înghețate. Am reușit să înot până în centru, dar nu mi-am putut ține respirația destul de mult timp, încât să mă deplasez pe sub apă. Apoi m-am scufundat, ca într-un vis, și am sărutat ghețarul.

Antonio. Noi știam că nu este cazul să o provocăm pe bătrână. Am așteptat cu toții răspunsul ei.

„Există vreo diferență între realitate și imaginație?”, a răspuns ea, pe un ton blând. Ne-am uitat dezamăgiți unii la alții.

Se apropia amurgul și vreo șase dintre noi plecasem să culegem vreascuri și *masto*, balebă uscată de lamă, care e folosită drept combustibil aici, în munți. O jumătate de oră mai târziu, ne întorseserăm cu toții în tabără, mai puțin Mariano. Majoritatea studenților Laurei erau femei. Acestea le dăduseră celor doi ucenici bărbați nume femeiești, pe care le foloseau atunci când ei nu se aflau prin preajmă. „Unde este Maria?”, au întrebat ele, în joacă. „Poate că s-a rătăcit”.

Îmi dădeam seama că Antonio era îngrijorat. Era iarnă și ne aflam pe cel de-al doilea munte ca înălțime din America de Sud. Într-o jumătate de oră, temperatura avea să scadă sub zero grade. Ne-a îndemnat, pe mine și pe un alt bărbat, să plecăm în căutarea lui. Pe când porneam, l-am observat pe Mariano venind, clătănându-se, înspre tabără. Avea fața plină de sânge și de abia mai putea sta în picioare. Am adus o trusă de prim ajutor, pe care o țineam la fundul rucsacului, pentru situații ca aceasta. Mentorului meu nu îi plăcea să folosească medicamente occidentale, dar plantele nu creșteau la altitudinea aceea. Ne aflam atât de sus, încât nu se zărea nici un fel de vegetație. Eram înconjurați de un peisaj sterp și înghețat, punctat ici-colo de stânci. L-am adus pe Mariano în cortul nostru și am

văzut că partea din spate a jachetei sale fusese tăiată. Căptușeala albă se înroșise de la sânge. Avea trei răni adânci pe spinare, provocate parcă de ghearele unui animal. L-am întrebat pe Mariano ce s-a întâmplat, dar el nu a făcut decât să scuture din cap, spunându-ne că alunecase și își tăiasse fața în gheață. Mai târziu, în noaptea aceea, l-am auzit cerându-i iertare Donei Laura. Se părea că un condor uriaș coborâse din cer și încercase să-l ducă de parte. Se știe că aceste păsări sunt în stare să răpească oi mature, zburând sute de metri cu ele în gheare, apoi lăsându-le să cadă pe stânci.

De-a lungul anilor, Dona Laura și cu mine am devenit prieteni, într-o zi, mi-a spus că secretul schimbării formei este să îți dai seama că nu ești cu nimic diferit față de tot ceea ce există în universul vindecătorilor întru Lumină - nici mai bun, nici mai rău. Atunci când înțelegeți

până în adâncul celulelor tale că ești exact la fel ca restul, că nu ești mai important decât o insectă și nici mai puțin important decât Soarele, te poți transforma în orice dorești, poți lua forma unui condor sau a unui copac. Poți chiar să devii invizibil pentru ceilalți. Mi-a explicat că șamanul trebuie să stăpânească arta de a deveni invizibil, pentru a nu atrage atenția asupra sa. Antonio stăpânea această artă. Era invizibil pentru Biserica Catolică. Nimeni nu știa cine este, așa că era liber să schimbe lumea. „Poți obține orice dorești”, mi-a spus ea odată, „atâta vreme cât ești dispus să-l lași pe ceilalți să-și asume meritele pentru asta.”

### ***DON EDUARDO***

Eduardo Calderon era pescar. Locuia în regiunea coastei de nord, lângă lagunele Shimbe, și avea darul de a vedea esența de lumină a vieții. Eduardo se trăgea din indienii Moche, marea civilizație, atât de prosperă în urmă cu un mileniu. Și-a dezvoltat capacitățile, prin mulți ani de practică. Putea să te privească și să descrie întreaga poveste a vieții tale - atât cea de la suprafață, pe care o afișai, cât și cea intimă, plină de secrete, așa cum avem cu toții. Reputația de clarvăzător și vindecător a lui Don Eduardo s-a răspândit în întregul Peru. Chiar și membrii Senatului veneau să-l vadă.

În mai multe ocazii, Antonio menționase că trebuia să călătoresc pentru a lucra împreună cu Don Eduardo. Șamanii de pe coastă erau renumiți pentru capacitatea lor de a vedea lumea Spiritului. Aceasta era o artă care, în Anzi, se pierduse. Majoritatea se bazau, cu destul de puțină îndemânare, pe citirea frunzelor de coca. Eu nu am răspuns cu foarte mult entuziasm la sugestia lui Antonio. Eram foarte ocupat, întrucât mă pregăteam cu el și deja petreceam mult timp în Amazon, învățând Ritualurile Morții și călătoria dincolo de moarte. Apoi, Antonio a dispărut.

Mă întorsesem în Peru, pentru a petrece trei luni de călătorii prin munți, alături de el. Își luase un concediu plătit de la universitate și nimeni nu știa unde plecase, ori când avea să se întoarcă. Era sezonul ploilor în Amazon, ceea ce făcea imposibilă o călătorie acolo. Mi-am împachetat bagajele în silă și am mers să-l vizitez pe Don Eduardo, cu care mai lucrasem cu ceva ani înainte. În ziua în care am ajuns, el avea în program oficierea unei ceremonii de vindecare. Erau în jur de douăzeci și cinci-treizeci de oameni, bolnavii și familiile acestora, adunați într-un cerc, noaptea, pe plajă. Eduardo avea doi asistenți care îi stăteau alături, de o parte și de cealaltă. După aproximativ o oră, am simțit nevoia să fac puțină mișcare, așa că am mers pe plajă. Când m-am întors la cerc, am observat că unul dintre asistenții lui Don Eduardo dispăruse. Bărbatul se îmbolnăvisese și stătea întins, înfășurat într-o pătură. Eduardo mi-a făcut semn să vin lângă el, ca să-l înlocuiesc pe asistent.

De îndată ce m-am așezat lângă Don Eduardo, am simțit că am intrat într-o altă lume, mai lucidă și mai clară. Era ca și cum cineva ar fi aprins lumina și acum puteam vedea. Formele luminoase pe care le văzusem în Anzi, împreună cu Don Antonio, păleau în comparație cu această experiență. Când m-am îndepărtat câțiva pași, lumea s-a umplut din nou de negrul nopții. Câmpul Energetic de Lumină al lui Don Eduardo mă făcea să văd limpede. Apoi s-a întors spre mine și mi-a spus că am un dar, însă că trebuie să mă antrenez, pentru a vedea cu precizie și claritate.

În noaptea aceea, am văzut pentru prima dată o entitate intrusă. Acest spirit se cuibărise în Câmpul Energetic de Lumină al unei femei. Entitatea parazită îi sugera forța vieții. Femeia venise la Eduardo, plângându-se că era deprimată, disperată. Vindecătorul s-a ridicat, a luat o sabie și un cristal de pe altarul său și a început să extragă entitatea nedorită, care provocase îmbolnăvirea femeii.

„Va trebui să vindecăm entitatea”, a spus el, întorcându-se spre mine. „Este fratele ei, care a fost ucis într-un accident de mașină, în urmă cu mai multe luni. Nu știe că e mort și a venit la sora lui, ca să caute ajutor.” Apoi, a oficiat o ceremonie de vindecare pentru fratele decedat, ca să-l ajute să se trezească din coșmar și să-și încheie călătoria către lumea Spiritului.

„Un preot ar fi făcut un exorcism și i-ar fi aruncat sufletul înapoi în întuneric”, a spus Don Eduardo.

În noaptea aceea am deschis ochii către o lume pe care, anterior, refuzasem să o accept. Crezusem, cu naivitate, că doar îngerii și ființele de Lumină populează lumea Spiritului. Ultimul lucru pe care voiam să-l descopăr era că stările fizice și emoționale pot fi provocate de entități spirituale invazive. Nu voiam să am de-a face cu „elementele inferioare” ale lumii Spiritului, dar voiam să învăț să văd, iar Don Eduardo era maestru în această privință. Ceea ce am văzut m-a învățat că o persoană nu devine neapărat sfântă, doar pentru că a murit.



Există la fel de mulți oameni tulburați în lumea cealaltă, ca și în lumea fizică. Eduardo m-a învățat ritualurile trecerii, care trezesc abilitatea individului de a vedea în lumea invizibilă. Aceasta a fost piesa din puz-zle-ul pe care Antonio și cu mine o căutasem atâta - *kawak* sau ritualurile „clarvăzătorului”.

### Capitolul 3

#### Câmpul Energetic de Lumină

*Am descoperit că poziunea San Pedro nu reușește decât să-mi facă rău. Lichidul acesta dezgustător îmi amintește de mucus și mă înec, atunci când încerc să-l înghit. Trebuie să fie o chestiune de obișnuință... Am studiat conținutul și nu există suficient ingredient activ în poziune, pentru ca eu și oricare alt participant la ceremonie să avem viziuni. Sunt convins că starea nouă în care mă aflu este creată de cântecele lui Don Eduardo. Și apoi mai este energia care - susține el - intră în spațiul ceremonial, atunci când cheamă spiritul șarpelui, al jaguarului, al păsării colibri și al condorului. Nu sunt convins că nu e vorba doar despre o formă subtilă de hipnoză, că nu ne vrăjește pe toți, iar clienții lui se fac bine pentru că își doresc acest lucru și primesc permisiunea șamanului. Sugestie posthipnotică. Am văzut odată un bărbat care s-a dezbrăcat până la chiloți în fața publicului, în urma unei sugestii posthipnotice.*

*Ceea ce nu pot explica este faptul că văd energie. Se întâmplă doar atunci când stau lângă Don Eduardo. Dacă mă îndepărtez câțiva pași de el, nu mai simt nimic. Este ca și cum ar fi înconjurat de un spațiu electric, în care aerul realmente zbârâie. Atunci când mă aflu în acest spațiu, văd tot ceea ce vede și el.*

*Noaptea trecută, trata o tânără femeie. Aceasta stătea în fața noastră, ținându-și copilul, iar Eduardo a început să cânte. Brusc, am văzut cinci sau șase tentacule, la fel cu cele ale unei caracatițe, ieșind din burta femeii. Unul dintre aceste brațe s-a întins și s-a conectat cu burta unei forme lăptoase pe care am văzut-o alături de*

*ea Eduardo a descris această entitate drept fostul ei soț, care încerca să preia custodia fiicei femeii.*

*„Acest bărbat îți face rău” a spus Eduardo. „S-a unit cu tine, prin intermediul uterului tău.”*

*Cu toate că era un bărbat vânjos, șamanul a sărit din spatele pietrelor sale medicinale, a luat una dintre săbiile din altar și a aterizat lângă femeie. Când a atins cu vârful săbiei abdomenul femeii, întregul ei câmp de Lumină s-a aprins. A fost cea mai ciudată viziune, asemenea unei lămpi cu lavă care fusese brusc pornită, iar sferile se învârtteau în curenți luminoși și întunecați, curgând la câțiva centimetri de suprafața pielii ei. Apoi, cu o lovitură de sabie, el a tăiat cordonul întunecat, care s-a retras imediat în abdomenul entității. Chiar în măruntaiele sale.*

*Eduardo a început să extragă celelalte tentacule întunecate din burta femeii, absorbind cu zgomot firele toxice cu gura sa. A făcut acest lucru timp de aproape un minut, apoi s-a oprit în afara cercului. Îl auzeam cum se forțează să vomite.*

*Când am privit-o din nou pe femeie, toate fibrele întunecate dispăruseră. Am putut vedea cum cea de-a doua chakră se rotea alene și apoi aprins viteză, rearanjându-se într-o formă conică. Apoi, Don Eduardo s-a întors la altar și s-a prăbușit lângă mine, epuizat.*

*„Ai văzut, compadre?”, m-a întrebat el.*

*Jurnale*

Cu toții posedăm un Câmp Energetic de Lumină care ne înconjoară corpul fizic și ne informează corpul, în același fel în care câmpurile energetice ale unui magnet organizează pilitura de fier, pe o bucată de sticlă. Câmpul Energetic de Lumină a existat de dinainte de începutul timpurilor. A fost una cu Lumina nemanifestată a creației și va dura la infinit. El sălășluiește în afara timpului, dar se manifestă în cadrul timpului, creând noi corpuri fizice, viață după viață.

Imaginați-vă că sunteți învăluitți într-o sferă multicoloră, translucidă, care vibrează în nuanțe de albastru, verde, roșu purpuriu și galben, având raza de aproximativ un metru. Chiar deasupra pielii, șuvoaie de lumină aurie strălucesc și curg de-a lungul meridianelor, prin punctele de acupunctura. Între pielea voastră și membrana Câmpului Energetic de Lumină se învârtesc curenți splendizi, care se unesc într-o vâltoare de Lumină. Acest rezervor de forță vitală este o mare de energie a vieții, indispensabilă pentru sănătatea noastră, asemenea oxigenului și nutrienților purtați de sânge. Sunt energiile Câmpului Energetic de Lumină, cel mai pur și mai prețios combustibil al vieții. Atunci când rezervele vitale ale Câmpului Energetic de Lumină sunt epuizate din cauza virușilor, a factorilor de poluare a mediului sau a stresului, ne îmbolnăvim. Ne putem asigura sănătatea și vitalitatea, după cum putem și spori numărul anilor de viață activă și sănătoasă, prin realimentarea cu acest combustibil esențial.

Misticii indieni și tibetani, care au atestat existența Câmpului Energetic de Lumină în urmă cu mii de ani, l-au descris ca pe o aură sau un halou în jurul corpului fizic. La început, a părut ciudată găsierea aceluiasi concept de câmp energetic uman, atât în junglă, cât și la șamanii din continentele americane. După ce am asimilat universalitatea câmpului energetic uman, am înțeles că fiecare cultură trebuie să îl fi descoperit. În Est, mandalele îl înfățișează pe Buddha învăluit în benzi de foc albastre și aurii. În Vest, Hristos și apostolii sunt pictați cu halouri luminoase care îi înconjoară. În literatura mistică se spune că apostolul Toma emana aceeași strălucire ca și Hristos. Legendele amerindienilor vorbesc despre persoane care strălucesc noaptea, ca și cum ar fi luminate de un foc interior. Povestirile andine vorbesc despre conducătorul Pachacutec, considerat a fi Copilul Soarelui, care strălucea ca lumina răsăritului.

Fiecare creatură de pe Pământ este compusă din Lumină. Plantele absorb lumina direct de la soare și o transformă în viață, iar animalele mănâncă plante verzi, care se hrănesc cu Lumină, astfel că Lumina reprezintă baza vieții. Suntem legați prin Lumină, de materia vie. Fiecare element viu din jurul nostru este constituit din Lumină, aranjată în diferite forme și vibrații. Fizicienii care studiază particulele subatomice știu că, atunci când analizezi materia în amănunt, descoperi că întregul univers este constituit din vibrație și Lumină.

Greșim dacă ne imaginăm că relatările despre Lumina care îi înconjura pe Buddha sau pe Hristos sunt doar mituri și legende. După cum nici nu putem pune această strălucire pe seama vreunei ciudate

bioluminescențe produse de corp, ca un efect de licurici. Buddha ne-a arătat calea spre Iluminare. Ne-a învățat să ne folosim propriu Lumină, pentru a atinge eliberarea din suferință. Se spune că o lumină orbitoare a apărut deasupra lui Hristos, atunci când a fost botezat în apa Iordanului. Atunci când credem că Hristos strălucea datorită Luminii proprii Sale iubiri, dar credem că noi nu suntem în stare de acest lucru, îi negăm învățăturile. El a spus: „Veți face lucruri mai mărețe decât am făcut eu”. În general, considerăm că aceste referințe despre Lumină sunt pure metafore. Căutăm Iluminarea ca pe o formă de înțelegere mai înaltă. Investigațiile mele m-au convins că referințele la Lumină, făcute de cei din antichitate, sunt fapte care pot fi verificate prin intermediul experienței. Apoi, atunci când înțelegem propria natură luminoasă, putem evita capcanele lumii materiale și putem trăi experiența nemărginirii. Însă, mai întâi, avem nevoie să înțelegem anatomia Câmpului Energetic de Lumină.

## ***ANATOMIA SUFLETULUI***

Câmpul Energetic de Lumină este o matrice invizibilă, care îi transmite corpului informații. Pe când mă aflam în gimnaziu, eram uluit de frumoasele forme ovale pe care pilitura de fier le lua pe o bucată de geam, cu ajutorul câmpului invizibil al unui magnet. Am observat că dacă mișcăm magnetul sub sticlă, pilitura de fier îl urma conștiincioasă, asemenea unei caravane de furnici metalice. Mutând pilitura cu degetul, am observat că, atunci când îmi luam mâna, firișoarele de fier se grăbeau să se așeze în pozițiile inițiale. Era ca și cum ar fi avut o minte a lor. Ce anume făcea ca pilitura de fier să se întoarcă la mode lul inițial ? Mulți ani mai târziu, am înțeles că medicina vestică, în efortul ei de a schimba corpul fizic, nu reușea decât să mute pilitura de fier pe suprafața sticlei. Chirurgia și medicația aduceau adesea schimbări violente și traumatizante în corp. Această abordare mi s-a părut șocant de crudă și de invazivă, asemenea piliturii de fier răvășite de mâna mea - în locul mutării ei cu ajutorul magnetului, pe sub geam.

Acest experiment a devenit pentru mine o metaforă a felului în care materia și conștiința sunt legate între ele printr-un câmp energetic invizibil. Am văzut cum, după ce un chirurg exciza o tumoră, cancerul revenea, după câteva luni sau doar câteva săptămâni. Dacă masa fizică, tumoră, este eliminată, Câmpul Energetic de Lumină conține încă planul bolii. Este doar o chestiune de timp până la reparația bolii, care se grăbește să-și restabilească poziția, potrivit modelului existent. Atunci când ne vindecăm prin intermediul Câmpului Energetic de Lumină, schimbăm particulele de fier din corp, prin modificarea câmpurilor energetice care le organizează. Dacă vindecăm Câmpul Energetic de Lumină, corpul fizic se va însănătoși la rândul său.

Câmpul Energetic de Lumină are patru straturi, care pornesc **dinspre corp, în afară**. Acestea sunt:

1. Cauzal (Spiritul)
2. Psihic (sau eteric - Sufletul)
3. Mental-emoțional (mintea)
4. Fizic (trupul)

Fiecare strat păstrează un tip diferit de energie. Cel mai îndepărtat stochează energia care alimentează corpul fizic. Stratul de dedesubt immagazinează energia care susține vitalitatea noastră mentală și emoțională. Sub acest strat se află energii psihice rafinate, iar foarte aproape de piele se află cea mai subtilă energie dintre toate, rezervele noastre de combustibil spiritual. Literatura mistică numește aceste straturi „corpuri subtile”. În realitate, acestea nu sunt

separate unul de altul, în același fel în care culorile curcubeului nu sunt despărțite, ci mai degrabă se dizolvă una într-alta.

Câmpul Energetic de Lumină conține o arhivă completă a tuturor amintirilor noastre personale și ancestrale, a traumelor din timpul vieții prezente și chiar elemente dureroase din vieți anterioare. Aceste înregistrări sunt stocate cu toată culoarea și intensitatea emoției. Înregistrările sunt asemenea programelor de computer latente care, atunci când sunt activate, ne împing înspre comportamente, relații, accidente și boli care imită situația negativă inițială. Trecutul nostru se repetă cu adevărat. Înregistrări ale traumei psihice sunt stocate în stratul extern al Câmpului Energetic de Lumină. Înregistrările emoționale sunt stocate în cel de-al patrulea și cel mai profund strat. Înregistrările din Câmpul Energetic de Lumină ne predispun să urmăm anumite drumuri în viață.

Acestea orchestrează incidentele, experiențele și oamenii pe care îi atragem înspre noi. Ne stimulează să recreăm drame dureroase și întâlniri care ne frâng inima. Și totuși, în cele din urmă, ne ghidează înspre situații în care ne putem vindeca străvechile răni ale sufletului.

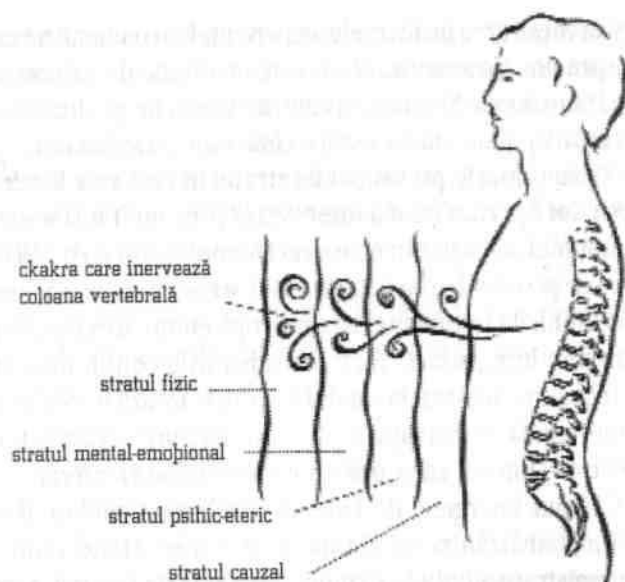
Nu sunt foarte preocupat de stratul în care este localizată înregistrarea, tot așa cum nu mă interesează prea mult nici unde este stocată o anumită scrisoare în memoria computerului meu. Mă interesează editarea și schimbarea conținutului scrisorii. În același fel, în timpul Procesului de Iluminare, mă preocupă eliminarea conținutului negativ al unei înregistrări. Toate înregistrările conțin informații care ajung în chakre. Acestea, la rândul lor, organizează lumea noastră fizică și emoțională. Informația dintr-o înregistrare organizează Câmpul Energetic de Lumină, care, mai apoi, organizează materia.

Câmpul Energetic de Lumină conține un șablon al felului în care trăim, îmbătrânim, ne vindecăm și murim. Atunci când nu există nici o înregistrare a bolii în Câmpul Energetic de Lumină, recuperarea în urma unei boli are loc extrem de rapid. În același fel, înregistrările bolilor pot afecta sistemul imunitar și poate dura foarte mult până când ne recăpătăm sănătatea. Nimeni nu dorește să petreacă luni bune în convalescență, când s-ar putea vindeca în doar câteva zile sau săptămâni. Atunci când ștergem înregistrările negative care au provocat suferința, sistemul imunitar poate învinge rapid boala.

### **STRATURILE CÂMPULUI ENERGETIC DE LUMINĂ**

George, un bărbat athletic, având în jur de douăzeci de ani, suferea din pricina unui rinichi blocat. Odată ce a fost găsit un donator, George a mers la Centrul Medical al Universității California din San Francisco, pentru transplant. Cu o zi înainte de operație i s-au dat medicamente care să-i suprimă sistemul imunitar, astfel încât organismul să nu respingă rinichiul străin. Ca măsură de precauție, înainte de orice transplant, doctorii au examinat organul cu mare atenție, pentru a se asigura că nu există nici o celulă canceroasă prinsă de acesta. Totuși, câteva celule canceroase s-au strecurat în corpul său și, într-o săptămână, acestea s-au dezvoltat până au ajuns la dimensiunea unor grapefruit. George arăta îngrozitor și suferea cumplit.

Doctorii au oprit administrarea de medicamente imunosupri-mante. Leucocitele și-au făcut apariția în zona afectată și, în câteva zile, tumorile au fost eradicate. Problema era că organismul respingea rinichiul. Imunosuprimantele au fost administrate din nou, rinichiul a fost acceptat, dar tumorile au reapărut. Totul a durat câteva săptămâni, timp în care tumorile s-au mărit de șapte ori. După două luni de reluări și întreruperi ale tratamentului, organismul lui George a acceptat, în sfârșit, rinichiul și s-a putut renunța la medicamente, iar cancerul a dispărut. Cred că George s-a recuperat atât de rapid, pentru că nu a avut planul cancerului în Câmpul Energetic de Lumină. Sistemul său imunitar a eliminat rapid tumorile, de îndată ce administrarea imu-nosuprimantelor a fost oprită. Cancerul nu a mai revenit niciodată.



## RĂURILE DE LUMINĂ

Câmpul Energetic de Lumină are forma unei gogoși (cunoscută în geometrie sub denumirea de toroid) cu o axă ori tunel în centru, de dimensiuni mai mici decât ale unei molecule. În limbajul incaș, este cunoscută *ca popo* sau balonul luminos. Persoanele care au trăit experiențe la limita dintre viață și moarte descriu trecerea prin acest tunel, în călătoria lor înapoi înspre Lumină. Câmpul energiei umane este o oglindă a câmpului magnetic al Pământului, care pornește de la Polul Nord, acoperă întreg Pământul și reintră prin Polul Sud. În mod similar, liniile fluxului sau *ceke* ale Câmpului Energetic de Lumină călătoresc pornind din vârful capului și parcurgând întregul nostru corp luminos, formând un oval cu raza de aproximativ un metru. Câmpurile noastre energetice penetrează Pământul la o adâncime de aproximativ treizeci cm și reintră în corp prin picioare.

Cu toate că intensitatea câmpului magnetic al Pământului scade rapid, pe măsură ce ne îndepărtăm de planetă, el nu ajunge niciodată la zero. Înainte de a-și diminua puterea, el se extinde la sute de kilometri în spațiu și călătorește cu viteza luminii, 299.792.458 m/s, până în capătul Universului. Câmpul energiei umane pare să se extindă la doar aproximativ un metru, pentru că, asemenea câmpului magnetic al Pământului, își diminuează foarte rapid puterea. Totuși, și el călătorește cu viteza luminii, conectându-ne la Matricea de Lumină a întregului Univers, cunoscută de incași sub denumirea de *texemuyo* sau rețeaua care pătrunde peste tot.

Suprafața planetei este străbătută de linii energetice, sau *ceke*, asemănătoare meridianelor din acupunctura, care conectează chakre-le majore ale Pământului. Meridianele Pământului traversează globul, transportând energie și informație dintr-o parte a planetei în alta. Șamanii susțin că pot comunica unii cu alții prin intermediul Matricei Luminoase formate de liniile energetice ale Pământului. Vracii este capabil să simtă și uneori să vadă Rețeaua Luminoasă a Universului, care trece dincolo de Pământ, până în galaxii.

Mulți oameni din societatea noastră tehnicizată sunt deconectați de la Matricea Universului. Adesea, descopăr că oamenii care vin să mă vadă și suferă de simptome ale unei oboseli cronice s-au deconectat complet de la natură. Ei nu merg să se plimbe prin pădure, nu cultivă roșii în grădină și nici măcar nu se opresc să miroasă florile. Aceasta nu înseamnă că o plimbare prin pădure i-ar scăpa de sindromul oboselii, care este o boală complexă. Cu toate acestea, oamenii care suferă din această pricină au nevoie vitală de reconectare la Matricea naturii, ca parte a procesului de vindecare.

Tot așa cum liniile energetice străbat suprafața Pământului, meridianele corpului uman parcurg epiderma, conectând între ele punctele de acupunctura (care sunt, în esență, niște chakre foarte mici). Aceste meridian energetice sunt asemănătoare sistemului circulator din organism. Sunt venele și arterele Câmpului Energetic de Lumină. Vracii din America cunosc meridianele sub denumirea de *rios de luz*, adică râuri de lumină care curg în interiorul corpului de lumină. Legendele spun că, în urmă cu cinci mii de ani, primii practicanți ai acupuncturii erau capabili să vadă meridianele ca pe o rețea la suprafața corpului. Chiar și astăzi, cei mai mulți acupuncturiști renumiți din Japonia sunt orbi. Ei pot stabili diagnostice cu mare precizie, pentru că nu îi distrage aspectul fizic. Capabili să urmărească fluxul *chi* cu degetele, ei îi simt ritmul și pulsul, de-a lungul meridianelor energetice. Sesizând unde *chi-ul* este blocat și unde curge cu putere, ei sunt în stare să pună un diagnostic.

Tradițiile mistice abundă în relatări despre indivizi care pot percepe Câmpul Energetic de Lumină. Printre incași, ei sunt cunoscuți drept *kawak*, clarvăzătorii. În câmpiile Nazca, din sudul deșertului peruan, se află un oraș abandonat, numit Kawachi (numele semnifică „locul văzătorilor”), un întreg oraș ce este dedicat pregătirii oamenilor pentru ca aceștia să poată percepe natura luminoasă a vieții. De-a lungul anilor, mi-am dezvoltat capacitatea de a sesiza valurile de Lumină care curg prin corpul luminos și de a citi înregistrările legate de sănătate și boală. Cred că aceasta este o abilitate înnăscută, pe care o avem cu toții, dar pe care fie nu o aprofundăm, fie o pierdem în jurul vârstei de șapte-opt ani, pentru că suntem învățați să credem că lumea materială este singura lume „reală”. Șamanii din cele două Americi se bazează pe puterea lor de a percepe tărâmul energetic.

În urmă cu aproximativ douăzeci de ani, pe când vizitam capitala imperiului incaș, Cusco, am avut ocazia să observ un vindecător pe nume Maximo, în timp ce îndruma o femeie indiană. Bătrâna suferea de astm și era cuprinsă de accese de tuse la cel mai mic efort, cum

ar fi urcatul câteva scări. După ce a primit-o și a făcut prezentările de rigoare, Maximo i-a cerut femeii să se așeze și să-și descheie bluza. A descris cercuri cu mâna pe spattele ei, după care a început să urmărească

o linie invizibilă cu degetul, de o parte a coloanei vertebrale. Se oprea, apăsa degetul adânc în carnea ei și îi spunea să se relaxeze. Vindecătorul a continuat să urmărească liniile energetice de pe spattele femeii, presând în anumite locuri, în timp ce ea tresărea de durere.

Maximo stimulase exact punctele folosite în acupunctura, pentru tratamentul astmului. După terapie, mi-am exprimat uimirea, iar răspunsul vindecătorului m-a uluit și mai mult. A susținut că nu auzise în viața lui despre acupunctura, ori despre asemenea puncte. Mi-a explicat că a învățat tehnicile de la bunica lui, care i-a arătat cum să vadă râurile de lumină sau *ceke*, de-a lungul suprafeței pielii și să maseze punctele în care existau blocaje, astfel încât Lumina să curgă din nou. În timp ce ultimul său pacient pentru ziua aceea pleca, l-am întrebat pe Maximo dacă îmi poate descrie râurile de Lumină, astfel încât să le pot înțelege mai bine. A zâmbit și mi-a cerut să-mi dau pantalonii jos. Cu un ruj roșu, aparținând soției sale, Anita, a început să traseze râurile de Lumină pe corpul meu. Stăteam în picioare, pe masa din sufragerie, iar Maximo mă fotografia, când Anita și cele două fiice au intrat în cameră. Au început să țipe și au luat-o la goană. Aveam să aflu mai târziu că nu erau șocate de imaginea unui bărbat semidezbrăcat, care stătea pe masa din sufragerie, ci de faptul că folosisem unicul ruj al Anitei. La întoarcerea în California, am comparat fotografiile cu imagini ale meridianelor energetice folosite în acupunctura chineză și am constatat că sunt identice. Pentru Maximo și ceilalți șamani din America, râurile de Lumină ale corpului sunt șuvoaie care își extrag substanța din marile râuri luminoase de la suprafața Pământului.

## CHAKRELE

Oamenii sunt adesea surprinși să descopere că chakrele există în tradițiile amerindienilor. „Credeam că chakrele aparțin hindușilor”, mi se spune adesea. Chakrele fac parte din anatomia Câmpului Energetic de Lumină. Doar pentru că rinichii au fost numiți astfel de către europeni, nu înseamnă că rinichii sunt exclusiv europeni. În mod similar, chakrele nu sunt exclusiv hinduse.

Fiecare ființă vie are chakre. Greierii au, căprioarele au, la fel și veverițele și oamenii. Până și copacii au chakre. Chakrele animalelor sunt dispuse de-a lungul coloanei, la fel ca în cazul oamenilor. Pe de altă parte, chakrele unui copac sunt mobile, pentru că acestuia îi lipsește coloana vertebrală. Poți scana suprafața unui copac, folosindu-ți mâinile. Atunci când ai o senzație de gădilitură, care indică prezența unei chakre, cuprinde locul acela cu ambele mâini (chakrele au dimensiunea unei mingi de baschet). Mișcându-i cu blândețe chakra, pentru a o alinia cu una dintre chakrele tale, te poți conecta energetic la acel copac.

În anumite părți ale Americii de Sud, chakrele sunt cunoscute drept *ojos de luz* sau ochii Luminii. Mentorul meu incaș le numea pu-*kios*, sau fântânile de Lumină. Prin chakrele noastre primim impresii despre lume și percepem iubirea în inima noastră. Sexualitatea, frica și pericolul sunt percepute mai jos de ombilic (cea de-a doua chakră) și în chakra din dreptul frunții (cea de-a șasea). Într-o situație dezagreabilă, cea de-a doua chakră poate intra în spasme și putem simți un gol în stomac. Din experiența de netăgăduit a sentimentelor resimțite prin centrul inimii, am ajuns să asociem iubirea cu inima, sau să spunem că avem inima frântă, atunci când suntem triști.

În tradițiile estice, există presupunerea că chakrele sunt conținute în corpul uman. Pentru șaman, însă, chakrele se extind, din ele pornind fire luminoase sau *huaska*, ce depășesc limitele corpului, co-nectându-ne la copaci, râuri și păduri. Aceste fibre luminoase se extind până în locurile în care ne-am născut și trăim, cuprinzând și istoria noastră personală și destinul. Dacă tradiția hindusă descrie șapte chakre, șamanii care m-au pregătit m-au învățat să percep alte două adiționale: cea de-a opta chakră, aflată deasupra corpului luminos, dar în cadrul Câmpului Energetic de Lumină, cunoscută sub denumirea de *wiracocha*, sau sursă a sacrului și cea de-a noua chakră, în afara corpului, una cu toată Creația și situată în nemărginire, în lumea Spiritului, cunoscută drept *causay*, punctul Creației nemanifestate - nemărginirea. Vom explora sistemul chakrelor în detaliu, în Capitolul 6.

Chakrele sunt organele Campului Energetic de Lumină. Sunt discuri rotitoare, cu guri mari, care se învârt la câțiva centimetri în afara corpului, prin care își extrag combustibilul radiant, stocat în corpul luminos, pentru a ne hrăni spiritual, emoțional și creativ. Vârful îngust, de forma unei pâlnii, este prins chiar de coloana vertebrală. Chakrele îi transmit sistemului nervos informațiile despre traume și duhuri trecute, păstrate în înregistrările Câmpului Energetic de Lumină. Chakrele informează sistemul nostru neurofiziologic, influențându-ne starea emoțională și fizică. Ele se conectează, de asemenea, la glandele endocrine care reglează întregul comportament uman.

## **TRĂIEȘTE MULT ȘI RADIANT**

Atunci când Câmpul Energetic de Lumină devine toxic, în urma poluanților din mediu și a celor emoționali, chakrele se înfundă. Procesul este analog unui motor ale cărui pistoane sunt blocate în mocirlă. Chakrele se înfundă cu reziduuri și încep să se învârtască alene, astfel încât nu mai avem energie și devenim ușor iritabili sau deprimăți, în cele din urmă, ele se închid, iar sistemul nostru imunitar cedează. Calitatea rezervelor de combustibil din Câmpul Energetic de Lumină ne influențează longevitatea. Atunci când rezervele noastre de energie devin toxice, chakrele transportă aceste toxine înspre sistemul nervos central și ne îmbolnăvim sau chiar să murim. Eficiența cu care ne înnoim rezervele de energie determină cât de activi și de sănătoși rămânem. Calitatea rezervelor noastre de energie de Lumină influențează până și felul în care îmbătrânim.

Oamenii de știință care studiază îmbătrânirea au descoperit că ceasurile biologice din corp nu acționează după timpul liniar. Celulele noastre nu au un număr limitat de ani. În schimb, au un număr limitat de vieți, un număr limitat de dați în care se pot multiplica și își pot face copii fidele. Să spunem, de exemplu, că celulele ficatului își pot face o sută de copii, înainte de a începe să cedeze. Dacă ai îngheța niște celule hepatice după patruzeci și nouă de replicări, ele ar continua să se dividă de încă cincizeci și unu de ori. Chiar dacă fiecare celulă poate avea o sută de vieți, obiceiurile tale alimentare și stilul de viață vor avea mare influență asupra calității acestei vieți. Dacă vei consuma cantități mari de alcool, vei reduce durata de viață a ficatului. Tot atât de importantă pentru longevitate, ca și stilul de viață și dieta, este calitatea rezervelor din Câmpul Energetic de Lumină. Chiar dacă nici o probă de laborator nu corelează rezervele câmpului luminos cu durata de viață a celulelor, șamanii consideră că puritatea și calitatea acestor energii vitale este o determinantă a longevității. Atunci când ne aflăm într-o stare de stres emoțional sau fizic, ne irosim foarte repede rezervele de combustibil, care scad în mod periculos. Câmpul Energiei Luminoase, asemenea unei baterii, poate opera la capacitate maximă, doar până când devine incapabil să se regenereze. Cu toții cunoaștem oameni care au îmbătrânit brusc, după o traumă suferită în viață - să spunem, după un divorț ori pierderea unei persoane dragi. De cât de bine păstrăm și ne regenerăm rezervele de Lumină, depind durata și calitatea vieții noastre.

O cale de a ne spori rezervele în Câmpul Energetic de Lumină este prin intermediul Procesului de Iluminare, descris în Capitolul 7. O altă cale o reprezintă curățarea chakrelor, care se practică dimineața, la duș. Țineți-vă mâna stângă la baza coloanei vertebrale și, cu mâna dreaptă, la 10-12 cm de piele, căutați să vă simțiți prima chakră. (Ve deți Capitolul 4, în care sunt descrise locațiile chakrelor). Învârțiți în sensul invers al acelor de ceasornic (imaginați-vă că trupul este cadranul unui ceas) de trei sau patru ori, având grijă ca vârfurile degetelor să descrie un cerc. Clătiți-vă degetele cu apă. În acest fel, eliminați reziduurile și toxinele care aderă de pereții chakrei. Repetați această tehnică pentru toate cele șapte chakre, asigurându-vă că vă clătiți bine mâinile între operațiuni. Încercați să simțiți energia densă - asemenea vatei de zahăr - de pe chakre. Acum reveniți la prima chakră, răsucind în sensul acelor de ceasornic, de trei sau patru ori. Repetați mișcarea pentru toate cele șapte chakre. Acest exercițiu crește viteza chakrelor, permițându-i fiecărui vortex de energie să se învârtă la frecvența optimă. O chakră curată este capabilă să atragă energie naturală, pentru a umple rezervele din Câmpul Energiei Luminoase, păs-trându-ne sănătatea într-o stare excepțională.

Procesul de (luminare poate fi, de asemenea, folosit pentru a atinge superlongevitatea. Biologii compară câteodată procesul de îmbătrânire a celulelor, cu efectuarea unei fotocopii a unei fotocopii a unei fotocopii. La cea de-a 99-a fotocopie, imaginea începe să devină neclară. Când ne apropiem de vârsta de patruzeci de ani, pielea noastră începe să își piardă elasticitatea, ridurile superficiale din jurul ochilor devin tot mai pronunțate și încep să apară ridurile adânci. Ce bine ar fi dacă am putea găsi imaginea originală, ca să-i facem o copie! Prin Procesul de Iluminare putem face o copie a primei imagini. Ne putem informa corpurile de la acea sursă originală, care informează tot ceea ce înseamnă viață. Aceeași sursă care informează copacii și Calea Lactee ne poate informa și pe noi, atunci când practicăm vindecarea prin intermediul Câmpului Energetic de Lumină.

## **ÎNREGISTRĂRILE DESPRE SĂNĂTATE ȘI BOALĂ**

Câmpul Energetic de Lumină conține informații care ne pot ucide sau ne pot vindeca, în același fel în care ADN-ul codifică, în spirala sa dublă, formula longevității, precum și starea de sănătate moștenită. El conține planul corpului nostru, la fel cum schița unui arhitect conține planul unei case. Dar, spre deosebire de un plan fizic, separat - ce rămâne intact, pe măsură ce casa îmbătrânește - șablonul nostru luminos este

continuu informat de incidentele pozitive și negative pe care le trăim de-a lungul vieții. Traumele psihologice și spirituale nerezolvate sunt gravate, asemenea unor scrijelituri, în câmpurile noastre Luminoase. Pacea și liniștea pe care le descoperim prin intermediul practicilor noastre spirituale reprezintă combustibilul pentru cele mai profunde straturi ale Câmpului Energetic de Lumină, care dă energie sufletului și spiritului.

Planul care ne-a format și ne-a modelat, încă de când ne aflăm în pântecul mamei, conține amintirile tuturor vieților noastre anterioare - felul în care am suferit, am iubit, ne-am îmbolnăvit și am murit. În Est, aceste înregistrări poartă numele de karmă și sunt forțe care trec prin viața noastră ca o maree uriașă, de care nu putem scăpa. Înregistrările conțin instrucțiuni ce ne predispun la repetarea anumitor evenimente din trecut. Dorim să învățăm unde sunt localizate aceste înregistrări energetice în Câmpul Energetic de Lumină - și cum să le ștergem, astfel încât corpul, mintea și spiritul să se poată întoarce la starea de sănătate.

În stratul exterior al Câmpului Energetic de Lumină se află membrana sau „pielea” corpului luminos. Această membrană servește drept cocon defensiv - în același fel în care pielea este membrana protectoare a corpului. Înregistrările traumelor fizice și ale bolilor sunt imprimate în această membrană, precum modelele gravate de pe pahare. Atunci când lucrez cu un client care suferă de o boală prelungită, aproape întotdeauna găsesc o înregistrare energetică ce afectează sistemul imunitar. Dacă înregistrarea nu este ștersă, recuperarea poate dura luni sau ani, iar persoana nu numai că va fi predispusă la o recurență a bolii, dar va purta această înregistrare și în viața următoare, înregistrările prinse în stratul emoțional-mental al Câmpului Energetic de Lumină ne determină să trăim într-un anumit fel și să fim atrași de anumiți oameni și de anumite relații. Aceste înregistrări dictează cursul vieților noastre emoționale. Este foarte dificil să ne schimbăm stilul de viață, dacă nu ne eliberăm de înregistrările din acest strat. Înregistrările stocate în stratul eteric, sau al sufletului, ne informează și ne organizează realitatea fizică. Înregistrările din stratul causal sau spiritual ne orchestrează călătoria prin viață, inclusiv nivelul de pace spirituală și împlinire pe care îl vom atinge.

Între o înregistrare stocată în câmpul luminos și o scrisoare stocată în memoria unui computer există asemănări. Poți lua o șurubelniță și poți ajunge până la hard-disk, dar, cu toate acestea, oricât de mult ai căuta, nu vei găsi propoziții, semne de punctuație sau paragrafe. Limbajul computerelor este binar (se folosesc cifrele 0 și 1, încărcate magnetic). Câmpul Energetic de Lumină este codificat într-un mod similar. Abuzul asupra unui copil nu este înregistrat ca o imagine a unui copil abuzat. De asemenea, cancerul nu apare ca o umflătură în matricea energetică. Ambele apar ca niște rezervoare cu energie întunecată, stagnantă, pentru cei care o pot vedea. Atunci când o înregistrare este activată, ea își pune în funcțiune programele, alimentându-le de la rezervele de energie din Câmpul Energetic de Lumină. Este

aproape imposibil de oprit. E ca și cum ai intra cu pluta pe un râu. Odată pornit pe cursul apei, nu mai există cale de întoarcere. Trebuie să vâslești prin apa tumultuoasă, până când găsești un mal pe care să poți ieși. Înregistrările se formează atunci când emoțiile negative care însoțesc trauma nu sunt vindecate. O clientă a avut o înregistrare extrem de puternică, produsă atunci când tatăl și mama ei s-au separat. Susan avea șapte ani la vremea respectivă și credea că ea este vinovată de plecarea tatălui, fiind convinsă că făcuse ceva greșit. S-a luptat din greu să-și reprime sentimentul de abandon. Totul a ieșit la suprafață abia la doi ani după căsătorie, când înregistrarea a fost activată brusc. În ciuda faptului că își iubea soțul, iar acesta nu îi dăduse nici-un motiv de suspiciune, Susan era convinsă că nu se poate baza pe el (sau pe oricare alt bărbat) și că acesta nu-i va fi alături la nevoie. Soțul ei nu putea face nimic pentru a o convinge de contrariu. Atunci când i-am scanat Câmpul Energetic de Lumină, am detectat o buclă de fire înnodate, asemenea unui ghem cu lână, deasupra umărului drept. Atunci când o înregistrare este activă, începe să pulseze în cadrul Câmpului Energetic de Lumină. Cea a lui Susan vibra deasupra umărului. Ani întregi de psihoterapie o ajutaseră să-și înțeleagă problemele legate de abandon, dar terapia nu putea șterge înregistrarea. Problemele ieșeau la suprafață și se proiectau asupra oricărui bărbat din viața ei. Crizele ori stresul emoțional declanșau scenariul conținut în înregistrare, iar aceasta se derula din nou. După trei ședințe, Susan a început să aibă încredere că soțul ei îi va sta alături la nevoie. Și-a iertat tatăl și a reluat relația cu acesta.

Totuși, am văzut clienți care au suferit un abuz fizic ori emoțional - cum ar fi violul sau tortura în timpul războiului - care nu și-au creat înregistrări în Câmpul Energetic de Lumină. Aceștia au reușit să își vindece durerea și emoțiile negative care au acompaniat trauma. Cu toții cunoaștem oameni care au suferit o pierdere îngrozitoare și care au acceptat provocările și lecțiile vieții, învățând din ele. Cunoaștem, de asemenea, persoane care au fost în permanență marcate de durere și traumă. Acestea rămân profund

rănite, pline de amărăciune și resentimente. Cum a reușit psihiatrul Jerome Frank să mai găsească înțeles și scop în viață, pe când se afla într-un lagăr de concentrare, în cel de-al Doilea Război Mondial, după ce familia sa a fost ucisă de nașiști? Dacă reușim să vindecăm componenta emoțională a unei situații dureroase, chiar atunci când aceasta e în plină desfășurare, nu se creează o înregistrare în Câmpul Energetic de Lumină. Dacă descoperim compasiunea și iertarea chiar în mijlocul durerii, nicio energie toxică reziduală nu este absorbită în Câmpul Energetic de Lumină.

Înregistrările din Câmpul Energetic de Lumină pot aranja evenimente ciudate și aparent fără nicio legătură, în lumea exterioară. Acestea pot orchestra întâlnirea cu parteneri de cuplu care posedă aceleași trăsături negative de personalitate. Ne pot atrage în cele mai ciudate locuri, pentru a întâlni persoane pe care am fost destinați să le cunoaștem. Ne pot programa să ne aflăm într-un automobil care va fi implicat într-un accident - sau, dimpotrivă, să ne aflăm în cel care tocmai a scăpat de accident. Povestea Magdei ilustrează felul în care înregistrările din stratul eteric, sau al sufletului din Câmpul Energetic de Lumină, pot organiza lumea fizică, la fel de prompt cum pot crea o boală în interiorul organismului.

Magda a venit să mă vadă, deoarece suferea de ceea ce ea numea „ghinion îngrozitor”. Era o mamă singură, atunci când unicul ei fiu, în vârstă de șaptesprezece ani la vremea respectivă, a fost implicat într-un accident tragic de mașină. În fiecare an, în ziua în care comemora moartea acestuia, Magda se trezea în mijlocul unei situații periculoase, într-un an, mașina ei a fost lovită în spate, când a oprit la un semafor, și a trebuit să fie operată de urgență. În anul următor, un caz de indigestie a obligat-o să meargă la camera de gardă a spitalului, unde i s-a administrat o soluție orală cu bariu, pentru o examinare. Doctorii au descoperit că era alergică la bariu, abia când inima i s-a oprit. Lucrurile au continuat în același fel, vreme de cinci ani consecutivi. Magda nu putea înțelege de ce trăia aceste experiențe aproape letale, numai în zilele de 26 februarie. Atunci când Magda a pășit pentru prima dată în biroul meu, a exclamat:

„De ce n-am murit eu? De ce trebuie să trăiesc în continuare?” Se condamna pentru că îi permisesse fiului să plece cu mașina împreună cu prietenii lui, în acea seară. Fără el, se simțea singură, fără scop în viață și fără nici un motiv să continue să trăiască. În timpul Pro-

cesului de Iluminare, Magda a simțit spasme și crampe musculare, dar a trăit și sentimentul de eliberare. De șapte ori a plâns încetșor, în timp ce corpul ei tremura. Spre sfârșitul uneia dintre ședințele noastre, a declarat că trăiește un sentiment de pace și că fiul ei este liniștit, îl simțea lângă ea, încercând să o aline. După o serie de mai multe ședințe, am șters înregistrările care o predispuneau la aceste accidente, cunoscute în psihiatrie drept „efectul de aniversare”. Înțelesese că sufletele lor erau unite. Era convinsă că nu se va separa niciodată de fiul ei. Magda a putut atunci să plângă pierderea fiului și nu i-a mai repus accidentul în scenă, an de an. A petrecut următoarea zi de 26 februarie fără nici un incident. Atunci când șablonul energetic a fost distrus, lumea din jurul ei s-a schimbat.

Atunci când o înregistrare este activată, energia sa toxică se scurge într-o chakră, creând haos emoțional sau compromițând reacția sistemului nostru imunitar. În cazul Magdei, suferința ei a crescut asemenea unor nori întunecați de furtună, care s-au descărcat la comemorarea morții fiului său. Când studiez o înregistrare în Câmpul Energetic de Lumină, observ întâi norii de furtună care orbitează în jurul acestuia. Aceste energii negative indică întotdeauna prezența unei înregistrări active. Atunci când aceasta începe să se activeze, gravităm în jurul unor oameni și situații care ne permit să rețrăim circumstanțele traumei inițiale, în încercarea de a o vindeca.

### ***ÎNREGISTRĂRI CE ATING GENERAȚII ÎNTREGI***

În jungla amazoniană, vracii vorbesc despre blestemele care cad asupra familiilor și care sunt transmise de la o generație la alta. În anii în care am studiat alături de șamani, am descoperit că acești vindecători se refereau la înregistrări care sunt transmise între generații. Cea mai comună formă de înregistrări ce acționează pe parcursul generațiilor o reprezintă caracteristicile fizice pe care le moștenim de la părinții noștri. Știm că bolile de inimă și cancerul la sân se transmit din generație în generație. Dacă mama și bunica voastră au murit din cauza unui infarct, aveți factori genetici de risc ce vă predispun la afecțiuni ale inimii. Aceste condiții ereditare sunt, de asemenea, arhivate în Câmpul Energetic de Lumină.

Inițial, Ken a venit să mă vadă pentru o problemă legată de mariajul său. Lui și soției le era greu să se obișnuiască cu noua viață împreună și au căutat consiliere. În timpul interviului nostru, am observat un punct întunecat în câmpul energetic al lui Ken, la cincisprezece cm de pieptul său. Am analizat cu atenție și am simțit ceva asemănător unei rădăcini, care pornea din acel loc întunecat și ducea spre inimă. L-am întrebat dacă în familia lui fusese cineva bolnav de inimă. Mi-a spus că toate rudele sale stau bine cu inima și că nimeni nu a murit din pricina vreunei boli



coronariene. A susținut cu tărie că se simte puternic și în formă. Am fost surprins, pentru că învățasem să am încredere în ceea ce vedeam. L-am încurajat pe Ken să facă un control medical amănunțit al inimii, să elimine carnea roșie din dietă, să facă exerciții și să aibă grijă de inima lui. Am lucrat asupra chakrei inimii, mintea mea rațională spunându-mi că probabil suferea din pricina stresului emoțional, pe care eu îl interpretam drept o afecțiune a inimii.

Trei zile mai târziu, Ken m-a sunat să-mi spună că fratele său tocmai suferise patru bypass-uri coronariene. În timpul unei examinări de rutină, doctorii au descoperit că inima fratelui său era pe punctul de a ceda. Analizeze lui Ken a arătat că inima lui era în regulă. Cu toate acestea, știam că în Câmpul Energetic de Lumină apar stări ce se vor manifesta în corpul fizic, abia peste câteva luni sau ani. L-am încurajat pe Ken să continue să ia măsuri pentru a-și întări inima. De asemenea, am avut grijă să primească o Iluminare, pentru a elimina starea chiar la sursă, înainte să se manifeste în plan fizic. Ken s-a vindecat înainte să fie nevoie să sufere o operație de bypass.

## **ȘAPTE GENERAȚII**

Înregistrările pot fi, de asemenea, asociate caracteristicilor psihologice pe care le moștenim de la părinții noștri. În cartea lui Nancy Friday, *My Mother, Myself* (*Mama mea, eu însămi*), ea a descoperit că re trăiește viața mamei sale, în ciuda încercărilor disperate de a face tocmai contrariul. Uneori, sfârșim ducând aceleași bătălii și urmând aceleași drumuri ca și părinții noștri. Dacă bunica și mama ta a avut de-a face cu bărbați violenți, este posibil să fii predispusă la același gen de relație. Chiar și Biblia spune că păcatele tatălui vor fi moștenite de șapte generații. Aceste păcate nu reprezintă judecări împotriva descendenților nevinovați, ci energii negative care sunt trecute de la o generație la alta. Psihologii cred că ideile și comportamentele pe care le moștenim de la părinții noștri sunt codificate în circuitele creierului nostru și că singura cale de a reprograma aceste circuite o reprezintă psihoterapia. Sunt convins că aceste șabloane și obiceiuri negative sunt codificate și în Câmpul Energiei Negative și că Procesul de Iluminare poate rezolva, într-o ședință, ceea ce, adesea, se rezolvă în ani buni prin intermediul psihoterapiei.

Adesea, psihoterapia prin vorbire nu este suficientă pentru vindecare. Psihologia consideră că, atunci când devii conștient de „complexele” și „impulsurile” inconștientului, te eliberezi de influența lor nefastă. Conform șamanilor însă, conștientizarea intelectuală de abia dacă zgârie suprafața și nu este suficientă pentru a aduce vindecarea. Știind că a fost abuzată sexual în copilărie, o femeie își va înțelege neîncrederea în bărbați, dar această înțelegere îi va permite rareori să aibă o relație intimă. Înțelegem cu toții că trebuie să facem mai multe exerciții fizice, să mâncăm mai puține dulciuri și să medităm mai des. Cu toate acestea, de multe ori trebuie să ne forțăm să facem lucrurile care știm că ne sunt benefice. Mintea rațională are o foarte mică influență asupra emoțiilor, impulsurilor, fricilor și dorințelor noastre. Lucrurile se pot rezolva prin Procesul de Iluminare, deoarece acesta operează la nivelul cauzal al Câmpului Energetic de Lumină. Terapia prin vorbire lucrează doar la nivel mental și este incapabilă să șteargă sau să reinformeze înregistrările vechi din Câmpul Energetic de Lumină.

Mai există o formă de înregistrare ce trece de la o generație la alta, de la tată la fiu și de la mamă la fiică. Bunicul meu a pierdut totul în timpul marii crize economice, la vârsta de patruzeci și cinci de ani. Pe când tatăl meu avea patruzeci și cinci de ani și era un avocat prosper în Havana, și-a pierdut slujba și toată averea, odată cu preluarea puterii de către comuniști. Tatăl meu își măsurase întotdeauna succesul prin posesiunile materiale - casa în care locuia, cât câștiga, la ce școli mergeau copiii săi. Când am fugit din Cuba, după revoluție, era hotărât să reconstruiască și să recâștige nivelul de confort material de care se bucurase cândva. În următorii douăzeci și cinci de ani, a muncit zi și noapte, văzându-și familia foarte rar și lipsindu-se de plăcerile vieții. În cele din urmă, pe la vârsta de șaptezeci de ani, s-a pensionat, ducând o viață de confort relativ. La câteva luni după pensionare, m-a sunat și mi-a spus că s-a trezit în acea dimineață și și-a dat seama că nu știe unde i-a zburat viața. În acea zi a hotărât să înceapă să-și trăiască viața și curând a pornit într-o călătorie prin Europa, China și alte locuri pe care dorise dintotdeauna să le vadă. Cu toate acestea, a pierdut un sfert de secol.

Când fratele meu a împlinit patruzeci și opt de ani, doctorii i-au descoperit o tumoră malignă în creier. În ciuda radiațiilor și a chemo-terapiei, a murit la câteva luni după stabilirea diagnosticului, în floarea vârstei, lăsând în urmă o soție și doi copii minunați. La vârsta de patruzeci și cinci de ani, am fost și eu pus în fața situației de a pierde tot ceea ce iubeam. Cărțile mele anterioare făcuseră să fiu foarte solicitat ca profesor și conferențiar. Patru zile pe săptămână călătoream pentru a ține prelegeri despre medicina energetică și despre șamanism, îmi rămăsese foarte puțin timp pentru familie. În ciuda încercărilor de a-mi păstra căsnicia, totul s-a dus de râpă. Soția mea și cu mine ne-am separat și, la scurt timp, fiica mea de șaisprezece ani a căzut de pe cal și a trebuit să fie operată de urgență, pentru că își fisurase ficatul. Când s-a întâmplat acest lucru, conduceam o expediție în Amazon, vizitând un vraci

renumit, Don Ignacio. Șamanul era un mare clarvăzător și când i-am explicat ce mi s-a întâmplat în ultimele șase luni din viață, a descris o masă întunecată ce îmi acoperea inima. „Este durerea pe care o simt”, i-am spus. „Nu”, a răspuns el, punându-și mâna cu blândețe deasupra inimii mele. „Este nenorocul bunicului tău.”

Apoi a început să descrie cum bunicul meu distrusese cariera unui alt bărbat și atrăsese mânia acestuia asupra sa. „Blestemul” s-a transmis tatălui meu, fratelui meu și apoi a venit asupra mea.

„Te poți vindeca, luptându-te cu adversarii din lume, tot restul vieții tale”, a explicat Don Ignacio, „sau îți poți vindeca inima, iar lumea exterioară te va urma.”

În seara aceea, Don Ignacio m-a ajutat să-mi vindec inima. A șters norul întunecat de deasupra chakrei inimii și înregistrarea dusă de-a lungul generațiilor, care fusese imprimată în Câmpul Energetic de Lumină. În dimineața următoare, am zburat înapoi în Statele Unite. Câteva zile mai târziu fiica mea a fost scoasă din secția de terapie intensivă, și și-a revenit complet. Era prea târziu să-mi mai salvez căsnicia, dar relația cu copiii mei se îmbunătățise considerabil. Astăzi suntem foarte buni prieteni. M-au învățat cum să devin un tată extraordinar. De atunci încolo, mi-am dat seama cum o înregistrare poate fi trecută de la o generație la alta. Atunci când vindecăm aceste stări din interiorul nostru, le vindecăm atât pentru părinții, cât și pentru copiii noștri. Cred că l-am scutit pe fiul meu de o criză majoră la vârsta de patruzeci și șase de ani, prin care să rezolve o problemă ce se transmitea de-a lungul mai multor generații. Cum pot fi sigur de asta? Știu că am supraviețuit, iar familia mea a rămas intactă, chiar dacă mariajul a luat sfârșit. Spre deosebire de tatăl meu, nu am avut nevoie de douăzeci de ani pentru a-mi reveni.

## **REÎNREGISTRAREA**

*Pentru noi, fizicienii credincioși, deosebirea dintre trecut, prezent și viitor este doar o iluzie care persistă.*

### **Albert Einstein**

Șamanul este interesat de extragerea energiei emoționale dintr-o înregistrare și de ștergerea înregistrării. Primele stadii ale pregătirii ca șaman constau în curățarea profundă sau „răzuirea” Câmpului Energetic de Lumină. Șamanul nu se mai identifică cu istoria sa personală. Astfel, femeia Navajo vraci este capabilă să spună: „Muntele sunt eu, râurile sunt eu”. Chiar dacă șamanii au suferit pierderi, foame, durere și abuz, ei înțeleg că, mai presus de toate, sunt drumeți într-o călătorie extraordinară prin nemărginire.

Acesta este scopul vindecării prin Procesul de Iluminare. Eu nu sunt foarte interesat să lucrez cu pe poveștile clientului, așa cum este psi-hoterapeutul. Mă interesează să îi ajut pe oameni să înțeleagă că ei nu sunt poveștile lor, nu sunt actori într-un scenariu scris de părinții lor, de cultură sau de vremurile în care se întâmplă să trăiască. Ei sunt doar cei care spun poveștile. Pentru a face acest lucru, trebuie să am acces la înregistrarea de bază din Câmpul Energetic de Lumină, care este foarte greu de accesat direct. Este ca și cum ai încerca să vezi un film, trăgând banda din casetă. Putem să ajungem la film doar prin interfață - în acest caz, videoplayer-ul și ecranul televizorului.

Interfața dintre lumea noastră materială și Câmpul Energetic de Lumină o reprezintă chakrele. Într-un fel, putem considera că aceste vortexuri de energie care se învârtesc stau deasupra semnelor egal din ecuația lui Einstein,  $E = MC^2$ . Chakrele folosesc energie pentru a organiza materia fizică a corpului, pentru a crea boală ori sănătate și pentru a da formă lumii din jurul nostru. Prin intermediul chakrelor, suntem capabili să trecem din lumea materiei, în sfera energiei.

# *Cartea a doua*

## **LUMEA DE LUMINĂ**

Școlile misterelor din trecut au transmis peste timp secretele naturii noastre transcendente. Aceste școli au fost fondate de către vizionari din zonele fluviilor Tigru și Eufrat și de către șamanii din China și Tibet. Învățăturile lor există și astăzi. Mulți oameni au studiat Kabala, I Ching, Tantra și Budismul tibetan. În plus, există excelente practici de vindecare, predate de maeștrii Reiki și alți practicanți ai medicinei energetice. Avem la dispoziție o bogăție de practici spirituale - inclusiv *yoga* și meditația - care ne pot ajuta mult în drumul nostru.

Școli similare ale misterelor au existat și în cele două Americi, printre maiiași, indienii Hopi, incași și alte grupuri de băștinași. Ei au descris cele nouă porți sau intrări prin care trece o persoană, pe parcursul drumului spre înțelepciune. Fiecare dintre aceste porți corespunde unei chakre. Șamanii incași, alături de care am studiat eu, identificau nouă chakre. Fiecare dintre acești centri reprezenta o poartă prin care înțeleptul trece în drumul său către

cunoașterea și realizarea de sine. Șapte dintre acești centri se află în corp. Ceilalți doi sunt plasați în Câmpul Energetic de Lumină. În aceste două chakre, șamanii intră într-o realitate transpersonală.

Capitolele următoare descriu anatomia Câmpului Energetic de Lumină, din perspectiva unui șaman. Ele includ exerciții pentru trezirea capacității noastre de a percepe lumea invizibilă a energiei. Eu numesc aceste exerciții pentru a obține clarvedere, Cea de-a Doua Trezire, pentru a le diferenția de trezirea obișnuită, de zi cu zi. Sunt metode practice puternice, prin care se învață perceperea spațiilor dintre lucruri și a realității luminoase din jurul nostru.

Capitolul 6 prezintă conceptul de spațiu sacru. Mentorul meu obișnuia să-mi spună să deschid spațiul sacru și să mă dau deoparte din drum. El se referea la uriașul ajutor spiritual la care avem acces prin vindecătorii din lumea invizibilă. După ce am învățat aceste practici, am descoperit că nu trebuie să fac totul de unul singur.

Explorați tehnicile din Capitolul 6, pentru a crea spații în care Spiritul să poată atinge corpul și să-l infuzeze cu înțelepciune. Însă, mai presus de toate, experimentați practicile din această parte a cărții. Calea șamanului este un proces de descoperire. În cele din urmă, experiențele pe care le aveți în aceste domenii sunt sursa de cu noaștere în care puteți avea cea mai mare încredere.

## Capitolul 4 CHAKRELE

*Noaptea trecută am studiat ceke-le, filamentele luminoase ale celei de-a doua chakre. Ne aflam într-o vale luxuriantă, plină cu eucalipti și pini. După cină, am plecat în ceea ce eu credeam că va fi o plimbare scurtă, dar Antonio a continuat să mă ducă departe, în pădure. Era aproape lună plină și, când norii s-au risipit, am putut găsi foarte ușor drumul. Când luna intra în nori, eram aruncați într-o beznă cruntă. Am ajuns într-un luminiș, iar el mi-a cerut să mă așez pe un bolovan și să mă conectez la un pin înalt, aflat la vreo zece metri depărtare. Am închis ochii și mi-am imaginat că întind mâna spre copac.*

*„Nu-ți folosi capul, nino”, a spus el. Detest când mă numește „copile”, iar el știe acest lucru. Sunt convins că acesta este motivul pentru care mi se adresează astfel, atunci când dezaprobă ce fac.*

*„Cu stomacul”, a spus el. „Extinde un lujer de lumină din cos-co [cea de-a doua chakră], până la copac.”*

*Când am făcut asta, am simțit o legătură viscerală cu pinul, ca și cum ne-amfi atins. Am putut simți textura scoarței și chiar am putut să intru în interiorul copacului. Atunci când Antonio mi-a spus să deschid ochii, am văzut firul de lumină care ieșea din burta mea.*

*„Acum decuplează-te de la copac și conectează-te la prima ta amintire. Încearcă să te întorci la vremea când erai bebeluș, înainte să poți merge, și leagă acest fir luminos de copil”, a spus el. Trebuie că am petrecut o întreagă oră încercând să fac ce mi-a spus. Îmi dădeam seama că Antonio devenea nerăbdător.*

*„Gândești”, a zis. „Nu te mai gândi. Pur și simplu, fă-o.”*

*Atunci am reușit. Puteam simți pielea aceluși copil, la fel cum am reușit să simt scoarța copacului, mai devreme. Puteam simți gusturile, așa cum le simțea și el - iar lumea era la fel de mare și pentru mine. Toate simțurile mele deveniseră active și eram aproape copleșit. Cel care atinge și simțea nu mai eram eu - acea persoană pe care o cunoșteam - ci eu mai în vârstă, tot atât de familiar mie, ca și eu mai tânăr.*

*Atunci, Antonio mira cerut să urmez firul de lumină, să merg de-a lungul lui, permițându-le imaginilor și sentimentelor să mă inunde. Mi-am imaginat că merg de-a lungul acestui fir, ca pe un drum, și am zărit imagini din copilărie și adolescență, la care nu mă mai gândisem de zeci de ani: costumul de Halloween, pe care părinții mei mă puseseră să-lport la vârsta de cinci ani, iubirea pe care o nutrisem pentru profesoara mea din clasa a III-lea, momentul în care câinele nostru a murit. Foarte ciudat. Nu numai că vedeam imaginile, dar mă invadeau și emoțiile. Vedeam fiecare moment vesel și trist al vieții mele. Apoi, Antonio m-a bătut pe umăr.*

*„Data viitoare”, a spus, „te vei conecta la cel care vei fi peste zece mii de ani.”*

### Jurnale

Potrivit credințelor indienilor Hopi, „omul este creat perfect în imaginea Creatorului său”. În *The Book of the Hopi (Cartea indienilor Hopi)*, Frank Waters emite credința că „trupul viu al omului și cel al Pământului sunt construite în același fel. Prin fiecare trece o axă. Cea a omului este coloana vertebrală, care controlează echilibrul mișcărilor și funcțiile sale. De-a lungul acestei axe se află mai mulți centri

vibratori, care sunt ecoul sunetului primordial al vieții prin univers" Referințe la chakre se pot găsi printre indienii Hopi, incași și maiiași, precum și la multe alte culturi aborigene din întreaga lume.

Descrierile chakrelor care ne sunt cele mai familiare provin din yoga. Școlile de yoga ne învață că chakrele sunt terenul de joacă al dorinței omului. Fiecare centru energetic simbolizează plăcerile și durerile care ne țin legați de karmă. De exemplu, prima chakră semnifică atașamentul nostru față de lumea materială, în timp ce cea de-a doua reprezintă plăcerile sexuale. Yoga este o cale a virtuții și purității. În yoga, omul trebuie să își depășească încântarea simiturilor, pentru a descoperi ceea ce trece dincolo de ele. *Yoga* este un cuvânt sanscrit, care înseamnă „uniune”, având conotația de „a uni ceea ce a fost despărțit”. Corpul și sufletul sunt reunite. Lumescul și Divinul devin una. Prin contrast, șamanii din continentele americane trăiesc într-o lume în care Creatorul nu este separat de Creație, Cerul nu este separat de Pământ, iar Spiritul și materia se întrepătrund. Ei nu cred în diviziunea dintre trup și suflet, sau dintre lumea vizibilă, a formei și cea invizibilă, a energiei. Nu există nimic de transcens și nimic de unit. Ei nu se desprind de propriile dorințe, sau de iluminarea personală. În timp ce unele școli de yoga susțin că tu nu ești corpul tău, șamanii spun că tu ești, într-adevăr, corpul tău - și mult mai mult decât atât. Ei știu că lumea vizibilă și cea invizibilă se întrepătrund. Motivul pentru care cu toții am acceptat atât de rapid versiunea estică a chakrelor este acela că se potrivește mitului izgonirii din grădina Raiului. Am crescut cu gândul că suntem separați de natură. Sufletul poate fi găzduit de corp, dar este complet detașat de acesta. Filozofii occidentali numesc asta ruptura dintre minte și corp. (Multe școli hinduse, inclusiv Tantra și Advita, recunosc faptul că nu există nicio ruptură minte/corp, după cum nu există nicio conexiune permanentă cu natura).

Aceste două mari orientări teologice au coexistat vreme de milenii - și nu întotdeauna în pace. Primele stări ale materiei și ale Spiritului au fost separate. Spiritul a creat materia, dar nu sălășluiește în ea. Această școală de gândire a creat religiile bazate pe un Dumnezeu din ceruri - credințe în care există un Creator Divin, bărbat, separat și distanțat de Creație (de exemplu, Zeus ori Iehova). Cea de-a doua orientare susține că întreaga materie este o manifestare a Spiritului și este insuflată de Spirit. Această școală de gândire avansează religiile unei zeițe a Pământului - o Creatoare a Pământului, femeie, a cărei prezență străbate întreaga Sa Creație (de exemplu, Hera, Inana sau Pa-chamama). Șamanii provin din cea de-a doua școală de gândire. Cei mai avansați maeștri transcend limitările propriilor credințe și își dau seama că ambele orientări fac parte dintr-un întreg mai mare.

Chakrele reprezintă calitățile elementare ale omului. În loc să își suprimă dorințele instinctuale și pasiunea, șamanii le transformă în instrumente bine acordate. Eu cred că frica este compasiunea sub formă de sămânță. Vindecă-ți frica - și compasiunea iese la iveală. Eul instinctual nu trebuie să devină dușman. Furia, lăcomia și dorința carnală sunt toate resurse ascunse, care pot fi transformate în iubire, limpezime a gândirii, înțelepciune și curaj. Tot ceea ce se află în natură este sfânt și fiecare chakră deține semințele Iluminării noastre și a ceea ce vom deveni.

## **ANATOMIA CHAKRELOR**

Indiferent unde s-a născut, fiecare om are un schelet cu exact același număr de oase. În mod similar, cu toții avem o anatomie luminoasă, care include chakrele și meridianele cunoscute în acupunctura. Cuvântul *chakra* înseamnă „roată” în sanscrită. Chakrele sunt discuri rotitoare de energie. Ele sunt conectate la coloana vertebrală și sistemul nervos central și se extind la zece-cincisprezece cm în afara corpului. Chakrele sunt o conductă directă către rețeaua neuronală umană. Ele se rotesc în sensul acelor de ceasornic, în aceeași direcție în care se învârtesc și brațele galaxiei. Fiecare chakră are o frecvență unică, pe care o percepem printr-o culoare a curcubeului. Chakrele unui nou-născut prezintă culorile lor pure - de la roșu în prima chakră la violet în cea de-a șaptea. Pe măsură ce îmbătrânim, culorile se atenuează. Traumele și pierderile din viața noastră lasă în urmă reziduuri toxice, care se lipesc de o chakră și nu îi permit să vibreze la frecvența sa pură, iar îmbătrânirea fizică se accelerează. Atunci când un șaman își încheie procesul de vindecare, chakrele sunt curățate. Se învârt liber și vibrează, din nou, cu puritatea lor de la început.

Șamanii din Amazon cred că, atunci când îți cureți toate chakrele, obții un „corp curcubeu”. Fiecare centru vibrează la frecvența sa naturală și radiază în cele șapte culori ale curcubeului. Potrivit legendelor, atunci când obții corpul curcubeu, poți face călătoria dincolo de moarte, în lumea Spiritului. Ești capabil să-i ajuți pe ceilalți să se vindece și poți să mori conștient, de vreme ce cunoști deja drumul înapoi spre casă. Șamanii din junglă cred că moartea este un

mare prădător care ne urmărește pe toți. Ei spun că multe boli sunt cauzate de moartea care supurează în noi. Acești vraci consideră că moartea (sau lipsa de viață, cum prefer eu să-i spun) ne acaparează încetul cu încetul până când, într-o zi, ne dăm seama că suntem mai mult morți decât vii. Am văzut acest lucru întâmplându-se multor persoane și cred că o asemenea situație este de nestăvilit în America de astăzi. Atunci când chakrele sunt curate, nu mai ești urmărit de moarte. Ești acaparat de viață și, prin urmare, moartea nu te mai poate pretinde. Steagul națiunii incașilor este curcubeul, care deține un loc foarte special în mitologia lor. îl puteți vedea fluturând deasupra acoperișurilor din Cusco, chiar și în zilele noastre. În timp ce practicanții de yoga recunosc doar șapte chakre, Don Antonio m-a învățat că avem nouă chakre. Șapte dintre ele sunt localizate în interiorul corpului, iar celelalte două, în afara trupului. El numea cea de-a opta chakră *wiracocha*, care este numele Creatorului sau al Marelui Spirit (cuvântul înseamnă „sursă sacră”). Cea de-a opta chakră se află în cadrul Câmpului Energetic de Lumină. Se învârteste deasupra capului, asemenea unui soare rotitor. Ea reprezintă legătura noastră cu Marele Spirit, locul unde Dumnezeu sălășluiește în noi. *Ci-vilizados* (albi și indienii care au adoptat credințele occidentale) au un soare palid și murdar, drept chakra a opta. „Este din cauză că *civili-zados* au fost alungați din Grădină”, mi-a explicat una dintre femeile vraci. În mod curios, cuvântul spaniol *Indio* înseamnă „una cu Dumnezeu”. Pentru indienii care nu au subscris mitologiei vestice, chakra a opta strălucește precum un disc auriu.

Vedem această chakră ilustrată ca o lumină, în jurul lui Hristos, și ca un foc deasupra apostolilor, în ziua de Rusalii, atunci când au primit darul Sfântului Duh.

Când murim, cea de-a opta chakră se mărește, devenind un glob luminos care învăluie celelalte șapte chakre într-o sferă de Lumină. După o perioadă de ispășire și purificare, cea de-a opta chakră produce un alt corp, așa cum a făcut de atâtea ori, în atâtea vieți. Ne conduce către părinții noștri biologici și spre cea mai bună viață (nu cea mai ușoară!), în care să trăim experiențele de care avem nevoie pentru a crește spiritual. Amintirile puternice ale traumelor din încarnările trecute sunt transmise în corpul următor, ca înregistrări din Câmpul Energetic de Lumină. Sursa celei de-a opta chakre este Spiritul, cea de-a nouă chakră. Ea se află în afara Câmpului Energetic de Lumină și se extinde în întregul cosmos. Este inima universului, una cu Marele Spirit. Mentorul meu credea că cea de-a opta chakră se află acolo unde Dumnezeu sălășluiește în noi, iar cea de-a nouă este partea din noi care sălășluiește în Creator.

Chakra a opta corespunde conceptului creștin al sufletului, care este personal și finit. Cea de-a nouă corespunde Spiritului, care este impersonal și infinit. Sufletul a fost întotdeauna în centrul preocupărilor religioase, care caută să-l salveze. Pentru că sufletul este personal, pare să fie autonom. Presupunem că putem fi ori una cu spiritul, ori deconectați de la acesta. Cea de-a nouă chakră este una cu întreaga Creație, infinită și eternă, în contrast cu sufletul finit și personal. Mă voi referi la acest centru ca la cea de-a opta chakră, dat fiind că denumirea de *suflet* are atâtea conotații diferite pentru noi - de la un gen de muzică, la folosirea lui în diverse expresii și la mult-dezbătuta noțiune de sine. Chakra a opta se manifestă în timp. Egiptenii o numeau *Ka*. Chakra a nouă este prezentă într-un *acum* atemporal - un punct fără timp, descătușat de istorie. Este imanentă și transcendentă, nu moare niciodată și nu s-a născut niciodată. Egiptenii se referă la ea cu denumirea de *Khu*.

Chakrele metabolizează energiile vieții din natură. Toate energiile noastre vin din cinci surse: (1) plantele și animalele, (2) apa, (3) aerul, (4) lumina soarelui și (5) energia biomagnetică (*chi* în Est și *causay* la incași). Acești nutrienți variază de la hrana materială, compusă din animale și plante, la cea subtilă - Lumină pură și energie. Ab-sorbim hrana compusă din animale, plante și apă prin tractul digestiv, oxigenul prin plămâni, lumina soarelui prin piele și *causay* prin cha-kre. Energiile luminoase circulă prin chakre, tot așa cum apa și mâncarea, energiile fizice, circulă prin corpul nostru. Atunci când tractul digestiv este blocat, nu putem absorbi nutrienții din hrană. În mod similar, atunci când chakrele sunt blocate, nu putem asimila *causay* stocat în Câmpul Energetic de Lumină.

Chakrele extind fire luminoase care merg dincolo de corp, co-nectându-ne la copaci, râuri, păduri și la ceilalți oameni. Ele sunt cu-

plate la corpul nostru doar pentru o scurtă perioadă de timp. Atunci când murim, ele se retrag din corpul fizic și se alătură celei de-a opta chakre, iar călătoria noastră continuă în lumea invizibilă.

## CHAKRELE PĂMÂNTULUI

Cele cinci chakre din partea de jos - de la chakra rădăcină până la gât - sunt hrănite de Pământ. Imaginați-vă un copac ale cărui rădăcini sunt adânc înfipite în pământ. Nutrienții pe care îi extrage din pământ sunt purtați prin trunchi, până la ramurile cele mai înalte. Lumina soarelui absorbită de frunze este transformată în energie - care, la rândul ei, este transferată până la rădăcini. Cele patru chakre din partea de sus sunt hrănite de energiile Soarelui, steaua noastră. Religiile care au în centru un Dumnezeu celest pun accentul pe dezvoltarea chakrelor superioare, neglijându-le pe cele inferioare. Civilizațiile în care s-a adoptat o astfel de religie au perfectat tehnologia, rațiunea și logica. Religiile bazate pe o Zeiță a Pământului subliniază importanța chakrelor inferioare, în detrimentul celor superioare. Aceste civilizații au rămas culturi agrare, puțin interesate de progresul în stil occidental, dobândind însă progrese în astronomie, filosofie și arhitectură (chinezii au descoperit praful de pușcă, dar l-au folosit doar pentru artificii; europenii au fost cei care l-au utilizat în război). În zilele noastre, cred că ar trebui să ne dezvoltăm atât darul chakrelor pământene, cât și pe cel al chakrelor celeste.

Asemenea organelor din corp, fiecare chakră are o funcție unică. Prima și cea de-a doua digeră energiile emoționale, pentru a extrage nutrienții. Pot metaboliza energiile din traumele fizice și emoționale, transformându-le în surse ale puterii și ale Luminii. Așa cum sistemul digestiv extrage nutrienții din mâncare și întoarce resturile nedigerate în pământ, chakrele inferioare îi returnează pământului energiile grosiere, care nu pot fi metabolizate și transformate în combustibil. Atunci când prima chakră este deconectată de la pământ, centri inferiori sunt incapabili să elimine reziduurile emoționale. Nu există un canal de scurgere. Aceste reziduuri devin toxice și aderă la pereții chakrei, încetinindu-i rotirea. Atunci când se formează depozite reziduale în cea de-a doua chakră (acolo unde se află reacția la stres), percepem lumea ca fiind ostilă și agresivă. Plexul solar, inima și chakra gâtului (a treia, a patra și a cincea) sunt hrănite de energiile mai înalte ale iubirii, compasiunii și empatiei. Ele nu sunt dotate să digere emoții de vreun fel. (Avem probleme, atunci când încercăm să digerăm emoții puternice și sentimente cu chakra inimii - ne distrugem emoțional). Chakrele celeste sunt hrănite de cea mai subtilă energie spirituală.

În timpul pregătirii mele ca șaman, am fost inițiat într-un ritual, cunoscut drept „benzile puterii”, în care mentorul meu a țesut benzi invizibile în jurul corpului meu. Am grijă ca studenții de la Școala Vindecării Trupului de Lumină să primească același ritual, pentru că furnizează o protecție spirituală foarte importantă pentru vindecător. În acest ritual sunt instalate cinci benzi, la diferite nivele ale corpului. Prima bandă este neagră, reprezentând pământul bogat și negru, și este țesută deasupra primei chakre. Cea de-a doua bandă este roșie, reprezintă apa, sângele pământului, și este țesută peste chakrele a doua și a treia. Următoarea bandă este aurie, reprezintă focul, și cu prinde inima. Banda a patra este argintie, reprezintă vântul, și este țesută în jurul gâtului. Ultima bandă este creată din lumină albă pură, reprezentând *causay*, și este țesută peste chakra celui de-al treilea ochi. Benzile sunt o legătură cu cele cinci elemente și hrănesc direct chakrele cu pământ, aer, foc, apă și *causay*.

### PRIMA CHAKRA

Element: Pământ

Culoare: Roșu

Aspecte fizice: temelie fizică; eliminarea reziduurilor; rect, picioare, labele picioarelor; testosteron și estrogen.

Instinct: Supraviețuire, procreare.

Aspecte psihologice: Hrană, adăpost, siguranță, capacitatea de a se întreține.

Glande: Ovary și testicule.

Este sediul pentru: Kundalini, abundență.

Manifestare negativă: Comportament de prădător, violență instinctuală, oboseală cronică, traumă la naștere, probleme legate de abandon.

Prima chakră este localizată la baza coloanei vertebrale, între anus și organele genitale. Este poarta către feminin, care extinde fire luminoase înspre picioarele noastre, până în biosferă. Asemenea unei rădăcini care ajunge în locurile jilave și bogate ale Mamei Pământ, prima chakră ne furnizează nutrienții esențiali. Ne stabilizează și este temelie pe care se sprijină sistemul energiei noastre luminoase. Atunci când ne deconectăm de la Pământ, începem să ne luăm hrana necesară de la suprafață. Ca rezultat, devenim

asemenea unui copac, ale cărui rădăcini slabe și răspândite nu îl pot susține să nu se răstoarne în timpul unei furtuni. Ne pierdem stabilitatea, baza și siguranța.

Atunci când prima chakră este deconectată de Pământul feminin, ne simțim orfani. Principiul masculin predomină și căutăm siguranța în lucrurile materiale. Individualitatea predomină în fața relațiilor, iar impulsurile egoiste triumfă în detrimentul familiei, al societății și al responsabilității globale. Cu cât ne separăm mai mult de Pământ, cu atât devenim mai ostili în fața laturii feminine. Ne renegăm pasiunea, creativitatea și sexualitatea. În cele din urmă, Pământul însuși devine un loc plin de venin. Îmi aduc aminte ce mi-a spus o femeie vrăci din Amazon: „Știi de ce distrug oamenii, jungla amazoniană? Pentru că este umedă, întunecată, încălcată și feminină”.

Impulsurile de la prima chakră sunt primare și instinctuale. Căutăm adăpost și mâncare, ne luptăm să supraviețuim în cele mai vitrege condiții. Procreăm. Aceste nevoi sunt instincte fundamentale. În același fel în care ne ținem respirația - dar nu-i putem ordona corpului să se oprească din respirat - nu putem nici să ne învingem instinctul de supraviețuire.

Cele patru porniri instinctuale - frică, hrănire, luptă și sex -sunt oglindite în programele primelor două chakre inferioare. Acestea sunt programele de bază necesare pentru supraviețuirea fizică și emoțională. Înclinația de a mânca prea mult, de a strânge bani sau jucării, sunt expresii negative ale instinctului hrănim. Simțim că nu avem niciodată destul. Dezechilibrul primei chakre se manifestă prin sentimentul de lipsă. Chiar și cei care au foarte multe posesiuni, simt frica de a nu și le pierde. În mod ironic, săracii sunt adesea mai generoși decât bogații. Odată ce prima chakră este curățată, ideea de lipsuri dispare. Ajungem să ne dăm seama că nu ne lipsește nimic și că ducem o viață îmbelșugată. Nu este suficient să înțelegem la nivel intelectual. Trebuie să știm cu fiecare celulă a corpului nostru, că Universul are grijă de noi și ne sprijină. Dacă prima chakră este afectată, simțim nevoia de a ne construi garduri care să ne protejeze posesiunile de vecini. Când cea de-a doua chakră nu este sănătoasă, ridicăm stive de pietroaie, pentru a ne apăra de ei.

Testosteronul și estrogenul sunt hormonii asociați primei chakre. Studiile de laborator au demonstrat că testosteronul produce două reacții primare la bărbați: sexul și agresiunea. Atunci când femeile au fost injectate cu testosteron, s-au plâns că nu fac altceva decât să se gândească la sex. Un dezechilibru al primei chakre poate exacerba efectele testosteronului, făcând ca bărbatul să amestece impulsurile instinctuale produse de acest hormon. Când se întâmplă acest lucru, el începe să o rănească pe femeia pe care o iubește și, în cele din urmă, distruge intimitatea din relația sa de iubire. Se ajunge la abuzuri sexuale, care sunt atât de răspândite nu doar în America, ci în întreaga lume, în special în țările care fac tranziția de la o societate rurală la una urbană. În Africa de Sud, care se află într-o asemenea tranziție, la fiecare douăzeci și șase de secunde este violată o femeie. Atunci când lucrez cu femei care au fost abuzate sexual, în perioade în care erau foarte tinere, descopăr adesea un blocaj al primei chakre, de cele mai multe ori dintr-o frică subconștientă că ar putea să le facă rău altora, la fel cum tatăl ei sau un alt bărbat din familie i-au făcut ei rău.

Estrogenul, care e produs de ovare, este esențial pentru menținerea conținutului mineral al oaselor. Producția de estrogen se oprește dramatic după menopauză, ceea ce predispozează femeia la osteoporoză. În societățile neindustrializate, incidența osteoporozei la femei nu este atât de ridicată, ca în cazul Americii. Unii cercetători explică acest lucru prin faptul că femeile din lumea a treia nu trăiesc la fel de mult și, prin urmare, nu apucă să sufere pierderi semnificative ale mineralelor din oase. Eu sunt convins că mai există un motiv: de-a lungul întregii vieți, femeile din aceste societăți mențin o legătură activă cu Pământul feminin. Prima chakră le induce femeilor dorința puternică de a hrăni, de a avea relații și de a procrea. Dezechilibrele acestei chakre pot avea ca rezultat preocuparea exagerată a femeii pentru siguranța relației, chiar cu prețul propriei autonomii.

Culturile tribale execută ritualuri legate de prima chakră, pentru a celebra intrarea în maturitate a unui tânăr sau a unei tinere. Ceremonia încurajează renunțarea la legăturile parentale. În timpul ceremoniei, tânărul afirmă că Pământul este mama care nu îl va părăsi niciodată, iar Cerul este tatăl statornic și rezistent, pe care se poate baza. Astfel, există siguranța că tânărul persoană va continua să fie ocrotită - dar, de acum înainte, de către puteri mai mari decât părinții săi biologici. Tânărul poate acum să participe la ceremonii și ofrande aduse Cerului și Pământului și să mențină astfel o legătură conștientă cu acești părinți cosmici. Dat fiind că nu trec prin aceste ritualuri de trecere la pubertate, vesticii sunt orfani din punct de vedere spiritual. Ne luptăm să trecem prin viață, simțindu-ne lipsiți de sprijinul mamei și al tatălui, ca mai apoi să descoperim că nu știm să fim părinți demni de încredere.

Un individ care acționează din prima chakră se află într-o stare de fuziune primară cu lumea. El este absorbit de simțuri și se angajează exclusiv în lumea materială. Crede că lumea îi datorează ceva, iar cei din jurul său ar trebui să recunoască faptul că el este o persoană specială. Devine egocentric și narcisist. Nu poate experimenta iubirea autentică, deoarece nu se poate pune în locul celuilalt. Este incapabil să „să se pună în pielea altei persoane”. Acest

centru corespunde primilor șapte ani de viață. Traumele trăite în acești ani - inclusiv cele de la naștere și înainte de ea, sunt înregistrate în această chakră, formând complexe psihologice care întrerup dezvoltarea ulterioară.

Asemenea unui copil, o persoană motivată în primul rând de prima chakră va fi preocupată de supraviețuire și distracție. Atunci când este amenințată, poate deveni violentă - fizic sau emoțional - în fața primejdiei percepute. Persoana concentrată pe prima chakră va căuta, cu orice preț, recompense senzuale temporare. Adesea, nu își dă seama unde se termină corpul său și unde începe lumea, astfel încât ceilalți încep să devină o extensie a sa și încetează să mai conteze în ochii săi. Atunci când văd un client care a suferit un abuz în copilărie, sau a fost abandonat de unul dintre părinți, sau de amândoi, încerc să aflu implicarea primei chakre. Traumele din viațile anterioare sunt adesea localizate în prima sau în a doua chakră. De-a lungul istoriei, dictatorii care au căutat să domine au fost mânați de influențele negative ale primei chakre.

Există și atribute pozitive remarcabile ale primei chakre. Instinctul de supraviețuire asigură perpetuarea speciei. Ne împinge să procreăm și să creștem copii. În același timp, le permite oamenilor să persevereze, chiar și în cele mai vitrege condiții. În sanscrită, prima chakră este cunoscută sub numele de *muladhara*, care înseamnă „fundament, bază, temelie”. Casa noastră energetică trebuie construită pe o fundație puternică. În yoga, această chakră este considerată casa energiei Kundalini. Simbolul său este un șarpe încolăcit, adormit la baza unei coloane verticale. Kundalini este văzut ca puterea activă a mării zeițe Shakti, forța care animă întreaga creație. Pentru șaman, aceasta este șarpele primordial, care își înghite propria coadă, Ouro-boros, și reprezintă imaginea unei stări inconștiente de absorbire în sine. Pentru oamenii din Amazon, această putere este reprezentată de *sachamama*, șarpele boa de apă. În America de Nord, este ilustrată de șarpele cu clopoței. Pe măsură ce ne ștergem înregistrările din prima chakră, energia Kundalini este trezită. Șarpele primar se descolățește, iar energia feminină trece prin chakre.

Șamanii din cele două Americi, din India și din Tibet cred de foarte mult timp că toate creaturile se mișcă, trăiesc, procrează și prosperă prin puterea femininului primar. Nu este nicio surpriză că șarpele a fost cel care ne-a adus fructul din copacul cunoașterii, în Geneză. Energia sa, care sălășluiește în stare latentă în fiecare dintre noi, este energia Pământului și bătaia inimii Mamei-Planetă.

## CHAKRĂ A DOUA

Element: Apă Culoare: Portocaliu

Aspecte fizice: Digestie, intestine, rinichi, tractul urinar, potența sexuală, adrenalina, durerile lombare, durerile menstruale, pierderea apetitului Instinct: Sexualitatea

Aspecte psihologice: Putere, bani, sex, control, frică, luptă, pasiune, respect de sine, abuz sexual sau emoțional, probleme parentale moștenite, incest. Glande: Suprarenale

Este sediul pentru: Creativitate, compasiune, familie Manifestare negativă: Frică, luptă.

Cea de-a doua chakră este localizată la patru degete mai jos de buric și face legătura cu rinichii și cu elementul apă. Ea activează glandele suprarenale, care produc adrenalina. Cortexul suprarenalian, partea exterioară a glandei, produce peste o sută de steroizi diferiți, inclusiv hormoni ai sexului. Medula sau secțiunea interioară, produce adrenalina, cea care îi dictează ficatului să crească nivelul de zahăr din sânge, pentru a ne menține vigilenți. Adrenalina este hormonul care mediază reacția într-o situație de criză. Am menționat, mai devreme, că prima chakră construiește gardul de protecție, iar cea de-a doua chakră stivuește pietrele pentru apărare. Problema este că mereu avem nevoie de pietre mai puternice. Adversarul pare întotdeauna să aibă o stivă mai înaltă decât noi și percepem că amenințarea este tot mai mare. Războiul Rece a fost un exemplu perfect al modului de gândire axat pe chakră a doua, numai că la nivel global. Atunci când Statele Unite au intrat în Războiul Rece, mulți oameni erau convinși că rușii aveau vapoare și avioane mai puternice decât noi. În realitate, flota rusă era compusă din nave ruginite, care se scufundau ușor, iar avioanele nu se puteau compara cu ale noastre. Teroriștii și lașii acționează din cea de-a doua chakră. Bravada și aroganța sunt inspirate de această chakră. Imaginați-vă, dacă vreți, o gorilă care își dezvelește dinții și se bate cu pumnii în piept.

Cea de-a doua chakră metabolizează nutrienții energetici din Câmpul Energetic de Lumină. Toate formele de energie reprezintă hrană pentru ea - procesează energia Pământului preluată de prima chakră și digeră energiile emoționale din sistemul nervos. Atunci când această chakră funcționează bine, ea poate distruge emoțiile negative, precum furia și frica, eliminându-le ca deșeuri prin prima chakră. Dar când această chakră este dezechilibrată, emoțiile negative se extind în interiorul nostru, stau în intestinele noastre și se descompun încet. Cu toții cunoaștem oameni incapabili să renunțe la ura, care poartă resentimentele mult timp - uneori, chiar ani întregi. Aceste emoții negative se localizează în cea de-a doua chakră și devin toxice, în cele din urmă, toxinele emoționale sunt asimilate în Câmpul Energetic de Lumină.



Cea de-a doua chakră este și locația pasiunii. Ea se exprimă prin intermediul creativității și intimității. În prima chakră, ne reproducem. În cea de-a doua, facem dragoste cu persoana iubită. Numele sanscrit pentru acest centru este *svadhisthana*, care înseamnă „locul în care sălășluiește eul”. Cronologic, această chakră corespunde perioadei de vârstă dintre opt și paisprezece ani. Dorința adolescentină de a avea aventuri romantice își are originea în creșterea activității celei de-a doua chakre. Această chakră este erotică, plină de dorințe și fantezii, stimulând aventuri romantice ce stimulează adrenalina. Dacă adolescentul nu își dezvoltă un simț clar și pozitiv al Eu-lui în timpul pubertății, dezvoltarea celei de-a doua chakre poate fi blocată. El nu își va crea granițe emoționale puternice și va fi incapabil să înțeleagă că dorințele celorlalți pot diferi de ale lui și e supărat din cauza relațiilor sociale și a oamenilor care nu îi satisfac niciodată dorințele.

Expresiile negative ale celei de-a doua chakre sunt furia și frica. Șamanii cred că frica este marele nostru dușman. Ea este un adversar vicelan, cu care nu trebuie să te pui, deoarece, în momentul în care o faci, te va secătui de vlagă și va ieși învingător. Ideea este să ajungi să îți cunoști frica și să te împrietenești cu ea. Folosește-o ca pe un mecanism de avertizare și nu ca pe un declanșator al reacției de autoapărare. Mentorul meu obișnuia să-mi spună că frica înseamnă absența iubirii. Am fost derutat. I-am spus că șamanii din Amazon, ca parte a disciplinei lor, merg singuri în junglă, noaptea, pentru a-și întâlni frica. Singura dată în care am încercat, am rămas îngrozit. Părul de la ceafă mi-a rămas ridicat întreaga noapte. Cred că am fost urmărit de un carnivor de mari dimensiuni și de toate spiritele care bântuiau locul. Bătrânul mi-a zămbit. A spus că aceasta reprezenta o practică destul de interesantă, dar provocarea adevărată pentru un șaman era să-și îmbrățișeze frica. „Atunci când înțelegi că jaguarul pe care l-ai auzit și fantomele pe care le-ai simțit se aflau în mintea ta, te poți dispensa de ele”, a spus el. „Iar când te-ai golit de frică, poți întâlni un jaguar adevărat și îți dai seama că nu este diferit de tine prin nimic, că amândoi sunteți expresia aceleiași forțe vitale.”

Sunt vegetarian de foarte multă vreme, în principal pentru că nu doresc să mănânc nimic din ce nu sunt dispus să ucid. (Am descoperit, de asemenea, că abilitățile mele sunt încetinite, dacă includ carnea roșie în dietă). În timpul pregătirii cu șamanii din Amazon, mi s-a cerut să urmăresc, să omor, în cadrul unui ceremonial, și să mănânc un animal, ale cărui puteri trebuia să mi le însușesc. Animalul pe care profesorul meu l-a ales pentru mine era un șarpe boa de apă (*Sa chamama*), o creatură magnifică, maro cu galben, care trăiește în afluenții Amazonului. Chiar dacă nu aveam o regulă strictă care să îmi interzică să consum carne (am mâncat atunci când șamanii pe care i-am vizitat mi-au pregătit-o cu o ocazie specială), vreme îndelungată am refuzat să fac acest exercițiu. Ba chiar am părăsit jungla și m-am întors în Statele Unite, gândindu-mă că, dacă pregătirea mea necesita uciderea unui animal, nu aveam de gând să merg mai departe. Cu toate acestea, ceva m-a atras înapoi în Amazon și m-am hotărât să pun în practică, măcar partea cu urmărirea animalului. Aveam să văd mai târziu dacă îl puteam ucide și mânca.

Șerpii boa pot avea dimensiuni uriașe, cel mai mare ajungând până la șaiszeci de metri în lungime și cântărind peste 2,7 tone. Sunt destul de ușor de zărit în apă sau pe uscat, dar greu de urmărit, pentru că sunt foarte vicleni și pot rămâne scufundați vreme îndelungată.

Am înțeles că *sachamama* reprezintă pasiunea și sexualitatea, precum și creativitatea și capacitatea de a vedea dincolo de suprafața lucrurilor. Am urmărit șerpi boa, vreme de mai multe zile, nereușind să mă apropiez suficient pentru a face fotografii. Frustrat, m-am așezat pe malul râului. Am scos o pungă cu un amestec de cereale, alune, stafide și bomboane și am contemplat apa care curgea tăcută. M-am întrebat de ce eram atât de șovăitor în fața ideii de a ucide pentru mâncare. Eram pur și simplu dezgustat de ideea de a ucide un animal atât de frumos, cum e un boa de apă. În reveria mea, am început să mă gândesc la iubirea cu care un jaguar sare la gâtul căprioarei pe care urmează să o mănânce. Nu exista niciun fel de răutate asociată acestui act. Brusc, mi-am dat seama că uciderea șarpelui boa era un act violent, doar pentru că mă consideram separat de uriașul animal. Atâta vreme cât eram despărțiți, mâncându-l, îi luam viața pentru a mă putea hrăni - și, prin urmare, acesta era un act violent.

Mi-am dat seama că șarpele și cu mine eram manifestări ale aceleiași forțe a vieții. Nu eram diferiți. Era viața care se hrănea din ea însăși. Șarpele continua să trăiască în mine și, în acel moment, amândoi aveam să devenim parte dintr-o forță mult mai puternică. Am ieșit din reverie și privirea mi s-a plimbat spre un tufiș din apropiere, în care se reflecta lumina. Am văzut un șarpe boa lung de peste doi metri, care tocmai se ospătase cu un rozător de dimensiuni apreciabile și avea aceeași reverie cu privire la mine. Nu-mi venea să-mi cred ochilor. Șarpele stătea încolăcit, digerând mâncarea, cu o umflătură de vreo treizeci de centimetri în corp. Un șarpe de asemenea dimensiuni mănâncă doar o dată la câteva săptămâni. După ce

se hrănește, devine inert, în timp ce își digeră mâncarea, nu se poate mișca. Aveam răspunsul la ceea ce căutam.

Am luat șarpele, care mi s-a încolăcit leneș în jurul brațelor și umerilor. M-am întors la coliba femeii șaman și i-am prezentat, cu mândrie, animalul. Ea a început să râdă. A chicotit câteva minute bune. Începeam să mă plictisesc. Am întrebat de ce aveam nevoie să mănânc șarpele, pentru a primi darul puterii acestuia. „Cunoștințele nu se absorb ușor prin tractul digestiv”, mi-a spus bătrâna. Apoi a rânjit și m-a îndrumat să găsesc un loc protejat, lângă apă, în care șarpele să fie în siguranță. Cu timpul, am descoperit că violența era ceva ce trebuia să înving în mine, nu în afara mea, prin crearea unor reguli despre ceea ce puteam și nu puteam să mănânc. Învățasem lecția pe care venisem să o învăț.

Tulburările de personalitate legate de cea de-a doua chakră pot fi foarte profunde. Acești oameni trăiesc într-o lume în care plouă, pentru că cerul dorește, personal, să-i ude. Câteodată, ei au impresia că întreaga lume conspiră împotriva lor. Într-adevăr, uneori plouă pentru noi, dar plouă și pentru copaci, plante, animale și pietre, după cum plouă, pur și simplu. O astfel de persoană adesea consideră că are dreptul la orice. Dacă își vindecă cea de-a doua chakră, descoperă că lumea nu îi

datorează nimic. Dimpotrivă, ea îi este datoare vieții. Sub îndrumarea chakrei a doua, centrul iubirii erotice, ne explorăm pasiunea și descoperim intimitatea. Disfuncțiile acestei chakre pot face ca persoana să confunde sexul, cu dragostea. Marea sarcină a celei de-a doua chakre este să transforme sexul în dragoste, situații romantice, în intimitate. Nu e o sarcină ușoară, pentru că impulsurile negative ale aceste chakre sunt reprezentate de nevoia de a-i controla pe ceilalți, prin intermediul banilor, puterii și sexului. Chakra a doua trece chiar prin abdomen, acolo unde ia naștere viața. Acest centru germinează semintele pasiunii și creativității, care se vor dezvolta în chakrele superioare.

## **CHAKRA A TREIA**

Element: Foc. Culoare: Galben.

Aspecte fizice: Stomac, abdomen, ficat, pancreas, stocarea și eliberarea energiei, splină. Instinct: Putere.

Aspecte psihologice: Curaj, putere, exprimare în lume. Glande: Pancreas.

Este sediul pentru: Autonomie, individualism, altruism, îndeplinirea viselor, longevitate.

Manifestare negativă: Probleme gastrointestinale, anorexie, regrete, mândrie, exacerbare a ego-ului, simptome ale nevrozei, energie scăzută, mentalitate de victimă, accese de furie, rușine

A treia chakră este situată în plexul solar și este asociată cu pancreasul. Această glandă este banca de energie a corpului. Glucoza reprezintă moneda sa de schimb. (Pancreasul produce insulina, care aduce glucoza din sânge, în celule, unde poate fi folosită drept combustibil). Atunci când chakra a treia funcționează bine, corpul are destulă energie pentru toate activitățile. De vreme ce creierul este cel mai mare consumator de energie din corp, echilibrul chakrei a treia este esențial pentru a putea gândi limpede. Ea influențează și ficatul, care este depozitul de energie al trupului. Indivizii care prezintă disfuncții ale acestei chakre au adesea un nivel scăzut al energiei. Hrana pe care o ingerează este eliminată înainte ca nutrienții să ajungă în sânge. Problemele de întreținere pot apărea și la nivel psihologic și spiritual. Când chakra a treia nu funcționează cum trebuie, persoana dă greș în încercările sale. Chiar dacă are la îndemână toate resursele succesului, nu are destulă vitalitate pentru a ajunge la linia de sosire.

Chakra a treia este centrul puterii în sistemul Energiei Luminoase. Puterea sa poate fi folosită în mod constructiv, pentru a materializa aspirațiile noastre în lume. Atunci când este folosită distructiv, ea poate ne reprima natura primară, sau libidoul, ceea ce se manifestă sub forma unor simptome nevrotice, inclusiv rușinea și vina. Această chakra corespunde vârstei cuprinse între paisprezece și douăzeci și unu de ani - anii care preced maturitatea.

Puterea feminină a primei chakre și energia sexuală primordială a chakrei a doua sunt transformate într-un combustibil fin, pe care chakra a treia îl utilizează pentru a ne duce visele la îndeplinire.

Această chakra reface rezervele din Câmpul Energetic de Lumină. Atunci când îi trezim puterea, experimentăm lipsa fricii și o fermitate care nu poate fi descurajată de nicio nenorocire. Obstacolele din calea noastră dispar. Pericolul îl reprezintă exacerbarea ego-ului. Începem să credem că suntem singurii autori ai destinului nostru și că putem schimba lumea după placul nostru. Ne simțim în stare să creăm sau să distrugem lumea și devenim dictatoriali și manipulatori, căutând puterea și faima cu orice preț. Indivizii seduși de puterea chakrei a treia caută adesea să-i controleze pe ceilalți, prin intimidare.

Atunci când această chakra este curățată, situația familială și relațiile interpersonale se stabilizează. Comunicăm cu eficiență și descoperim puterea cuvântului rostit și scris. Acest centru ne ajută să fim sinceri față de noi înșine. Scopul vieții noastre devine clar și ne putem urma drumul.

Există povești despre luptători incași, a căror chakra a treia strălucea ca un disc galben. Legende spun că nu puteau fi uciși. Conchistadorii trăgeau cu muschetele în ei, dar gloanțele își ratau întotdeauna ținta. Există legende similare și printre indienii din America de Nord, despre oameni curajoși pe care cavaleria nu îi putea niciodată ținti. Înțelepții incași ne spun că, atunci când acești luptători de

lumină își ucideau adversarul, îl onorau pe *ceilalți*, lăsând să curgă pe pământ, câteva picături din propriul sânge. Ei știau că, în alte circumstanțe, ar fi stat împreună în jurul focului și ar fi spus povești. Acești bărbați și aceste femei credeau că, dacă intri în bătălie furios ori înfricoșat, ești deja mort.

Pe când scriam *Dance of the Four Winds (Dansul celor patru vânturi)*, am mers la Rio de Janeiro împreună cu coautorul cărții, pentru câteva săptămâni de muncă liniștită. Tocmai încheiasem o expediție în Amazon și un prieten îmi oferise apartamentul său de pe plajă, în ultima seară, după ce am sărbătorit cu o cină, ne plimbam pe plajă, îndreptându-ne spre apartament, când am fost atacați de patru bărbați. Pe când ne luptam, timpul a părut să încetinească și, brusc, am înțeles învățăturile Luptătorilor întru Lumină. M-am oprit din luptă și am strigat: „Opriti-vă!” Strigătul a străpuns noaptea și toată lumea s-a oprit. M-am întors spre liderul lor și i-am oferit ceasul, spunându-i că trebuie să schimbe bateriile, o dată la doi ani. Apoi i-am dat buletinul meu. M-am întors spre altul și l-am întrebat cât poartă la pantofi. Mi-a răspuns că poartă mărimea 44. I-am spus că avem aceeași mărime și i-am cerut să încerce pantofii mei. Se potriveau foarte bine și bărbatul a zâmbit. Prietenului meu, Eric, nu-i venea să-și creadă ochilor și a început din nou să se lupte. Imediat, trei dintre bărbați l-au pus jos. Am mers la Eric și i-am explicat că acești bărbați erau săraci și aveau nevoie de ceasurile noastre, de portofele, pantofi și curele. La sfârșit, liderul mi-a strâns mâna și apoi fiecare dintre hoți ne-a mulțumit. Le-am făcut cu mâna și le-am urat numai de bine. La plecare, l-am întrebat pe lider dacă are mașină. Nu avea și atunci i-am spus că probabil nu avea nevoie de permisul meu de conducere. A zâmbit și mi l-a înapoiat. Nu putea folosi nici cărțile de credit, așa că mi le-a dat înapoi. A făcut la fel și cu pașaportul și actele de călătorie. Eric era uluit. Hoții ne dădeau înapoi lucrurile. Chiar dacă eram furați, am evitat agresiunea. Am practicat nonviolența și, astfel, am reușit să schimbăm întregul ton al întâlnirii. Am evitat o reacție negativă a chakrei a doua și am răspuns din chakra a treia.

Funcția celei de-a treia chakre este să transpună viziunea în realitate. În sanscrită, numele acestei chakre este *manipura*, care în seamană „palatul bijuteriilor” și care face referire la abilitatea de a transforma visele în comori vii. Șamanul înțelege că poți visa lumea, transformând-o în realitate. Acest centru este alambicul în care visele sunt transformate în aur, prin alchimie. Atunci când vrei să îmbunătățești lumea din jurul tău, echilibrează-ți chakra a treia. Instrumentul acestui centru este vizualizarea - fie în meditație, fie pe plajă, în timp ce ești prădat. Elementul focului, care o guvernează, oferă combustibilul pentru materializarea viselor. Aveți grijă să nu folosiți această putere pentru câștigul personal, ci pentru binele tuturor. Expresia-cheie a acestei chakre este *a te pune în serviciul altora*.

## CHAKRA A PATRA

Element: Aer Culoare: Verde

Aspecte fizice: Sistemul circulator, plămâni, sâni, inimă, astm, deficiențe imunitare. Instinct: Iubire.

Aspecte psihologice: Iubire, speranță, cedare în fața altuia, compasiune, intimitate. Glande: Timus

Este sediul pentru: Iubire lipsită de egoism, iertare. Manifestare negativă: Exacerbarea ego-ului, tristețe, singurătate, abandon, trădare.

Chakra inimii este localizată în plexul solar, în centrul pieptului și nu în dreptul inimii. Este axa sistemului chakrelor. Așa cum abdomenul reprezintă centrul gravității pentru corpul fizic, inima se află în centrul corpului luminos. Glanda timus este reglată de chakra inimii. Timusul este responsabil de imunitatea celulară. El este unul dintre principalii jucători în cadrul sistemului imunitar, foarte important în dezvoltarea celulelor limfocitare B și T, „celulele ucigașe” ale corpului. Persoanele cu un sistem imunitar slăbit reacționează excelent, atunci când chakra inimii este curățată prin Procesul de Iluminare.

Denumirea sanscrită pentru chakra inimii este *anahata*, care înseamnă „nelimitat”. Se referă la faptul că ne eliberăm de aspectele materiale ale succesului. Banii, mașinile, faima și averea încetează să mai fie unități de măsură ale împlinirii. Libertatea, bucuria și pace statornică devin însemnele unei persoane concentrate pe centrul inimii. Din

punct de vedere cronologic, chakra inimii este asociată cu vârsta cuprinsă între douăzeci și unu și douăzeci și opt de ani. Este centru din care ne formăm familiile și descoperim iubirea, alături de sufletul-pereche și de copii.

Prin centrul inimii împărtășim și experimentăm iubirea. Aceasta este cea mai greșit înțeleasă chakra din corp, deoarece calitatea iubirii chakrei inimii nu este nici a avea afecțiune față de ceilalți, nici a ne îndrăgosti. Chakra inimii se concentrează asupra iubirii de Creație - aceeași iubire pe care o nutresc florile pentru ploaie, sau jaguarul pentru antilopa din care se hrănește. Acest tip de iubire nu se concentrează asupra unui obiect, după cum nu este dependent nici de altă persoană, pentru a exista. Nu este o iubire sentimentală. Este impersonală. Teologii creștini o numesc *agape*. Incașii îi spun *munay*. Tipul acest de iubire nu urmărește o finalitate. Nu duce la căsătorie sau la o relație. Este un scop în sine.

Pe când călătoream prin Anzi, în urmă cu mai mulți ani, tovarășii mei și cu mine am fost prinși într-un viscol puternic. Însoțeam o femeie indiană, care își ducea bebelușul în vârstă de trei luni, la o clinică din vale. Ne-am refugiat într-o colibă abandonată, care ne-a protejat de zăpadă și de grindină, chiar dacă vântul urla nemilos prin găurile pereților de piatră. Ne-am strâns unul lângă altul, iar Maria și-a lipit copilul de piept. Întreaga noapte, femeia a încercat să-și hrănească bebelușul, deschizându-și bluza și ducându-i buzele la sân. Spre dimineață, furtuna a cedat. Dealurile erau acoperite cu o pătură de nea. La răsăritul soarelui, am ieșit ca să ne mai încălzim puțin. Când Maria și-a desfășat copilul, am descoperit că fetița murise în timpul nopții. Ne-am întors în sat, unde o femeie vraci a binecuvântat copilul și a oficiat ritualurile morții. Apoi, am acompaniat-o pe tânăra mamă pe un deal și am încercat să o consolez, în timp ce săpam o groapă micuță în pământul înghețat. Amândoi aveam ochii înlăcrimați și ne rugam către Pa-chamama, Mama Pământ, să-i primească pruncul. Când am terminat, am acoperit movila cu pietre și ne-am întors în sat.

Două zile mai târziu, Mana lucra pe pământurile familiei. Afâna solul, pentru a-l pregăti de însămânțare. Eu eram încă trist și îmi petrecusem ziua anterioară jelind moartea copilului. Când Maria a văzut cât sunt de supărat, a venit la mine, m-a îmbrățișat și a spus: „Să nu fii trist. Copilul meu s-a întors acum la mama sa”. Comentariul ei mi-a eliminat tristețea. Am mers la râul din capătul satului, m-am dezbrăcat și am intrat în apa înghețată. Șocul mi-a alungat sentimentalismul. Maria m-a dus apoi la femeia vraci care oficiase ritualurile de îngropăciune ale copilului. Bătrâna și-a pus mâna peste inima mea și, cu o privire blândă, mi-a spus că nu am niciun motiv să fiu trist. Nu îmi venea să cred. Începeam să mă aline. Mai târziu, în acea seară, familia mi-a mulțumit pentru că am însoțit-o pe Maria în acea noapte înghețată. Deși vizibil triști, erau foarte calzi și plini de compasiune. Nu mai cunoscusem niciodată o iubire atât de altruistă. Egoismul, chiar dacă ar dori să pară lipsită de egoism, poate crea dezechilibre cumplite în cea de-a patra chakra.

Pentru a experimenta iubirea altruistă, trebuie să moară ceea ce am fost noi în trecut. Astfel, șamanii au născocit practici complexe pentru eliminarea ego-ului și a egoismului. Totuși, ca să experimentăm iubirea chakrei inimii, nu e nevoie să efectuăm ritualurile complicate ale morții, ca cele pe care le practică șamanii din junglă. Este suficient să ne predăm în fața iubirii - să facem ca iubirea să devină dintr-un sentiment, practică și meditație. Trebuie să încetăm să ne mai îndrăgostim, ci să devenim iubirea însăși. Atunci când îți simți inima bătând, amintește-ți că iubirea este cea care bate astfel.

Una dintre expresiile negative ale acestei chakre este îndrăgostirea de sine. Cu toții cunoaștem oameni care pretind că „iubirea este totul” și bălmăjesc tot felul de clișee despre iubire. Acești indivizi sunt mai interesați să-și demonstreze „iluminarea”, decât să pună în practică iubirea altruistă ori generozitatea. O altă exprimare negativă a instinctului iubirii este incapacitatea de a da dovadă de compasiune față de noi înșine. Atunci când iubirea de sine este absentă, rămânem la nivelul de autocritică și rușine. O chakra a inimii dezechilibrată ne face incapabili să ne dedicăm unei relații intime. Persoana care se află în această situație va fugi când se va simți vulnerabilă - adesea folo-

sind munca, ori alte scuze, pentru a sta departe de persoana iubită. O chakra a inimii echilibrată ne permite să ne implicăm în relația intimă. Ea integrează principiile masculin și feminin în interiorul nostru, astfel încât să nu ne mai căutăm în afară „jumătatea lipsă”. Blandețea și duritatea, receptivitatea și creativitatea încetează să mai fie aspecte opuse, pentru că aceste principii sunt îmbinate într-o armonie delicată. Centrul inimii ne permite să readucem o inocență care ne face să ne jucăm și să avem inspirație. Știm cine suntem și ne acceptăm pe noi înșine - iar acest lucru ne aduce bucurie și pace.

## **CHAKRA A CINCEA**

Element: Lumină Culoare: Albastru

Aspecte fizice: Gâtleej, gură, gât, esofag. Instinct: Exprimare parapsihică Aspecte psihologice: Manifestări ale visului, creativitate, comunicare, încredere. Glande: Tiroidă, paratiroidă. Este sediul pentru: Putere personală, încredere, dorință. Manifestare negativă: Trădare, dependențe, psihoze, probleme cu somnul, minciuni, frica de a vorbi, bârfă, toxicitate

Chakră a cincea este localizată în dreptul gâtului și influențează glanda tiroidă, reglatorul de temperatură al corpului. Reglarea ritmului metabolismului, adică a ritmului în care combustibilul este ars în organism, afectează greutatea corporală și aprovizionarea cu vitamine. Denumirea sanscrită a acestei chakre este *vishuda*, care înseamnă „puritate”. Cele mai vechi texte yoghine, scrise în urmă cu o mie cinci sute de ani de Patanjali, vorbesc despre *siddhis*, sau puterile magice pe care le are cel care și-a trezit acest centru luminos. Aceste puteri includ bilocația, capacitatea de a deveni invizibil, de a privi în trecut și de a desluși lucrările destinului.

Chakra a cincea este centrul nostru parapsihic, responsabil de clarviziune, claraudiție, psihometrie și abilitatea de a comunica fără cuvinte. Atunci când această chakră nu funcționează bine, pot avea loc experiențe psihice nedorite, chiar și o tulburare de personalitate de tip borderline, care se poate transforma ușor în psihoză ori nevroză. Fanteziile unei astfel de persoane intră în viața de zi cu zi și ea nu o mai poate deosebi de realitate. Tulburările de somn sunt frecvente, atunci când există un dezechilibru al acestei chakre.

Cronologic, a cincea chakră corespunde perioadei dintre douăzeci și opt și treizeci și cinci de ani, când începem să însemnăm ceva în lume. Atunci când chakra a cincea este curată, începem să obținem recunoaștere și măiestrie în profesia aleasă. Experiența și cunoașterea ne definesc statutul în lume. Cea de-a cincea chakră ne oferă posibilitatea de a vedea ce ne oferă viitorul și de a acționa conform viziunii noastre. Vă imaginați cine puteți deveni și simțiți libertatea de a avea posibilități nelimitate. În acest centru, adevărata introspecție devine posibilă, căci plenitudinea lumii noastre interioare ne este pusă la dispoziție pentru prima oară. Chakra a cincea ne permite să privim în noi, să devenim conștienți de procesele noastre interioare. Dezvoltăm un vocabular pentru viața noastră emoțională, psihologică și spirituală. Acest vocabular spiritual va crește în dimensiuni, în chakra a șasea, împreună cu abilitatea de a căuta resursele interioare, oricând simțim nevoia de a schimba lumea exterioară. În chakra a cincea începem să dezvoltăm o perspectivă globală. Nu mai rămânem fixați într-un grup, un trib sau o cultură. Ne identificăm cu toți oamenii - indiferent de rasă ori loc de naștere. În prima chakră, ne dobândim identitatea de la mamă; în a doua, aceasta provine de la familie; în a treia, ne revoltăm împotriva părinților și ne identificăm cu un grup social; în a patra, ne identificăm cu nația sau cultura (fie ea pop ori altfel). În cea de-a cincea chakră, devenim cetățeni planetari.

Chakra a cincea dă glas trăirilor inimii. Ea exprimă iubirea, bunătatea și iertarea noastră. În acest centru, cele patru elemente ale cha-krelor inferioare - pământ, apă, foc și aer - sunt combinate într-o energie pură, care oferă matricea sau cadrul pentru visele noastre - asemenea fagurelui, care îi dă formă stupului de albine. Chakra din regiunea gâtului lansează această matrice în jurul căreia ne creăm lumea.

Atunci când chakra a cincea este trezită, ne sincronizăm cu viața. Cu toții am avut dimineți în care ne-am gândit că ar fi mai bine să rămânem în pat, căci totul părea să meargă împotriva noastră. Intrî în bucătărie și descoperi că nu mai sunt cereale. Pleci cu masina și prinzi toate semafoarele, până ajungi la serviciu. Atunci când universul pare un adversar, când lucrurile nu se sincronizează, putem reveni la o stare de sincronizare cu viața, curățându-ne cea de-a cincea chakră, eliminând reziduurile și energiile dense care o blochează. Chakra a cincea acționează asemenea unui coș de locomotivă pentru toate celelalte centre, eliberând energiile volatile care nu sunt eliminate în pământ, de către prima chakră. O simplă cale de a curăța chakra a cincea este să o lovim de trei ori cu vârful degetelor, ușor. Eu fac acest lucru de mai multe ori pe zi, mai ales după ce am lucrat cu un client foarte „toxic”.

O manifestare negativă a acestei chakre o reprezintă intoxicarea cu propria cunoaștere. Acești oameni nu îi ascultă pe ceilalți, în timpul unei conversații. Pentru ei, avea dreptate este mai important decât a-l înțelege pe celălalt. Pericolul îl reprezintă tendința de a transforma spiritualitatea în dogmă. Patologia chakrei a cincea a afectat națiuni și biserici, după cum au demonstrat acțiunile Inchiziției și intoleranța religioasă din lumea de astăzi.

Pentru oamenii obișnuiți, chakra a cincea servește drept coș pentru eliminarea energiilor arse de chakrele inferioare. Pentru a comunica nevoile emoționale ale celorlalte chakre, majoritatea oamenilor își folosesc aproape exclusiv vocea. Cu cât devenim mai conștienți de resursele noastre psihologice și spirituale, cu atât această chakră devine mai puternică. Ne descoperim vocea adevărată.

## CHAKRELE CERULUI

În chakra a șasea, a șaptea, a opta și a noua, dezvoltarea devine transpersonală. Explorăm domenii tot mai subtile. De aici încolo dăm de necazuri. Curentul spiritual New Age introduce noțiunea unui Dumnezeu care se află într-o altă lume și nu dau atenție spiritualității practice, a Pământului feminin. Chakrele cerului sunt sprijinite de către chakrele Pământului - la fel cum crengile unui copac sunt susținute de rădăcini. Darurile chakrelor superioare sunt extraordinar de concrete și se manifestă în *această* lume. Nu provin din altă lume. Acest adevăr a fost recunoscut de fiecare învățător spiritual important. Atunci când Hristos ne-a învățat că „împărăția Cerurilor este aproape”, se referea la faptul că Cerul și Pământul sunt una, indivizibile.

Suntem familiarizați cu idei despre chakre legate de Pământ, din psihoterapie și din propria dezvoltare personală. Cu toții am avut probleme legate de părinți, furie, rușine, frică, sex, dorință și nevoia de siguranță. În chakrele cerului, intrăm pe un teritoriu mai puțin familiar. Aceste chakre dețin atribute care, uneori, sunt greu de înțeles, în unele cazuri, deosebirea dintre atributele a două chakre poate fi doar o chestiune de intensitate. Gândiți-vă la iubirea pe care o simte un copil pentru mama sa, versus iubirea pe care o simte mai târziu, pentru perechea sa. Chiar dacă ambele sentimente intră în categoria iubirii, sunt experiențe complet diferite (în ciuda a ceea ce psihologia vrea să ne facă să credem - și anume, că oamenii sfârșesc prin a se căsători cu o copie a părintelui de sex opus). La fel se întâmplă și cu lecțiile și însușirile spirituale ale chakrelor superioare.

Atunci când studiam împreună cu mentorul meu, domeniul chakrelor cerului, am identificat atributele care corespundeau acestor centri. Trecerea dincolo de moarte era atributul chakrei a șasea. Stăpânirea timpului era specifică celei de-a șaptea. Invizibilitatea corespundea chakrei a opta, iar de capacitatea de a păstra un secret răspundea chakra a noua.

### CHAKRA A ȘASEA

Element: Lumină pură.

Culoare: Indigo.

Aspecte fizice: Creier, ochi, sistem nervos.

Instinct: Adevăr.

Aspecte psihologice: Rațiune și logică, inteligență, empatie, depresie, probleme legate de stres, negare. Glande: Pituitară.

Este sediul pentru: Iluminare, auto-realizare. Manifestare negativă: Iluzie, nevroze, nepotrivire, atacuri de apoplexie. Chakra a șasea (sau cel de-al treilea ochi) este localizată în mijlocul frunții. În tradițiile hinduse este considerată cel de-al treilea ochi al lui Shiva, care oferă cunoașterea adevărului perfect și al non-dualității. Denumirea sanscrită a acestui centru este *ajna*, sau „puterea nelimitată”. În această chakra ajungem să cunoaștem că suntem inseparabili de Dumnezeu. Exprimăm Divinul din noi și vedem Divinul din ceilalți. Atunci când ne aflăm în prezența unei persoane care a ajuns la un asemenea nivel, avem un profund sentiment de calm și de pace. Ți dai seama că ești o ființă eternă, care locuiește un corp temporal. O persoană care și-a trezit chakra a șasea își dă seama că Eu-1 autentic trebuie să nu-și găsească identitatea exclusiv prin intermediul experiențelor fizice și mentale. Trecem dincolo de trup și minte, însă, cu toate acestea, le primim pe ambele în câmpul conștientei noastre. Pe măsură ce analizăm mintea, putem păși în stări trans-personale. Urmăm mintea cu multă curiozitate, dar fără să fim absorbiți de ea. Îndoiala dispare, atunci când treci dincolo de minte, iar dorința și dorul încetează să mai fie forte determinante. Intrăm pe tărâmurile cunoașterii, care pot fi experimentate, dar nu și povestite. Asta nu pentru că aceste tărâmuri se află dincolo de domeniul cuvintelor, ci mai degrabă pentru că nu există nimic altceva decât experiențe. Șamanii spun că acesta este un tărâm care nu poate fi găsit prin căutare, dar că numai cei care caută, l-ar putea găsi. Este ca în cazul a doi iubii pe care nu îi mai separă un singur sărut, ci mai degrabă îi unește. Atunci când nu există un experimentator, ce se poate spune despre experiență? În momentul în care e povestită, ea dispare. Este ca și cum te-ai trezi dintr-un vis. În clipa în care îți dai seama că ai visat, visul nu mai poate fi amintit.

Atunci când chakra a șasea nu funcționează cum trebuie, individul face o confuzie între informație și cunoaștere. Simte că a atins marile adevăruri spirituale, când, de fapt, nu are decât o colecție de informații. Șamanii știu cum să aducă ploaia, fără să explice că apa este compusă din atomi de hidrogen și oxigen. Materialismul spiritual este o disfuncție endemică a celei de-a treia chakre. Aceste persoane exercită adesea o mare putere și influență în lume, fără să-și asume responsabilitatea de a avea grijă de ea. În lumea noastră condusă de media, cu al său cult pentru celebritate, energiile chakrei a șasea pot fi deformate, având ca rezultat aroganța spirituală și megalomania.

Ca antropolog, am învățat ca fiecare contact pe care îl ai cu un grup indigen afectează cultura pe care o studiezi. Mâncarea pe care o aduci cu tine, aparatul foto și celelalte instrumente, până chiar și hai nele occidentale pot reprezenta un factor disturbator. Incașii alături de care am studiat, inclusiv Dona Laura și Don Manuel, încă țeș lână

și își fac singuri hainele. Ei nu au niciunul dintre accesoriile din Vest. Totuși, după ce am fost martor la moartea copilului Mariei, am renunțat la ideea antropologilor, care spune să nu intervii. Am început să adun haine de la studenții mei, ca să le duc muntenilor incași. Datorită donațiilor generoase, am reușit să dăm jachete și haine pentru iarnă tuturor copiilor din șase sate de munte. În 1992, am început să trimitem echipe medicale, care să-i ajute pe săteni. Cu toate că avuseseră rareori contact cu Vestul, preluaseră bolile acestora. Am oferit asistență medicală unui număr de peste trei mii de adulți și copii, în fiecare an, într-un cort care servea drept clinică ambulantă. Într-un an, oamenii care citiseră despre munca noastră au călătorit până în aceste sate îndepărtate, într-o expediție fotografică, și au lăsat în urmă câteva cutii cu mâncare pentru bebeluși, pe care mai multe femei au început să o folosească în locul alăptării. Câteva luni mai târziu, o femeie a venit la clinica noastră ambulantă și ne-a arătat copilul ei în vârstă de patru luni. Era numai piele și oase. Cântărea sub 3,6 kilograme. Rămăsese fără mâncare pentru bebeluș în urmă cu trei săptămâni, iar laptele îi secase. I-am dat toate suplimentele de mâncare pe care le aveam și am încurajat-o să-i permită uneia dintre vecine să-i alăpteze copilul, până când acesta începea să mănânce hrană solidă. Acești călători bine intenționați lăseseră daruri periculoase în urma lor.

Mi-am dat seama că trebuie să descoperim șamanul din noi. I-am învățat pe studenții mei că, oricâte călătorii ar face împreună cu indienii, nu vor dobândi propria înțelepciune și propria putere. Am descoperit că, adesea, se întâmplă exact opusul, care ne distrage de la o adevărată întâlnire cu Spiritul. Șamanul este o persoană auto-reali-zată. Descoperă calea Spiritului prin intermediul trezirii interioare. Antonio îmi tot amintea că Buddha nu era budist, iar Hristos nu era creștin. Unul a stat sub un copac, până când a atins iluminarea. Celălalt a mers în deșert vreme de patruzeci de zile. În cea de-a șasea chakră experimentăm propria trezire. Aruncăm poncho-urile, tobele, zornăitoarele și penele și toate celelalte elemente ale exteriorului.

Un al treilea ochi deschis îi permite șamanului să știe cine este. Îi oferă cunoașterea trecutului și a prezentului, permițându-i să vizualizeze destine alternative. Unele legende spun că cei care își trezesc această chakră pot obține chiar nemurirea fizică. Nu mai îmbătrânesc și nu se mai îmbolnăvesc, fiind capabili să-și păstreze tinerețea, putea și vitalitatea. Toate dorințele unei persoane cu cel de-al treilea ochi deschis se transformă în realitate și, dacă mai mulți vindecători au aceeași viziune, aceasta devine realitate pentru planetă. Religiiile băștinașilor pun de multă vreme în practică această tradiție. Înțelepții din triburile indienilor Hopi și vracii incași stau în meditație, vizualizând o lume pe care și-ar dori să o moștenească strănepoții.

## **CHAKRA A ȘAPTEA**

Element: Energie pură.

Culoare: Violet.

Aspecte fizice: Piele, creier, echilibru hormonal.

Instinct: Etică universală.

Aspecte psihologice: Altruism, integritate, înțelepciune.

Glande: Pineală.

Este sediul pentru: Transcendență, Iluminare.

Manifestare negativă: Psihoze, regresie, cinism.

Chakra coroană, situată în vârful capului, este portalul nostru către Ceruri, în același fel în care prima chakră este portalul către Pământ. Fire luminoase pornesc din acest centru și ajung până la stele și până la destinele noastre. Pământul ne protejează și ne hrănește cu forța sa vitală, iar Cerul ne propulsează spre propria devenire. Semințele încolțesc doar atunci când se află în pământul bogat, întunecat și umed, dar cresc la lumina Soarelui. După germinare, toate plantele se întorc după soare, pentru a lua viață de la el. În mod similar, viața noastră spirituală germinează în prima chakră, legată de pământ, iar Lumina Cerurilor intră prin coroană pentru a hrăni întregul sistem al chakrelor. În sanscrită, numele acestei chakre este *sahasrara*, care înseamnă „spațiu gol”. Persoanele care au dobândit darurile pe care le oferă acest centru, nu mai au nevoie de formă fizică. Fiind capabile să călătorească prin spațiu și timp, ele sunt una cu Cerul și Pământul.

Leția chakrei a șaptea este stăpânirea timpului. Atunci când ne eliberăm de timpul linear, cauzal, nu mai suntem prinși în strânsura tiranică a trecutului. Ziua de astăzi nu mai este rezultatul unui incident anterior și experimentăm eliberarea de cauză și efect. Trăim cu un picior în lumea obișnuită și cu celălalt în lumea spirituală și ne dăm seama că acestea împart domenii comune. Dacă prin chakra a șasea vindecătorul obține cunoașterea evenimentelor din trecut și viitor, atunci când trezește chakra a șaptea, este capabil să influențeze acele evenimente. Poate vindeca evenimente din trecut și își poate ajuta clientul să selecteze un viitor alternativ - poate unul în care să fie eliberat de durere și să ducă o viață mai împlinită.

În chakra a șaptea, șamanul este eliberat de dorință, speranță sau regret. Pe râul Madre de Dios, lângă granița dintre Peru și Brazilia, locuiește un vrac bătrân, un maestru lucrului cu *ayahuasca* - o poți-une din junglă, care îți permite,

dacă ești bine ghidat, să trăiești o experiență în lumile de dincolo de moarte. Acest bătrân rareori mai vorbește - nu are nevoie de cuvinte. În timpul ceremoniei, el fluiere și intonează cântece râului și plantelor medicinale, iar tu devii una cu jungla din jurul tău. Tu și râul nu mai sunteți separați. Tu și greierii sunteți note cântate de același flaut. În cea de-a șaptea chakra, înțelegem că viața este o rețea complicată de fire luminoase, că fiecare dintre noi este unul dintre aceste fire - dar și că suntem, în același timp, întreaga rețea. Îmi aduc aminte când am lucrat pentru întâia oară cu un șaman. Trecuseră peste cinci ani de când luasem pentru ultima oară *ayahuasca*. Știam la ce să mă aștept de la acest amestec de plante, pentru că îl încercasem de multe ori. Sau așa credeam. După aproximativ o oră de la ingerarea plantei, am avut o viziune. M-am văzut mort. Mi-am văzut corpul în fața mea, lipsit de viață, și îl analizez de la distanță. Știam că identitatea mea este intactă. Eu eram observatorul, nu cadavrul. Atunci mi s-a făcut rău. Am fugit în junglă și am vomitat. Tot ce se afla în jurul meu pulsa de viață: lianele uriașe, copacii colosali care ofereau acoperământul pentru tot ceea ce însemna vegetație. Totul era viu - cu excepția mea. Devenisem un

cadavru viu, nu mai eram un observator. Am simțit durerea vieții Fele și pierderea celor dragi. Eram înpietrit de amărăciune. Apoi am redevenit observator și m-am simțit liber. Pe parcursul următoarei halci de eternitate, am tot pendulat între aceste două variante: durere și pace, sclavie și libertate, viață și moarte, până când am înțeles că toate erau unul și același lucru. În cea de-a șaptea chakra, nu mai există subiect și obiect. Totul participă. Aparentele contradicții se contopesc într-un singur lucru: viața în moarte, pacea în durere, libertatea în sclavie.

Expresia negativă a chakrei a șaptea înseamnă regresia spirituală, care se preface a fi Iluminare. Deși este adevărat că, pentru a trăi experiența transcenderii, trebuie să îți depășești ego-ul, adesea credem că fiecare stare ce nu implică ego-ul este transcendentă. Credința că, dacă scapi de ego, capeti Spirit este departe de adevăr. La diferite nivele există multe stări non-ego. De exemplu, sentimentul pe care îl are un copil mic față de sine și față de mediul înconjurător este același. În psihoterapie, lipsa granițelor ego-ului este considerată nesănătoasă. Ego-ul oamenilor cu boli mentale grave, precum schizofrenia, sunt atât de fragmentate, încât nu mai poate funcționa. În culturile tradiționale, procesul de inițiere este conceput cu grijă, pentru a se asigura ca studentul și-a clădit un solid simț despre propria-i ființă, înainte de a încerca să distrugă ego-ul și să atingă acest nivel.

În această cultură în care vrem să primim recompense imediate, căutătorii spirituali vor adesea să sară peste exercițiile pentru cha-krele inferioare. Unii sunt atrași de promisiunea unor experiențe exotice. Alții sunt pur și simplu nerăbdători, sau nu sunt conștienți pe deplin că trebuie să își curețe chakrele inferioare, în cadrul pregătirii pentru acest proces. Câteodată, nici măcar profesorii lor nu l-au dus până la capăt și nu sunt conștienți de necesitatea lui. Ei cred că, oricare ar fi nivelul de dezvoltare pe care îl ating, acesta înseamnă Iluminare și resping deschis sugestia că mai este drum de parcurs. Această concepție spirituală greșită este predominantă astăzi.

Cei care stăpânesc cea de-a șaptea chakra obțin puteri neobișnuite, printre care amintiri străvechi din conștiința colectivă a omenirii. Dona Laura obișnuia să-mi spună că testul final al șamanului care încearcă să ajungă la acest nivel este să își amintească prima poveste spusă vreodată.

„Pe când timpul era încă tânăr, înainte de apariția patrupedelor sau a plantelor, prima poveste spusă vreodată a aparținut Oamenilor Pietrei”, a spus ea. „Iată de ce punem un cerc din pietre în jurul focului.”

Am implorat-o să spună mai multe.

„Întreabă pietrele”, mi-a spus ea. Până când, într-o zi, mi-am amintit.

Un alt dar al celei de-a șaptea chakre este capacitatea de a-ți schimba forma. Acești șamani înțeleg că nu sunt prin nimic diferiți de pietre, plante sau pământ. Laura a apărut odată, la una dintre întâlnirile noastre, sub forma unei indience tinere și frumoase. M-am simțit foarte atras de ea și m-am îndrăgostit de ochii și de zâmbetul ei. La un moment dat, în timpul serii, a mers în spatele unui bolovan, iar persoana care s-a întors o secundă mai târziu a fost Dona Laura, întruchiparea femeii casnice.

„Nu mă mai consideri frumoasă?”, a întrebat ea, zâmbind.

Persoanele care stăpânesc darurile acestei chakre înțeleg că râul vieții curge dincolo de formă și de lipsa formei, dincolo de existență și nonexistență. Ei cunosc nemărginirea, independent de timp sau formă.

## **CHAKRA A OPTA**

Element: Suflet.

Culoare: Auriu.

Aspecte fizice: Arhitectul corpului.

Instinct: Transcendența.

Aspecte psihologice: Niciunul.

Glande: Niciuna.

Este sediul pentru: Non-timp.



Manifestare negativă: Matricele bolilor, groaza cosmică.

Don Antonio numea chakra a opta *wiracocha* sau „sursa sacralui”. Acesta era un modul unic de a descrie acest centru, pentru că eu nu am mai auzit alți vraci să-l numească așa. Această chakră se află la câțiva centimetri deasupra capului și, atunci când este trezită, strălucește precum un soare, în interiorul Câmpului Energetic de Lumină.

Atunci când o persoană își mută conștiința în cea de-a opta chakră, poate accesa amintirile ancestrale. Își amintește lucruri pe care nu le-a trăit niciodată direct. De exemplu, își poate aminti, în mod spontan, cum stătea în preerie, în jurul focului, cu un bivoli în spatele său, sau rugându-se în templele de piatră din munții înzăpeziți. Învățăturile tuturor șamanilor care au trăit înainte îi stau la dispoziție. Vocile lor devin vocea lui, iar acești profesori străvechi trăiesc în interiorul său. Acest centru este legat de domeniul arhetipal, de imaginile originare și de amintirile care aparțin colectivității umane.

Câmpurile informaționale din chakra a opta acționează ca un șablon, pentru a crea corpul fizic. Această chakră este ca un tâmplar care construiește un scaun (corpul fizic), iar mai târziu îl arde în sobă. Tâmplarul nu simte nicio pierdere, întrucât știe că poate construi un alt scaun, dintr-o bucată nouă de lemn. Chakra a opta nu este afectată de moartea corpului. Dacă în această chakră există înregistrarea unei boli, este ca și cum un defect de proiectare ar fi reprodus în fiecare scaun nou.

În chakra a opta experimentăm o uniune profundă nu doar cu tot ceea ce înseamnă Creație - lucru care se întâmplă în chakra a șaptea - ci cu însuși Creatorul. Creatorul este inefabil și nu poate fi cuprins într-o imagine pe care simțurile noastre să o perceapă. Aceste întâlniri sunt adesea percepute prin prisma culturii. Un creștin poate avea experiența uniunii cu Creatorul sub forma fuziunii cu un înger, un sfânt sau cu Christos. Un budist o poate experimenta ca pe o comuniune cu Buddha, iar un șaman incaș, ca pe o contopire cu steaua noastră, Soarele. Devenim una cu Creatorul și percepem chipurile arhetipale ale Divinului, care există în acest tărâm. Acestea sunt imagini ale lui Dumnezeu, care au fost scrijelite, sculptate și pictate de înaintașii noștri, vreme de sute de mii de ani. Manifestarea negativă a acestei chakre este groaza cosmică, așa cum este trăită de cei prinși între lumea spiritului și cea a materiei. Ne-fiind nici morți, nici vii, ei sunt prinși într-un tărâm de coșmar, de care nu pot scăpa. La nivel spiritual, acesta este purgatoriul, ceea ce budiștii numesc planurile *bardo*. Entitățile destrupate, care se agață de oameni sau de locuri de pe Pământ, sunt prinse în acest plan. De asemenea, persoanele care suferă o trezire spontană, dar dezechilibrată a acestui centru, pot rămâne prinse în acest spațiu. Mulți se află în spitalele de boli psihice. Unii suferă singuri, în casele lor, iar alții ajung să facă parte din culte pseudomistice bizare.

Atributul chakrei a opta este invizibilitatea. În acest centru, devenim conștienți de Observator (cunoscut în budism drept Martorul) -un Sine care a fost prezent încă de la începutul călătoriei noastre spirituale. Desprins de minte, el este capabil să-i prezinte minții toate dramele, fără să se implice în ele. Observatorul este martorul desfășurării vieții noastre și înțelege că toate poveștile pe care le folosim pentru a ne descrie pe noi înșine sunt doar atât: povești. Tot ceea ce credem că știm despre noi înșine, nu are legătura cu Eu-1 real. Observatorul știe că orice poate fi văzut sau apucat nu este real. Pentru Observator contează misterul și nu manifestarea. Observatorul percepe totul, dar nu poate fi perceput, pentru că nu este transformat într-un obiect al percepției. Observatorul este invizibil, pentru că nu poate fi observat.

Odată, pe când mă plimbam pe malul unui râu, împreună cu o femeie vraci și cu soțul acesteia, am ajuns într-o zonă defrișată. El mi-au spus:

„Alberto, mergi înainte și vezi ce se întâmplă.”

Am făcut primul pas spre junglă și am observat că este plină de cântec. Papagalii cântau, celelalte păsări cântau, iar maimuțele murmurau între ele. La cel de-al treilea pas pe care l-am făcut, sunetele junglei au încetat. Femeia, care mă urmărea la câțiva pași în urmă, a venit lângă mine și a spus:

„Au tăcut, din cauză că toate creaturile știu că ai fost alungat din Grădină. De aceea au tăcut. Știi că ai fost alungat din Paradis. Nu mai vorbești cu Dumnezeu.”

Am fost convins că aiurează. Am parcurs câteva sute de metri înapoi și am trecut pe lângă doi indieni Shipebo, care frigeau un șarpe boa. M-am întors și i-am întrebat dacă îmi pot da din grăsimea de boa pe care o colectau într-o cutie de tinichea. Eram convins că animalele îmi mirosiseră deodorantul sau pasta de dinți pe care le folosisem în acea dimineață. Mi-am dat pantalonii jos și mi-am uns corpul cu grăsime de boa, hotărât să miros ca un șarpe care se strecoară prin jun-

, glă. M-am întors și, la primul pas, nuzica Amazonului mi-a umplut urechile. La cel de-al treilea pas, tăcerea a cuprins din nou totul.

Mulți ani mai târziu, după ce am învățat practica invizibilității, am reușit să intru în junglă și să fiu recunoscut ca aparținând Grădinii, ca ființă care încă vorbește cu natura. Am obținut invizibilitatea, eliminând proiectele care mă cuprindeau pe „mine” și practicând tăcerea, în cele din urmă, Observatorul va începe să își reveleze propria sursă, care este Spirit sau chakra a noua.

## CHAKRA A NOUA

Element: Spirit

Culoare: Lumină albă, translucidă

Aspecte fizice: Niciunul

Instinct: Eliberare

Aspecte psihologice: Niciunul

Glande: Niciuna

Este sediul pentru: Nemărginire

Manifestare negativă: Niciuna

Chakra a noua se află în inima Universului. Este în afara timpului și a spațiului. Se extinde prin vastitatea spațiului și se conectează de chakra a opta, printr-un cordon luminos. Șamanul poate călători prin acest cordon, pentru a experimenta vasta întindere a Creației. Folosim termenul de chakra pentru acest centru, deoarece nu avem o denumire mai bună. În realitate, acesta este lăcașul Spiritului. El există dincolo de sufletul personal care ne ține legați de continuum-ul spațiu-timp și salvare, și care este asociat chakrei a opta. Este spiritul fiecărui lucru din Univers. Observatorul se dovedește a fi tot ceea ce este observat.

Chakra a noua este Sinele care nu a fost niciodată născut și nu va muri niciodată. Acest Sine este anterior timpului și nu va intra niciodată în râul prin care curge timpul. Este anterior spațiului și a existat înainte de materializarea Universului. Este Sinele care nu a părăsit niciodată Grădina Edenului.

Chakra a noua ne dă abilitatea de a păstra un secret, chiar și față de tine însuși. Secretul este că, în urmă cu foarte mult timp, acea

Forța Imensă, pe care o cunoaștem drept Dumnezeu, a hotărât din locul Său, aflat în vidul nemanifestat, să se experimenteze pe Sine. Astfel, s-a manifestat în urmă cu douăsprezece miliarde de ani, ca o singularitate din care a fost formată întreaga materie din Univers. Imensa Forță a continuat să se exploreze pe Sine prin toate formele de viață, ca lăcustă, balenă, planete și asteroizi. Cu toate acestea, de vreme ce Imensa Forță era omniprezentă și omniscientă, fiecare dintre manifestările Sale posedă aceste calități. Prin urmare, a trebuit să păstreze secretul naturii Sale, chiar față de Sine, pentru a se cunoaște pe Sine, prin cele zece mii de forme.

Atunci când acest centru este trezit, un râset puternic, huruitor, străbate cu ecou munții, tunând pe tot Cerul.

## Capitolul 5

### Felul de a vedea al șamanilor

*Nazca este locul unde se află giganticele desene din deșert. Aici sunt înfățișate, la dimensiuni colosale, păsări colibri, păianjeni și linii geometrice care se întind înspre orizont. Erich von Daniken le-a numit locurile de aterizare ale zeilor din spațiul extraterestru. Nimic nu poate fi mai departe de adevăr.*

*Șamanii au schițat mandate enorme, pentru a aduce un echilibru între Ceruri și Pământ. Dreptunghiurile, triunghiurile și liniile fac parte dintr-o geometrie sacră, acum uitată. Dar puterea acestor figuri rămâne. De fiecare dată când intru într-un desen, noaptea, pot să văd energia. Luna trebuie să fie într-o anumită po-*

*ziție. Este ceva foarte ciudat. La început am perceput ceva asemănător unor amprente ce pluteau peste nisip, care s-au transformat în figuri. Bizar este că am văzut cu toții același lucru. Să fi fost o halucinație de grup? Noaptea trecută, luna era propice. Eram vreo doisprezece oameni și lucram la marginea unei spirale gigantice din deșert, asemănătoare unui șarpe. Eduardo ne-a explicat că, pe măsură ce înaintam către spirală, renunțam la trecutul care ne bântuia.*

*Atunci când am ieșit din spirală, am cerut să apară ceea ce tocmai deveneam. Când șamanul a pășit în față, am văzut o formă opacă în spatele lui. Am bătut-o pe Isabelpe umăr. Este cea mai vârstnică studentă a Donei Laura și cel mai bun clarvăzător al grupului. „Ce-i asta?”, am întrebat-o eu. Eduardo pășea de-a lungul curbei spiralei, apropiindu-se. Atunci am văzut și noi. Era cea mai hidoasă bestie pe care și-o poate imagina cineva, o combinație de reptilă, gorilă și om. Era o crea tură demnă de picturile lui Hieronymus Bosch. Se apropia de Eduardo, prinzându-l în gheare. Apoi a fost înghițită de Pământ. Eduardo a ajuns în mijlocul spiralei și și-a întins brațele către Cer. Când a ieșit, ne-a descris ce am văzut noi.*

*„Era Le Chiconga”, a spus el. „Este un animal cu puteri elementare, pe care l-a creat unul dintre maestrul meu, cu mult timp în urmă. Când maestrul a murit, La Chiconga n-a mai avut stăpân și a venit la mine. Nu l-am mai văzut de mulți ani. Mă bucur că aplecat. ”Știam că Eduardo se pregătise cu vrăjitori*

*în tinerețe, înainte de a alege calea vindecării șamanice. îl mai auzisem vorbind despre La Chiconga, dar credeam că este doar o poveste.*

*Aceste energii pot sta atașate de om, vreme îndelungată.*

### **Jurnale**

Exercițiile din acest capitol vă dezvoltă capacitatea de a vedea energia. Veți învăța să simțiți Câmpul Energetic de Lumină, să percepeți râurile de Lumină și să citiți discursurile rotitoare ale chakrelor. Atunci când învățați felul de a vedea al șamanilor, puteți ajunge la originea răni care a provocat o înregistrare în Câmpul Energetic de Lumină. Vă permite, de asemenea, să dați de urma energiilor invadatoare din corp, să detectați și să identificați prezența spiritelor inva-zive, care vă pot face rău - atât emoțional, cât și fizic. În lucrul meu cu clienții, percep un eveniment traumatic din trecut, ca și cum s-ar repeta în fața ochilor mei. Adesea, faptele nu sunt concrete, dar teama și impactul emoțional asupra clientului meu sunt corecte. În cazul Diane, am perceput o tânără implicată într-un accident auto. Și-a acoperit capul cu mâinile și a strâns din ochi. A devenit rigidă, iar apoi și-a părăsit corpul fizic. Spiritul a părut să plutească deasupra fetei și mi-a spus că nu a dorit să se întoarcă. Aici nu era un loc sigur pentru ea. Când i-am povestit aceste lucruri, Diane nu și-a putut aminti niciun accident. A trebuit să o întrebe pe mama ei, care i-a confirmat mai târziu că, într-adevăr, avusese loc un accident, pe când Diane era mică și că nimeni nu fusese rănit. Totuși, de atunci, Diane trăise pe jumătate în corpul ei și pe jumătate în afară, nesimțindu-se niciodată confortabil sau în siguranță. Câmpul Energiei sale Luminoase păstrase intactă această informație.

Maiășii, hindușii, budiștii, aborigenii, incașii și primii creștini au descris cu toții Câmpul Energiei Luminoase, folosind aceleași imagini. Un artist care a decorat mormântul regelui Tutankamon, în Egipt, în urmă cu cinci mii de ani, l-a pictat pe zeul Toth cu un glob luminos deasupra capului, o hieroglifă semnificând luna, care desemna energia acestuia și abilitatea de a interveni în natura ciclică a timpului. Acest halou este identic chakrei a opta, descrisă de șamanii Amazonului. Oamenii din junglă cred că darurile acestei chakre sunt exact cele reprezentate de către miticul zeu egiptean - abilitatea de a ieși în afara timpului. În mod similar, haloul de lumină desenat în jurul capului lui Hristos este, în esență, același cu cel care îl înconjoară pe Bu-ddha, sau pe un șaman Maori din Noua Zeelandă. Aceste imagini, reprezentate în piatră, în lemn sau pe pânză, confirmă existența văzătorilor, capabili să perceapă o realitate supranaturală. Aici nu vorbim despre artiști care au folosit haloul doar pe post de simbol - ei erau clarvăzători. Asemănarea dintre percepțiile lor atestă abilitatea înăscută pe care o avem cu toții, de a simți câmpul energiei umane.

Chiar dacă referințele la Câmpul Energetic de Lumină sunt răspândite pe întregul glob și au apărut în toate timpurile, majoritatea gânditorilor occidentali acceptă cu greu această dovadă. Credem că, atunci când scribii egipteni, sculptorii dogoni sau artizanii budiști au desenat un halou de lumină în jurul celor pe care i-au prezentat, au făcut o referire alegorică la un alt fel de Iluminare. Ne imaginăm această Iluminare ca pe o stare interioară pe care o ating și înțelepții. Dat fiind că, în general, nu o putem percepe cu ochii, suntem convinși că nu este ceva real. Mai mult, știința nu a demonstrat existența Câmpului Energetic de Lumină, așa că nu putem crede în realitatea acestuia. Dacă însă ne gândim bine, ne dăm seama că știința nu a putut măsura gravitația, până când Newton a demonstrat că este lege fundamentală a naturii. Cu toate acestea, vreme de mii și mii de ani, merele au căzut din copaci, iar apa a curs la vale. În mod cert, gravitația este mai ușor de observat decât Câmpul Energetic de Lumină - dar, pentru șamanii din lumea întreagă, lumea invizibilă a energiei și a Spiritului este la fel de tangibilă ca și apa care curge.

Atunci când occidentalii îmbrățișează aceste practici șamanice, apar anumite obstacole. Trăim într-o cultură în care oamenii care susțin că văd energiile sunt considerați nebuni sau dezechilibrați, care au mare nevoie de asistență de specialitate. Îmi amintesc un asemenea incident, care a avut loc pe când eram psiholog și făceam practică într-un spital din nordul Californiei. În ziua în care am început să lucrez, un pacient pe nume Pietro a venit a mine și mi-a spus: „Știu cine ești. Nu te poți ascunde de mine". Apoi a început să descrie incidente din copilăria mea, pe care nimeni din afara familiei nu le putea cunoaște. Capacitățile parapsihice ale lui Pietro se dezvoltaseră în urma unei experiențe neplăcute datorată consumului de LSD. Se afla în spitalul de psihiatrie, pentru că nu știa cum să pună capăt acestui fel de a vedea și speria oamenii cu observațiile sale. Doctorii și terapeuții noștri nu prea știu cum să ajute pe cineva care are asemenea daruri - fie ele înspăimântătoare și apărute brusc, la fel ca în cazul lui Pietro, fie blânde și spontane, așa cum apar uneori în copilărie sau adolescență. Lui Pietro i se administrau multe medicamente

și nu exista speranța unei vindecări. Într-o cultură tribală, ar fi deținut poziția de asistent al unui șaman, pentru diagnosticarea bolilor.

Felul de a vedea al șamanilor este un talent care trebuie dezvoltat. În același fel în care cei cu talent muzical trebuie să exerseze și să fie încurajați să cânte la un instrument, și cei care doresc să vadă Lumea de Lumină trebuie să-și dezvolte și să-și rafineze această abilitate. De milenii, șamanii din întreaga lume au desăvârșit tehnici pentru amplificarea acestor capacități. Aceste tehnici au fost dezvoltate în societăți care au ridicat la rang de onoare oamenii care erau în stare să zărească lumea invizibilă. Eu am adaptat cele mai valoroase dintre aceste practici, pe care le predau studenților de la Școala Vindecării Trupului de Lumină.

### **CUM VEDEM NOI**

Văzul este un proces miraculos, căruia i-au trebuit milioane de ani de evoluție pentru a se perfecționa. Pentru multe forme de viață complexe - de la lăcuste la balene - este mijlocul principal de percepție. Văzul uman se bazează pe trei componente: ochii, nervul optic

și cortexul vizual din creier. Ochii convertesc lumina în semnale electrice. Aceste semnale sunt purtate de către nervul optic în cortexul vizual, „camera de vizualizare” a creierului. Nervul optic transportă un șir de electroni din ochi până la creier, în același fel în care un cablu de televiziune poartă semnalul către un televizor. Cortexul vizual, localizat în spatele urechilor, în ceafă, generează apoi o imagine. De fapt, tot procesul văzului are loc în cap, chiar dacă ni se pare că vedem lumea din afară.

Ochii nu ne sunt de mare folos în perceperea lumii invizibile a energiei și a Spiritului. Retinele noastre înregistrează doar o bandă îngustă din spectrul electromagnetic. Ele nu percep razele infraroșii ori ultraviolete, de exemplu, la care pielea răspunde. Nervul optic nu este nici el de ajutor, pentru că e un cablu cu o singură ieșire, care conectează ochii la camera de vizualizare. Camera de vizualizare, însă, este o structură extraordinară. Cortexul vizual este capabil să traducă energia (impulsurile electrice de la nervul optic), în imagini vii. Mecanismul pentru a vedea energia este deja instalat. Pentru a percepe Câmpul Energetic de Lumină și poveștile codificate în acesta, trebuie doar să schimbăm sursa semnalului și să-i permitem cortexului vizual să facă ceea ce a fost desemnat de către natură să facă - să creeze imagini.

Atunci când medicul vă analizează inima, vă face o electrocardiogramă. Senzorii atașați pieptului trimit un semnal, printr-un fir, către o diagramă care descrie impulsurile inimii. Dacă medicul dorește să verifice temperatura din crama lui de acasă, poate, pur și simplu, să atârne termometrul de un perete, dar folosește același sistem de înregistrare. Cu senzorul și cablul potrivite, aparatul EKG poate măsura orice tip de activitate - de la bătăile inimii, la cutremure. În cazul vederii obișnuite, ochii sunt senzorii, nervul optic este cablul, iar cortexul vizual este aparatul de înregistrare. Pentru a vedea în lumea energiei, trebuie să dezactivăm senzorii (ochii) și cablul (nervul optic), dar tot trebuie să folosim aparatul de înregistrare, cortexul vizual. Singura funcție a aparatului de înregistrare este aceea a traducem semnalului într-o imagine. Iată de ce am numit-o camera de vizualizare.

Suntem dotați cu senzorii de care avem nevoie pentru a dobândi felul de a vedea al șamanilor - aceștia sunt chakra a șasea (cel de „al treilea ochi” mitic, din centrul frunții) și chakra a patra, inima. Conectând chakra inimii și cel de-al treilea ochi la cortexul vizual, putem vedea cu ochii minții și ai inimii. Scopul este obținerea unui „cablu” din aceste chakre, până la camera de vizualizare din ceafă.

Ca student, am învățat la cursurile de anatomie, despre rețeaua creierului. După ce legăturile neuronale din creier sunt stabilite, este foarte greu să le mai schimbi. Este imposibil să creezi noi căi neurologice către cortexul vizual. Dacă nervul optic este tăiat, omul orbește și nu își mai recuperează văzul. Cu toate acestea, continuă să vizeze în culori și imagini.

Creierul nu poate reface semnalele către cortexul vizual. Prin urmare, pentru a vedea cu ochii inimii, trebuie să creăm o rețea extracerebrală, din afara creierului. Ritualurile șamanilor pot stabili legături extracerebrale, care conectează inima și cel de-al treilea ochi la camera de vizualizare a cortexului vizual, pentru a obține imagini multisenzoriale din Lumea de Lumină.

În primul an din viață, bebelușii au de zece ori mai multe conexiuni sinaptice în creier, decât au adulții. Sinapsele sunt asemenea ramurilor care pornesc din celulele nervoase și merg în direcții multiple, până când găsesc o altă ramură de care să se lege. Conexiunile sinaptice sunt căile prin care procesăm informația. Pe când eram bebeluși, puteam descoperi șase căi diferite de a apuca paharul cu apă. Pe măsură ce învățăm calea cea mai ergonomică - inclusiv ce înseamnă stânga și dreapta - celelalte căi se atenuază și dispar. Sinapsele conectează celulele creierului între ele și pot fi comparate cu niște cărări din pădure. Unele cărări sunt directe, prin pajiște, și conduc la râu, de exemplu. Altele sunt mai ocolite, printre pâlcuri de plopi și ulmi, dar, în cele din urmă, conduc la același râu. După ce ne creăm harta realității, 90 % din conexiunile noastre sinaptice mor. Devenim familiarizați cu o singură cale de a ajunge la râu. Rutele celelalte sunt șterse. Dacă învățăm drumul prin pajiște, uităm că plopii și ulmii există. Privim neîncrezători la un călător care ne povestește despre copacii minunați pe care i-a văzut în drumul spre râu.

în cultura noastră, crearea unei hărți a lumii invizibile nu este o prioritate. Acest tărâm spiritual nu este nici măcar recunoscut ca

fiind real. Nu exista nici un râu, așa că de ce să creeze cărari până la el? Occidentalii nu și-au dezvoltat căi neurale, pentru a simți energia. Așadar, trebuie să lăsăm aceste căi în afara creierului. Vă puteți gândi la ele ca la niște meridiane de lumină aurie, care circulă în afara capului, conectând cel de-al treilea ochi și inima, la camera de vizualizare din spatele craniului. Aceste cărari fac schimb de informații senzoriale, în multe moduri - imagini, texturi, sunete, gusturi, percepții tactile și arome.

### **CUM SĂ-ȚI PIERZI CAPUL ȘI SĂ-ȚI REVII ÎN SIMȚIRI**

Lumea invizibilă nu poate fi văzută cu ochii logici ai rațiunii. Trebuie să reînviem starea de inocență a copilăriei și să redescoperim percepția primară, directă. Un copil cercetează texturile, distinge culorile, privește sub pietre și întreabă „de ce”, la tot pasul. Totul este percepție imediată, primară. Atunci când Hristos a spus: „De nu veți fi precum pruncii, nu veți intra în împărăția Cerurilor”, a sugerat că trebuie să percepem din nou lumea cu inocență, neîmpovărați de ideii preconcepute. Limbajul și rațiunea ne despart de experiența directă. Denumirile și logica sunt practice, dar ne țin departe de misterul vieții.

Este de dorit să implicăm simțurile, înainte de a practica exercițiile care urmează. Altminteri, practica devine o activitate intelectuală și limitată la ceea ce pot vedea ochii. Atunci când implicăm simțurile, obținem o percepție holistică a lumii, astfel încât simțul tactil, gustul, auzul și văzul nu ne mai separă de experiență, ci ne fac una cu ceea ce percepem. Simțim un parfum și devenim parfumul, una cu el. Aceasta nu este o gen de comuniune poetică. Este o înțelegere profundă a interconectării. De exemplu, atunci când o femeie vraci își cufundă cana în apele Amazonului, nu gândește: *Aha, acum apa asta e a mea*. În schimb, afirmă: *Acum, Amazonul curge prin mine*.

### **EXERCITIU DE PERCEPȚIE**

Luați-vă pulsul, dar nu priviți la ceas. Nu vă numărați bătăile inimii. Pur și simplu, trăiți experiența curenților și valurilor de sânge care curg prin voi. Simțiți-vă ritmul pulsului. Acesta este tempoul vostru. Nimeni altcineva nu are exact același ritm cu voi. Locuitorii insulelor din Indonezia cred ca tot ceea ce este viu are puls. În urmă cu mii de ani, ei creau tobe din bronz, de dimensiunea unui elefant, și băteau la ele ritmul Creației, pentru a-și acorda spiritul la tempoul Universului însuși.

Folosiți-vă imaginația. Ce culoare are sângele vostru? Sunteți sigur că este roșu? De ce în venele voastre pare albastru? Când își schimbă culoarea? De ce? Nu vă gândiți la cursurile de biologie făcute la școală. Corpul vostru cunoaște răspunsul. Întrebați-l. Urmați-vă sângele până în inimă și găsiți singuri răspunsul. Inima este primul organ care primește sângele roșu, plin de oxigen, din plămâni și se hrănește cu el, înainte de a-l împinge pentru a hrăni și restul corpului. Acum, fixați-vă conștiința asupra respirației. Acoperiți-vă întâi o nară, apoi pe cealaltă. Prin care nară respirați? Respirăm predominant printr-una dintre nări, vreme de câteva ore, după care cealaltă preia funcția. Analizați-vă respirația, aerul care intră în plămâni. Ce simțiți? Respirați cu dificultate sau ușor? Cât de profundă este respirația și cât durează?

Apoi analizați-vă simțul olfactiv. Care este mirosul vostru? Fiecare om are un miros personal. Miroșiți-vă mâinile, după ce ați tocat usturoi sau busuioc. Inhalați multe mirosuri diferite: parfumul delicat al florilor, mirosul înțepător al oțetului, izul laptelui acrit, mireasma dulce a lavandei. Majoritatea mamiferelor se bazează întâi și întâi pe simțul mirosului. Un urs polar este în stare să miroasă o focă de la aproape cincizeci de kilometri. Maimuțele se miros, atunci când se întâlnesc pentru prima dată. Un leu care stă la pândă vă va mirosi frica. Apoi, observați-vă simțul tactil. Pielea este cel mai mare organ senzitiv al corpului. Este compusă din același țesut ca și creierul și sistemul nervos. Pielea este vie. Erupe atunci când este furioasă, strălucește atunci când este răsfățată. Acordați-vă un moment în care să vă mângâiați fața. Simțiți-vă buzele, treceți-vă vârful degetelor peste întreaga lor circumferință. Mângâiați chipul persoanei iubite. Apoi, deveniți conștienți de picioarele voastre. Mișcați-vă degetele picioarelor în pantofi. Creierul uman lucrează prin inhibiție. Atunci când vă puneți pantofii dimineata, sunteți conștienți de temperatură și simțiți materialul din interiorul pantofilor. Dar apoi creierul inhibă această senzație, pentru că, la urma urmelor, nu veți să vă simțiți pantofii întreaga zi. Doar dacă vă loviți de un scaun sau călcați pe un cui, deveniți din nou conștienți de picioarele voastre. Data viitoare când vă așezați la masă, schimbați mâna de care vă folosiți, în mod obișnuit, pentru a mânca. Observați cât de ciudat vi se pare și folosiți această senzație pentru a deveni conștienți de fiecare îmbucătură și de aroma mâncării.

Analizați-vă simțul gustului. Ce gust are pielea voastră? Lin-geți-vă brațul. Este sărat sau dulce? Ce gust are sângele vostru? Data viitoare când vă tăiați din greșeală, deveniți conștienți de gustul sângelui. Apa ce gust are? Se spune adesea că apa de la robinet nu are gust. Nu e adevărat. Apa are propriul ei gust și apele din orașe sau râuri diferite au gusturi distincte. Beți încet și gustați apa. Simțiți răceala apei și deveniți acea răceală. Simțiți-o cum vă inundă gura și cum, de acolo, radiază în întregul corp. Permiteți-i acestei senzații de răceală să vă cuprindă.

în fine, închideți ochii, inspirați adânc și ascultați. Care sunt sunetele din jurul vostru? Încercați să identificați cât mai multe sunete naturale. Auziți vreo pasăre cântând? Auziți albine bâzâind? Sunetele din jurul vostru sunt produse, în întregime, de oameni? Auziți vreun huruit? Bubuie ceva? Se aude vreun scheunat ori vreun țipăt? Atunci când urmăriți jaguari în Amazon, ascultați păsările. Țipetele lor de avertizare vă anunță prezența animalelor, cu mult înainte ca urmele lor să devină vizibile.

Pentru a exersa percepția primară, șamanii și-au dezvoltat un fel de „simț comun”, care unește toate simțurile. Ei sunt capabili să guste focul, să atingă aroma unei flori și să miroasă o imagine. Pot percepe imediat, înainte ca experiența să se dividă în simțuri - abilitate cunoscută sub denumirea de sinestezie. Acest amestec de modalități ale percepției pare ciudat doar celor care s-au distanțat de o experiență directă și primordială cu lumea naturală. Muzicienii declară adesea că, atunci când observă zborul unei păsări, aud cum aerul fâșâie printre aripi. Acest „simț obișnuit”, marca percepției primare, este o capacitate pe care majoritatea am pierdut-o, odată cu apariția civilizației. Așa cum scria filozoful Maurice Merleau-Ponty, în cartea *Phenomenology of Perception (Fenomenologia percepției)*: „Percepția sinestezică este regula și nu ne dăm seama de acest lucru, doar pentru că știința a mutat centrul de gravitație al experienței, așa că ne-am dezvoltat să vedem, să auzim și să simțim, vorbind în general, pentru ca să deducem, din modul în care este organizat propriul nostru corp, lumea așa cum o concepe un fizician - și anume, ceea ce trebuie să vedem, să auzim și să simțim”. Sinestezia se dezvoltă de îndată ce ne conștientizăm simțul tactil, gustativ și auditiv.

Unul dintre exercițiile mele preferate de sinestezie implică „gustarea” emoțiilor. Deveniți conștienți de gustul din gura voastră. Este dulce? Acru? Metalic? Acum, amintiți-vă un incident care v-a făcut să vă simțiți triști. Observați dacă gustul din gura voastră se schimbă. Amintiți-vă o situație plăcută și observați din nou cum vi se schimbă gustul. Acum, amintiți-vă o ocazie în care ați simțit frică. Puteți detecta gustul fricii? Al iubirii? Al bucuriei?

## **EXERCITIUL PENTRU CEA DE-A DOUA ATENȚIE**

Exercițiul pentru dezvoltarea celei de-a doua atenții implică mișcarea ochilor și pare să ne recalibreze rețeaua neurală. El ne reze-tează la zero coordonatele senzoriale - ca să zicem așa - în mai puțin de treizeci de secunde. Altminteri, percepția noastră senzorială rămâne blocată în prima atenție pe care o acordăm realității obișnuite. În acest exercițiu inițial, vom folosi practica celei de-a Doua Atenții, pentru a ne elibera simțul kinestezic și a percepe meridianele de acupunctura. De îndată ce simțiți energie, puteți traduce această senzație într-o imagine, prin intermediul sinesteziei.

Imaginați-vă că ochii voștri sunt cadranul unui ceas. Ochii acționează precum un dispozitiv care indică ora și trimite semnalul către regiunea din creierul nostru pe care o angajăm pentru diferite activități mentale. De exemplu, mulți oameni dreptaci privesc înspre ora zece, atunci când fac niște calcule matematice și înspre ora două, atunci când își aduc aminte cântecul lor preferat. Verificați acest lucru împreună cu un coleg. Cereți-i să adune 27 cu 19, apoi observați în ce direcție își întoarce ochii. Fiecare om reacționează diferit și, cu toate acestea, ochii lui se îndreaptă întotdeauna în aceeași direcție. Acum cereți-i să-și amintească mirosul de pâine proaspăt coaptă, sau un cântec. Observați în ce direcție privesc ochii. Acestea sunt coordonatele perceptuale ale primei atenții, acordate realității obișnuite.

Practica celei de-a Doua Atenții implică rotirea ochilor cu pleoapele închise, pentru a șterge ecranul perceptual. Închideți ochii și mișcați-i (fără să dați din cap) de la stânga la dreapta, de sus în jos, de la stânga sus la dreapta jos și viceversa. Acum rotiți ochii într-un cerc mare, mișcați-i de la stânga la dreapta de trei ori și apoi de la dreapta la stânga de trei ori. Repetați încă o dată, rotindu-vă ochii în cercuri mici, cu pleoapele închise.

Uniți-vă mâinile ca pentru rugăciune. (Cele zece meridiane principale de acupunctura curg prin întregul corp, trecând prin mâini și vârful degetelor, iar atunci când ne împreunăm mâinile, în postura de rugăciune, ne echilibrăm energiile care curg prin aceste meridiane. Poate că acesta este motivul pentru care această postură e asociată cu rugăciunea, întrucât dorim să ne păstrăm echilibrul, atunci când ne rugăm). Aveți grijă să existe un mic spațiu între degetele fiecărei mâini și doar buricele degetelor perechi să se atingă. Mâinile voastre trebuie să se sprijine ușor de piept. Inspirați adânc de câteva ori, în timp ce vă țineți mâinile împreunate.

Acum, separați-vă mâinile și scuturați-le viguros dintr-o parte în alta, vreme de treizeci de secunde, relaxându-vă și permițându-le să devină inerte. Aduceți din nou mâinile în poziția de rugăciune. Gradat, separați-vă palmele, ținând vârfulurile degetelor unite. Fiți conștienți de ceea ce simțiți în mâini. Le simțiți reci? Calde? Simțiți un val de electricitate între palme? Separați-vă mâinile încet, continuând să vă concentrați asupra vârfulurilor degetelor. Simțiți o gâdilătură în vârful degetelor? Observați cât de mult vă puteți depărta degetele, continuând să simțiți această senzație de gâdilătură sau electricitate. Imaginați-vă că puteți simți firele luminoase care vă conectează vârfulurile degetelor, unele de celelalte. Acestea sunt extensii ale meridianelor de acupunctura. Exersați astfel de câteva ori, până când puteți simți meridianele chiar și când între mâini este o distanță de treizeci de centimetri. Observați care mână este mai sensibilă. Puteți simți energia mai bine cu degetele de la mâna stângă, ori cu cele de la mâna dreaptă?

## **SIMȚIREA CÂMPULUI ENERGETIC DE LUMINĂ**

în continuare, veți învăța cum să scanați membrana Câmpului Energetic de Lumină. Stând în picioare, închideți ochii și efectuați exercițiul celei de-a Doua Atenții. Deveniți conștienți de respirația voastră. Meditatorii Zen apelează la respirație pentru a-și menține implicată mintea rațională, în timp ce explorează alte domenii folosindu-și conștienta.

Scuturați-vă mâinile viguros, vreme de câteva secunde și aduceți-le împreună, în poziția de rugăciune. Încet, întoarceți-vă mâinile, astfel încât palmele să fie orientate în afară, nu înspre corp. Treptat, împingeți mâinile, până când se află la aproximativ treizeci de centimetri de stomac. Mișcați-vă mâinile în sus și în jos, încet, ca și cum ați șterge un geam și încercați să simțiți membrana interioară sau „pielea” Câmpului Energetic de Lumină. E netedă, sau are o textură anume? Este elastică, cedează ușor sau e fermă? E caldă sau rece? O puteți întinde sau extinde? (În orașe, Câmpul Energetic de Lumină este strâns în jurul nostru, asemenea unui cocon de mătase; după câteva zile petrecute în natură, se extinde până la aproximativ un metru). Există margini sau buzunare? Acestea indică, de obicei, locurile în care membrana noastră luminoasă este slăbită, unde ne lipsește energia sau unde poate fi penetrată de către energiile și emoțiile care aparțin celorlalți. Imaginați-vă culoarea Câmpului vostru Energetic de Lumină.

După ce terminați, întoarceți-vă mâinile în poziția de rugăciune și respirați adânc de câteva ori, pentru a vă echilibra energia. Exersați astfel, până când sunteți în stare să simțiți clar textura și membrana Câmpului Energetic de Lumină.

## **CITIREA CHAKRELOR**

Vom folosi un exercițiu similar, pentru a citi chakrele. În acest exercițiu, vom lucra asupra fiecăreia dintre chakrele Pământului. Repetați exercițiul celei de-a Doua Atenții. Scuturați-vă puternic mâinile, timp de câteva secunde și aduceți-le în poziția de rugăciune. Rămâneți atenți la respirație.

Acum, aduceți palmele la aproximativ zece centimetri sub buric, foarte aproape de piele. Concentrați-vă asupra respirației. Imaginați-vă chakrele ca pe niște pâlnii de energie, care se rotesc în afara pielii, asemenea unui vârtej de lumină. Marginea exterioară a pâlniei se află la zece-doisprezece centimetri în afara corpului, în timp ce o mare parte din lungimea chakrei este în interiorul corpului. Găsiți marginea exterioară a pâlniei celei de-a doua chakre. Simțiți-i circumferința și energia care se învâрте în ea. Atunci când pun un deget într-o chakră, simt energia asemenea apei reci, care trece involburată pe lângă degetul meu.

Încet, aduceți degetul arătător în chakră, împingând înspre corp-Ce simțiți? Rece, cald sau neutru? Concentrați-vă atenția asupra tuturor vârfulor degetelor și conștientizați ceea ce simțiți. Gândiți-vă, vi se pare delicat sau aspru? Chakră din dreptul stomacului este asociată reacției automate la stres. Atunci când simțim frică sau pericol, le înregistrăm imediat în această chakră. Atunci când atingeți chakră a doua cu vârful degetului, amintiți-vă cum a fost ultima oară când v-a fost frică. Observați vreo diferență tactilă ori de textură?

Fiecare om simte energia, în mod diferit. Ceea voi ce percepe ca foarte rece, altcineva poate să simtă drept cald. Chakră a doua este ușor de citit, întrucât este și locul pasiunilor și al emoțiilor noastre, având o încărcătură foarte puternică. Repetați exercițiul cu prima chakră. Observați textura și densitatea schimbărilor chakrei, atunci când vă amintiți o situație în care v-ați simțit în siguranță și protejați -poate ceva din copilărie. Acum, amintiți-vă un moment în care nu v-ați simțit în siguranță, ori când v-ați trezit dintr-un coșmar. Prin ce este diferită această energie?

Acum încercați să simțiți cea de-a treia chakră. Amintiți-va o vreme în care ați fost recunoscut și apreciat pentru o reușită. Textura energiei pare să se fi schimbat? Amintiți-vă un moment în care ați simțit rușine. Acum mutați-vă la chakră a patra. Readuceți-vă în minte vremea în care erați îndrăgostiți, când l-ați întâlnit pentru prima oară pe partenerul de viață.

Acum, amintiți-vă un moment în care v-ați simțit abandonat, ori cu inima frântă. Observați schimbările în calitatea energiei. În continuare, încercați să simțiți chakra a cincea. Amintiți-vă un moment în care ați experimentat o pace interioară extraordinară - poate în timpul meditației. Acum gândiți-vă la un moment în care ați simțit că nu sunteți auzit de persoana iubită. Prin ce diferă energia?

Până acum am lucrat cu măsuri legate de cantitate. Exercițiile pe care le-ați făcut până aici vă permit să simțiți textura și intensitatea energiei chakrelor. Majoritatea vindecătorilor nu trec de acest stadiu. Ei simt puterea și slăbiciunea energiei - și nimic mai mult. Noi vrem să trecem la stadiul următor, al măsurătorilor referitoare la calitate. Ce informație conține energia? Care sunt poveștile, bucuria și durerea? Obținem acest lucru, prin intermediul celei de-a Doua Conștientă. Practica celei de-a Doua Atenții vă eliberează sistemele senzoriale. Cea de-a Doua Conștientă vă permite să citiți poveștile conținute în energie.

## EXERCITIUL CELEI DE-A DOUA CONȘTIENȚE

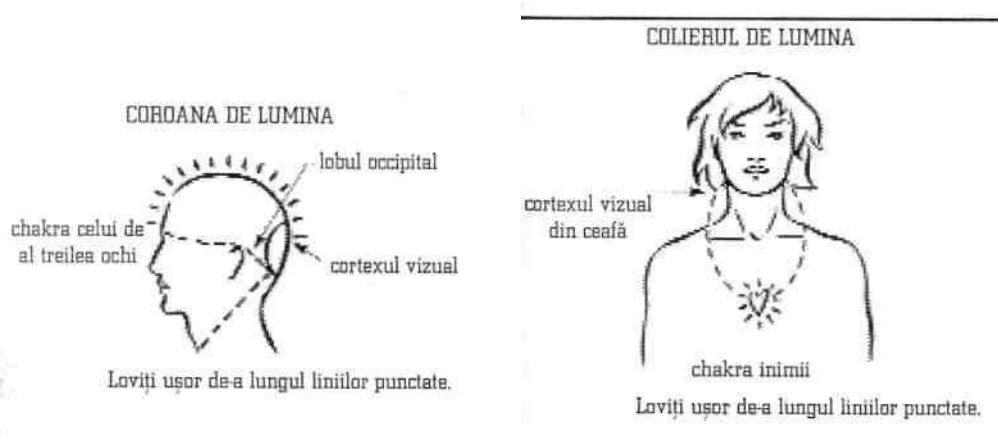
Cea de-a Doua Conștientă vă permite să percepeți poveștile conținute de energie. Instalați fibre de lumină de-a lungul scalpului, care să ducă informația de la cel de-al treilea ochi, la cortexul vizual, unde pot fi decodificate și prezentate în culori vii. Adăugăm la aceasta informațiile ce vin dinspre inimă pe fibrele de lumină similare. Aceste cărări extracerebrale induc profunzime emoțională și spirituală. Cel de-al treilea ochi înregistrează fapte, în timp ce inima înregistrează sentimente. În acest fel, modul vostru de a vedea este temperat de compasiune. De sine stătător, cel de-al treilea ochi este rece, lipsit de pasiune. De una singură, inima este expansivă și sentimentală. Lucrând împreună, cele două devin cele mai puternice surse de cunoaștere ale vindecătorului. Nouăzeci de procente dintre studenții mei sunt capabili să-și dezvolte această abilitate. Nu e un dar pe care să îl aibă numai câțiva dintre noi. Cortexul vizual este capabil să vizualizeze orice. Mai mult decât atât, el decodifică informația, descifrând imagini încărcate de simboluri și semnificații.

Așezați-vă în postura de rugăciune și practicați exercițiul celei de-a Doua Atenții, inspirând profund de câteva ori. Apoi, cu buricele degetelor de la ambele mâini, loviți ușor centrul pieptului, la nivelul inimii. Loviți ca și când ați urmări conturul unui colier de lumină imaginar, care pornește de la chakra inimii și ajunge în ceafă, la cortexul vizual. Repetați această mișcare încet și conștient, de trei sau patru ori.

În continuare, loviți ușor cea de-a șasea chakra, din centrul frunții, și o bandă imaginară care merge până la baza craniului, la ceafă. Urmăriți o linie care trece chiar deasupra fiecărei urechi. Repetați de mai multe ori.

Acum loviți din nou, ușor, chakra a șasea și urmăriți o bandă imaginară care trece de-a lungul vârfului capului (lovind cu degetele de la ambele mâini, de-a lungul medianei), până la baza craniului. Imaginați-vă că vă puneți o coroană de Lumină pe cap.

Pe măsură ce vizualizați coroana și colierul de Lumină, ceea ce faceți este să instalați căile extracerebrale în cortexul vizual al creierului. Vizualizați energia care curge prin aceste căi, pentru a le activa. Eu le vizualizez ca pe niște fibre strălucitoare și îmi imaginez o Lumină aurie care curge prin ele - la început încet, apoi crescând în viteză și intensitate, până când întreaga rețea pulsează de Lumină. Am descoperit că unii studenți își dezvoltă foarte repede abilitatea ~ de a vedea. Căile lor luminoase sunt instalate imediat și încep să transmită informații rapid.



Pentru alții, e nevoie de luni sau chiar de ani întregi.

Conștienta a Doua nu poate fi obținută prin încercări, întrucât este un act de voință și aparține lumii conștientei primare, cea comună. Energizați căile extracerebrale și lăsați cortexul vizual al creierului să facă ceea ce a fost menit să facă.

Într-o bună zi, vă veți da seama că deja vedeți de un timp încoace. Mie mi-a luat mai multe luni de practică, în care am energizat căile luminoase ce pornesc din frunte și din inimă și ajung până în ceafă, până am ajuns la rezultate pe care m-am putut baza. Într-o zi, am descoperit că deja vedeam Câmpul Energetic de Lumină de câteva luni, doar că nu fusesem capabil să-l percep. A fost o senzație ciudată de familiară. La început, am putut vedea Câmpul Energetic de Lumină și chakrele, doar cu ochii închiși. Îmi aduceam mâinile în poziția de rugăciune, respiram adânc și observam râurile de energie, în timp ce îmi răsfiream degetele. Apoi am reușit să-mi concentrez atenția asupra unei cliente și să-i percep corpul luminos. La început, vederea obișnuită mă deranja și îmi distrăgea atenția. Cu timpul, am învățat să văd și cu ochii deschiși. Folosesc cea de-a Doua Conștientă, numai după ce obțin permisiunea clientului (sau înainte de a mă urca într-un avion, pentru a mă asigura că toată lumea din jurul meu are un Câmp Energetic de Lumină sănătos - o indicație perfectă că vom ajunge la destinație în siguranță).



Exersați vederea câmpului energetic din jurul plantelor și animalelor. Observați filamentele care se extind de la un animal de companie la stăpânul său, ori de la plantele de casă, la natură și la Câmpul vostru. A recunoaște că putem vedea lumea energiei și a Spiritului este cea mai mare validare nu numai a abilităților voastre, dar și a realității lumii invizibile.

Susan avea în jur de cincizeci de ani, când s-a înscris la Școala Vindecării Trupului de Lumină. Ca profesor universitar, călătorise împreună cu mine în Peru, cu aproximativ zece ani înainte. Nu ne mai văzusem de multă vreme. În timpul conversației, mi-a spus că aproape zilnic avea migrene cumplite. Atunci când le avea, nu mai putea preda, nu mai putea nici măcar să vorbească, timp de aproximativ o oră. Doctorii ei nu găsiseră nimic în neregulă din punct de vedere fizic și, cu toate acestea, migrenele persistau. M-a întrebat dacă vreau să-i scanez Câmpul Energetic de Lumină, ca să simt care ar putea să fie cauza.

Susan s-a sprijinit de un peret" alb din fața mea. Am micșorat luminile din încăpere. Centrându-mi privirea, mi-am adus mâinile în poziție de rugăciune și am intrat într-o stare de calm, pe care învăța sem să o asociez cu cea de-a Doua Conștiință. Imediat, am simțit că cea de-a șaptea chakră era blocată. Nici o energie nu pornea din acea zonă și nici nu intra aici. În mod obișnuit, chakra a șaptea este ca o fântână de energie, care țâșnește din vârful capului și trece prin Câmpul Energetic de Lumină. Câmpuri energetice grosiere și întunecate i se învârtteau deasupra frunții. Dincolo de acest punct, am observat o pată în formă de ou. Întregul sistem pulsa, inclusiv acest punct și energia întunecată din jurul lui. Cu toate că doctorii lui Susan nu găsiseră nici un motiv medical pentru a-i explica problemele de sănătate, eu am simțit că era vorba despre o stare fizică, ce crea un val de presiune în interiorul creierului. Am efectuat o Iluminare, pentru a elimina înregistrările acestei maladii și pentru a extrage energia întunecată ce se învârtea în jurul capului Susanei.

Atunci când am scanat-o din nou, am observat că ceea ce simțisem mai devreme era încă prezent. Am insistat să se întoarcă la medicul ei și să facă o scanare prin rezonanță magnetică, pentru a avea o imagine mai detaliată a interiorului craniului. Doctorii au șovăit. Au spus că nu exista nici un motiv care să justifice o astfel de scanare. Era o procedură scumpă și, dacă Susan insista, trebuia să o plătească din buzunarul propriu. Ea nu a cedat și, cu un zâmbet, le-a spus medicilor că șamanul ei îi ordonase acest lucru. Atunci când filmele s-au întors, au arătat o excrescență de mărimea unui ou, lângă glanda pituitară, în centrul capului, într-o cavitate care, inițial, avusese doar dimensiunea unui bob de mazăre. Chistul crea o presiune periculoasă pentru creier. Două zile mai târziu, chirurgii l-au excizat cu succes și au descoperit că nu era malign. După operație, i-au explicat lui Susan că, dată fiind dimensiunea chistului, ar mai fi avut doar puțin timp de trăit. Intervenția chirurgicală avusese loc chiar la momentul potrivit.

### ***PE URMELE ENERGIEI***

Șamanii sunt maștri în urmărirea energiei. Îmi aduc aminte că mă aflam în pădurea amazoniană, împreună cu doi șamani cu care călătorisem vreme de mai multe zile. În acea dimineață, ne-am hotărât să vizităm un râu din apropiere, lângă care creștea ananas. Maimuțele cunoșteau acest loc și, atunci când fructele erau coapte, coborau din copaci pentru a se ospăta. Jaguarii cunoșteau și ei locul și, la căderea serii, se apropiau pentru a urmări maimuțele, hrana lor preferată. Ne interesa să observăm jaguarii și știam că dacă îi pierdem, măcar putem să ne delectăm cu ospățul maimuțelor. Mergeam pe o cărare acoperită cu frunze ruginii, când unul dintre șamani s-a oprit brusc. A arătat spre pământ și a șoptit: „Urme de jaguar”. M-am aplecat, dar nu am putut vedea decât covorul de frunze moi și pământul stacojiu. Celălalt șaman a încuviințat tăcut, apoi a arătat spre un copac aflat la aproximativ șase metri de noi și a exclamat: „Păr de jaguar!” Ne-am apropiat de copac și am găsit două fire de păr, prinse într-o crăpătură din scoarța copacului, unde felina își ascuțise ghearele. Eu nu văzusem nimic, până când femeia șaman a luat firele de păr de pe acel copac, ce arăta la fel ca oricare dintre sutele de copaci ai pădurii.

Nu am văzut niciun jaguar în acea zi, iar maimuțele își făcuseră deja plinul de fructe. Dar am obținut două lecții grozave în materie de urmărire. Am învățat că este nevoie de atenția necondiționată a urmăritorului. Atunci când cauți jaguari, nu-ți concentrezi atenția pe nici un alt lucru. În acest fel, firele de păr ale jaguarului ies în evidență, asemenea unei bucați de sticlă ce reflectă lumina soarelui în deșert. Cea de-a doua lecție m-a învățat că urmărirea are loc în spațiu și timp. Noi am urmărit evenimentele care avuseseră loc înainte. Am căutat semnele lăsate de felină prin pădure, găsind câteva fire de păr, câteva urme în iarba umedă și, ocazional, un loc în care se odihniše. În prima zi, am acoperit drumul pe care felina îl parcursese în trei zile, plimbându-se agale prin pădure. Fiecare urmă pe care am observat-o era mai recentă și mai bine definită decât cea anterioară. În cea de-a doua zi, am dat de minunata creatură cu blana pătată. Stătea lungită pe marginea unui râu și își făcea toaleta, complet absorbită de treaba ei. Când ne-a simțit mirosul, a făcut un salt și a dispărut în junglă, ca un abur. În același fel, un văzător învață să descopere cauza bolii și a problemelor emoționale survenite de-a lungul timpului. Văzătorul poate găsi incidentul care stă la baza bolii sau neplăcerilor unui client.

Următoarea tehnică vă permite să dați de urma răniilor inițiale a celui investigat, evenimentul-sursă responsabil pentru o anumită maladie. Această rană poate fi reprezentată de un eveniment recent, de o traumă din copilărie sau chiar de o experiență dintr-o viață precedentă. Văzătorul trebuie să caute - înapoi în timp - incidentul originar care a produs rana respectivă. Atunci când se referea la acest aspect, mentorul meu, îl numea găsierea „feței” rănite a pacientului. Am învățat practica, prin urmărirea propriilor mele „fețe” rănite.

Când am început să practic acest exercițiu, eram convins că fețele pe care le văd sunt subpersonalități de-ale mele, multe Eu care locuiesc în mine. Nu eram convins că aceste fețe sunt unele dintre încarnările mele trecute, de acum o sută sau o mie de ani. După ani de practică, am ajuns la concluzia că diferența era mai mult o chestiune de semantică, decât de realitate. Nu există nici o dovadă concludentă că am trăit alte vieți, iar acest exercițiu nu constituie dovada încarnărilor anterioare. Fie că vin din această viață, fie din altele, acestea sunt povești care trăiesc în mine. Pentru mine, nu sunt nici mai mult nici mai puțin reale decât povestea copilăriei mele. Oricare ar fi originea acestora, ele conțin puterea de a vindeca. Un asemenea proces de urmărire necesită un nivel ridicat al abilităților și practicii. Cu toate acestea, 90% dintre studenții noștri ajung la acest nivel, până la încheierea pregătirii lor.

### **PE URMELE FOSTELOR NOASTRE SINE**

Don Antonio m-a învățat cum să-mi folosesc intenția de a urmări. Atunci când vă aflați în adâncul pădurii și căutați urme de jaguar, excludeți orice altceva din orizontul perceptual. Vedeți frunzele minunate de macau, purpurii și galbene, dar nu le dați nicio atenție. Sunteți concentrați asupra jaguarilor și orice altceva se estompează în fundal. Nu contează că papagalii cântă și maimuțele țipă. Vă interesează doar sunetele scoase de feline. Atunci când faceți o urmărire pentru a afla răniile inițiale ale unui client sau ale voastre înșivă, aceasta este singura față care vă atrage atenția. La începutul sesiunii de urmărire, stabiliți-vă în mod clar intenția și lăsați Spiritul să aibă grijă de detalii. Fața care apare, nemișcată și neschimbată după toate transformările anterioare, este fața pe care o urmăriți. Odată apărută, vă va dezvălui povestea ei.

Într-o cameră întunecată, stați la un metru în fața unei oglinzi și puneți o lumânare pe o masă de alături. Lumânarea trebuie plasată în lateral și nu în fața voastră. Așezați-vă în poziție de rugăciune, executați exercițiul Celei de-a Doua Atenții și urmăriți respirația. Atunci când sunteți complet relaxați, priviți în oglindă în ochiul vostru stâng. Privirea nu trebuie să fie intensă. Numărați fiecare inspirație, până când ajungeți la zece și apoi începeți din nou. Observați jocul de lumini și umbre de pe chipul vostru și rămâneți concentrați asupra ochiului stâng.

Procesul de urmărire are patru etape.

În primul etapă, observați cum chipul vostru este așa cum l-ați văzut întotdeauna. *Totul este așa cum pare să fie.* Acesta este chipul pe care l-ați privit în oglindă, de mii de ori.

Cea de-a doua etapă începe câteva minute mai târziu. Chipul vostru poate lua diferite forme. Puteți percepe chipuri de animale care se suprapun peste el sau fața vă poate dispărea în întregime, cu excepția ochilor. *În acest stadiu, nimic nu este ceea ce pare a fi.* Acceptați schimbările, concentrându-vă asupra respirației. Nu intrați în panică, din cauza a ceea ce percepeți. Pur și simplu, înregistrați variatele chipuri care apar, fără să veniți cu judecăți sau interpretări. Unele dintre ele pot avea mii de ani. Unele pot fi vieți trecute, altele sunt animale de putere, ghizii noștri din natură. Alte fețe sunt ghizii noștri spirituali.

În cea de-a treia etapă, apare un singur chip, care devine dominant. *Aici, totul este așa cum trebuie.* Aceasta este fața pe care o urmăriți. Ați observat toate fețele care s-au schimbat, până când recunoașteți chipul ce rămâne nemișcat. Atunci când apare imaginea, per-miteți-i să vă spună ceea ce are de spus. Mențineți-o nemișcată, concentrându-vă asupra respirației, privind în ochiul stâng. Lăsați-o să vă spună povestea ei. Cine este? De unde vine? Ce dorește de la voi? Câmpul Energetic de Lumină menține amintirile tuturor Eu-rilor, sinelor noastre trecute, inclusiv chipurile pe care le-am avut atunci când am fost răniți. Adesea, acestea apar ca vieți anterioare, în care e posibil să fi trecut prin mari dureri și suferințe, ori ați avut o moarte violentă. De cele mai multe ori, acestea sunt chipurile celor care am fost, sau care am fi putut deveni, în această viață.

*În cea de-a patra etapă, imaginile dispar - și* chiar și propriul vostru chip. În acest stadiu al exercițiului, vedeți natura luminoasă a realității. (Eu o numesc etapa „hocus-pocus”, pentru că totul dispare). Există doar Spirit și Lumină.

Pentru a încheia exercițiul de urmărire, aduceți-vă mâinile în poziție de rugăciune și respirați adânc de câteva ori, cu ochii închiși.

Pe când învățam acest exercițiu împreună cu Don Antonio, el mi-a cerut să lucrez cu un student - un coleg pe care îl displăceam profund. Eram un grup de doisprezece oameni, pe care el îi selectase pentru a-i pregăti, dintre cei mulți care solicitaseră să învețe cu el. Carlos era un om în care aveam încredere deplină - călătorisem prin munți și prin junglă împreună - dar am refuzat să iau cina cu el. Mi se părea excesiv de pios și cu idei spirituale învechite. Când lucrurile nu mergeau așa cum voia el, se îmbufna și se comporta asemenea unui copil. Mi-am dat seama că îl

judecam în fel și chip, dar nu mă puteam abține. Sentimentul era reciproc. Ne evitam. Acum, Antonio ne pusese pe amândoi să facem exercițiul urmăririi, privindu-ne ochi în ochi. În primul stadiu al procesului, i-am văzut ochii negri și trăsăturile indiene. Eram vag conștient de soarele care apunea și de silueta munților din spate. El avea în jur de treizeci și cinci de ani, iar părul lung, negru, îi cădea pe umeri.

În etapa a doua, chipul său a început să se metamorfozeze. Am văzut cum nasul i se transformă în cioc, iar ochii se retrag în orbite. Chiar în fața mea s-a transformat într-un vultur minunat. Brusc, am intrat în etapa a treia, iar chipul său a devenit ca al unui copil de șase ani. Lacrimile îi curgeau pe obraji. Plângea pentru mama sa care era bolnavă. Băiețelul arăta distrus și era convins că mama lui nu se va mai întoarce niciodată acasă. Părea de neconsolat și am simțit dorința de a a-l mângâia și alina.

În etapa a patra, i-am permis imaginii să se dizolve în energie pură. Partenerul meu a dispărut și tot ce am văzut au fost ultimele raze ale soarelui care apunea în spatele său. Antonio ne-a explicat că acest ultim stadiu - cel mai dificil - este necesar pentru a nu introduce imaginea persistentă, în realitatea fizică. Acest lucru e deosebit de important, atunci când lucrăm cu un client, pentru a găsi urma unor posibilități viitoare. Nu ai voie să blochezi imaginea destinului cuiva. Atunci când dizolvi imaginea, o predai dorinței Marelui Spirit.

A fost dificil să dizolv imaginea băiețelului deznădăjduit. Nu mi-o puteam scoate din minte. A trebuit să mă concentrez asupra respirației și să renunț la sentimentele intense pe care această imagine mi le provoca. La sfârșitul exercițiului, Carlos și cu mine ne-am ridicat și ne-am îmbrățișat călduros. Nu mai făcusem asta niciodată. I-am explicat imaginile pe care le văzusem și sentimentul delicat pe care îl simțisem față de el. L-am întrebat ce s-a întâmplat cu mama lui, atunci când el avea șase ani. Carlos era un bărbat care nu se destăinuia ușor și, de vreme ce ne evitaserăm unul pe altul în toți acești ani, nu știam nimic despre viața personală a celui alt. Mi-a explicat că mama lui murise când el avea doar un an, la nașterea surorii sale. Nu putea face nici o legătură cu ceea ce văzusem eu. La sfârșitul ședinței, Don Antonio a explicat că ceea ce văzusem fiecare pe chipul celui alt era propria noastră poveste. Spre surpriza mea, când m-am întors acasă și i-am pus niște întrebări mamei, am descoperit că fusese spitalizată aproape un an, pe când eu aveam vârsta de șase ani.

Înainte de a încerca acest exercițiu cu un client, asigurați-vă că ați primit pregătirea corespunzătoare în practicile de vindecare cu Lumină. Mai presus de toate, faceți exercițiile din acest capitol, pentru a învăța să vedeți cu ochii inimii.

Pentru moment, folosiți practicile de urmărire pentru a descoperi fațetele propriei voastre ființe. Familiarizați-vă cu chipurile pe care le purtați în voi. Dacă vedeți un astfel de chip la un client, asigurați-vă că îl recunoașteți ca pe o proiecție proprie. Adesea, ceilalți oameni sunt o oglindă a noastră, pentru a ne ajuta să ne cunoaștem acele părți ale sufletului pe care le ascundem de noi înșine.

Carl Jung se referea la aceste părți renegate, ca la o umbră. Este la fel ca atunci când apele unui lac sunt complet liniștite, iar lacul reflectă perfect copacii, cerul și tot ce se află în jur. La cea mai ușoară adiere, odată cu cea mai superficială undă a apei, lacul nu se mai reflectă decât pe el însuși. Pentru a vedea pe altcineva cu obiectivitate și claritate, mai întâi trebuie să stăpânim calmul perfect. Cea mai ușoară deviere de la rațiune sau interpretare a minții raționale va crea o

undă, care poate distruge Cea de-a Doua Conștientă și ne întoarce la percepția obișnuită.

### ***PE URMELE VIITOARELOR SINE***

Această tehnică poate fi folosită și pentru a privi în viitor, pentru a accesa destinul în care sunteți vindecați și aveți o viață creativă, împlinită. Pur și simplu, concentrați-vă asupra viitorului realizabil, în loc să vă concentrați asupra trecutului. Ne stau la dispoziție numeroase destine posibile. Gândiți-vă la linia vieții, ca la un șnur puternic de Lumină, care merge din prezent până în trecut și se extinde în viitor, sub forma unor fire luminoase, asemenea celor de fibră optică. Fiecare fir reprezintă un viitor posibil. Într-un viitor posibil, veți trăi o viață lungă și sănătoasă, dar numai dacă duceți la bun sfârșit planul de a vă muta într-un anumit oraș, de a accepta o anumită slujbă ori poziție, sau de a face o anumită schimbare în stilul de viață. Un alt fir vă va conduce spre un destin mai puțin fericit.

Fizicianul Werner Heisenberg a dezvoltat un principiu-cheie al mecanicii cuantice: acela că se poate stabili cu acuratețe fie viteza, fie poziția unui electron, dar nu ambele. Principiul incertitudinii al lui Heisenberg susține că actul de a observa un eveniment influențează finalul sau destinul acestuia. Descoperirea lui Heisenberg pare să indice faptul că abilitatea de a schimba lumea fizică, prin intermediul exercițiului viziunii, este foarte limitată, odată ce energia s-a materializat în formă. Timpul cel mai potrivit pentru a schimba lumea este înainte ca forma să își facă apariția, înainte ca energia să se manifeste ca materie. Astfel, multe dintre practicile de vindecare create de șamani tratează condițiile, înainte ca acestea să se manifeste în corp, înainte ca vechile înregistrări din Câmpul Energetic de Lumină să organizeze materia sub forma bolilor sau a nefericirii.

Unii clarvăzători sunt capabili să-și ajute clienții să selecteze un destin care sfidează șansele lor de recuperare. Atunci când lucrez cu un client al cărui pronostic de însănătoșire este sumbru, caut un viitor alternativ, care să

cuprindă o stare de vindecare ce, chiar dacă nu e probabilă, este permisibilă în cadrul legilor biologice și fizice. Atunci când văd starea de vindecare, pot ajuta ca șansele de recuperare să crească. Odată identificată starea, călătoria spre însănătoșire poate începe. Povestea lui Steve ajută la lămurirea acestui lucru.

Atunci când a venit să mă vadă, Steve era fizician și lucra la Acceleratorul Liniar de la Universitatea din Stanford. El și colegii săi analizaseră multe informații, ca să determine dacă există destulă materie în univers pentru ca acesta să-și continue dezvoltarea la infinit, sau dacă atracția gravitațională a stelelor este destul de puternică, astfel încât universul să se prăbușească în el însuși. A făcut o pauză în cercetare, pentru a mă însoți într-o expediție în Sud-Vest. Ne-am stabilit tabăra în Canionul Chelly din Arizona, astăzi teritoriul tribului Navajo. Primii locuitori ai canionului au trăit în locuințe ridicate în vârful munților, deasupra deșertului, până în anul 1200 e.n. Atunci când am ajuns la canionul cu o singură intrare, unde urma să înnoptăm, am avertizat grupul să arate respectul cuvenit cimitirului dispus de-a lungul unui perete, lângă stâncă. Pe parcursul secolelor, ploaia și vântul scosese la iveală mormintele. În anumite locuri, cioburi de vase și fragmente de oase stăteau răspândite pe suprafața aridă. Nici măcar actualii ocupanți ai canionului, indienii Navajo, nu se aventurau în acel loc. Ei erau de părere că ghinionul îl urmărește pe oricine deranjează vechile situri mortuare.

Pe când îmi puneam cortul, l-am auzit pe Steve glumind cu alți câțiva membri ai grupului, recitând scena „Vai, bietul Yorick!”, din Hamlet. Ținea un craniu uman în mâini. Am alergat la el și i-am cerut să-l pună la loc, pe mormântul unde îl găsisse. Ghizii noștri Navajo au fost îngroziți de gluma grotescă a lui Steve și i-au sugerat să spună o rugăciune, atunci când așează craniul la loc. L-au sfătuit să părăsească zona cât mai curând. Două luni mai târziu, am primit un telefon de la Steve.

„Cum merg lucrurile în domeniul cercetării?”, l-am întrebat. Veștile erau bune. Universul părea să se afle în echilibru și să existe veșnic. „Dar tu ce mai faci?”

În privința lui Steve, veștile nu erau încurajatoare. Fusese diagnosticat, cu doar câteva zile înainte, de limfom în stare foarte avansată. Doctorii de la Centrul Medical al Universității Stanford îl anunțaseră că mai are cel mult patru luni de trăit.

Steve era convins că incidentul legat de craniul Anasazi era responsabil pentru boala sa. Chiar dacă - și mai mult ca sigur - cancerul își începuse evoluția înainte de expediție, amândoi am luat în considerare sincronicitatea acestor evenimente. Conexiunea reală dintre cele două evenimente nu este importantă. Semnificativ este faptul că Steve *credea* că există o conexiune între cele două. Înțelegerea acestei conexiuni avea să devină parte integrantă a călătoriei sale întru vindecare. Am început să lucrăm împreună, imediat după diagnosticare și de-a lungul perioadei de chimioterapie. La sfârșitul celei de-a patru luni, cancerul lui Steve era sub control. Contrar pronosticului lui, era încă în viață. Pentru noi, acest lucru însemna că exista posibilitatea să mai trăiască multă vreme. Sigur, nu era foarte probabil, dar era totuși posibil.

Am început prin a urmări chipul Eu-lui său vindecat. Am recurs la tehnica de urmărire, dar i-am adăugat un element interesant. În loc să fac eu urmărirea pentru Steve, am stat, pur și simplu nemișcat, în fața lui. L-am pus să mă folosească drept oglindă a lui însuși. Știam că el este cel care trebuie să-și găsească Sinele vindecat. Nimeni nu te poate vindeca. Tu însuși te vindeci. Tot ce i-am putut oferi lui Steve erau indiciile pe care le învățasem, dar știam că o hartă nu însemna teritoriul. Trebuia ca el însuși să parcurgă terenul. De fiecare dată când ne întâlneam, porneam în procesul de urmărire. La sfârșitul fiecărei ședințe, am executat o Iluminare, pentru a elimina înregistrările asociate cu oricare dintre fețele „rănite” pe care le descoperise. Propria mea nemișcare a servit ca instrument de acordare, astfel încât să nu se lase atras de imaginile frumoase ori îngrozitoare pe care le percepea. Majoritatea erau fețe din propriul său trecut - chipuri ale durerii, traumei, bucuriei și pierderii. Avea două fetițe și tocmai întâlneau femeia pe care o-considera sufletul său pereche, în vara următoare își planificaseră să se căsătorească.

În cele din urmă, Steve și-a descoperit propria nemișcare. Apele sale au devenit calme și au început să reflecte Eu-l său vindecat. În cele din urmă, într-o dimineață, m-am văzut reflectat în ochii lui și am știut că Steve găsisse ceea ce căuta. La sfârșitul exercițiului ne-am îmbrățișat, iar lacrimile ne curgeau pe obraji. L-am întrebat pe Steve ce văzuse, iar el mi-a explicat că fusese martor la Tot. Am insistat să-mi explice, iar el a repetat: „Totul, cu T mare și eu însumi”.

Atunci când Steve și-a găsit Sinele vindecat, și-a descoperit chipul original, natura sa esențială. În acea vară, eu am fost cel care a oficiat ceremonia de căsătorie a cuplului. Steve a mai trăit opt ani. Au fost cei mai importanți ani din viața sa. Cu un an înainte să moară, mi-a trimis un colier pe care era gravată o orcă, similară motivelor desenate de eschimoși. Biletul sosit împreună cu bijuteria spunea că a ales o orcă pentru că, deși sunt cunoscute drept balene ucigașe, de fapt, orcile sunt unele dintre cele mai blânde animale marine. Acestea se scufundă în adâncurile oceanului, la fel cum a trebuit să se scufunde și el în adâncurile propriului său suflet. Ele sperie de moarte pe oricine se apropie. La fel făcuse și cancerul său - dar, în realitate, îi adusese darul vieții.

Puțini șamani ajung la înțelepciunea și arta de a ajunge la destinul altcuiva. Doar atunci când vă cunoașteți propria natură esențială, când ați ajuns la propriul chip original, puteți să ajutați pe altcineva, dând dovadă de absolută detașare și compasiune, așa cum necesită acest fel de urmărire. Totul în viață își lasă urma în timp.

## Capitolul 6 Spațiul Sacru

### INVOCARE

*Către vânturile Sudului.*

Mare șarpe,  
răsuțește-ți spiralele de Lumină în jurul nostru,  
învață-ne să ne lepădăm de trecut,  
așa cum tu te lepezi de propria-ți piele,  
și să pășim ușor pe Pământ. Învață-ne Calea Frumuseții.

*Către vânturile Vestului.*

Mamă jaguar,  
protejează-ne spațiul vindecător.  
Învață-ne calea păcii, calea de a trăi impecabil  
și arată-ne drumul dincolo de moarte.

*Către vânturile Nordului.*

Colibri, Bunice și Bunici,  
străbunilor,  
veniți și încălziți-vă mâinile la focurile noastre,  
șoptiți-ne prin adierea vântului.  
Vă respectăm pe voi, înaintașii noștri  
și pe voi, cei care veți veni după noi, copiii copiilor noștri.

*Către vânturile Estului.*

Mare vultur, condor,  
vino la noi, din locul Soarelui care răsare,  
ține-ne sub aripa ta,  
arată-ne munții la care îndrăznim doar să visăm,  
învață-ne să zburăm alături de Marele Spirit.

*Mamă Pământ.*

Ne-am adunat pentru vindecarea tuturor copiilor tăi,  
Oamenii Pietre, Oamenii Plante.  
Cei cu patru picioare, cei cu două picioare, cei care se târăsc,  
cei cu înotătoare, cei cu blană și cei cu aripi,  
toți cei înrudiți cu noi.

*Tată Soare, Bunică Lună, către Națiunile Stelare.*

Mare Spirit, tu care ești cunoscut sub o mie de nume  
și tu, care ești Cel nenumit,  
îți mulțumesc pentru că ne-ai adus la un loc  
și ne-ai permis să cântăm Cântecul Vieții.

### ***Rugăciune pentru crearea Spațiului Sacru***

Șamanii își încep întotdeauna ceremoniile de rugăciune, prin deschiderea Spațiului Sacru. În acest spațiu, noi lăsăm în urmă problemele vieții cotidiene, lumea forfotitoare cu întâlnirile și programele ei, și ne pregătim să întâlnim Divinul. Spațiul Sacru ne permite să intrăm în lumea noastră interioară tăcută, unde are loc vindecarea. Aici, viața cotidiană nu ne poate distra atenția și fiecare act este sfințit și deliberat; cu toate acestea, Spațiul Sacru nu este nici sobru, nici plicticos. Șamanii își iau munca foarte în serios, dar nu se iau deloc în serios pe ei înșiși și, adesea, în timpul ceremoniilor râd și se joacă. În cadrul Spațiului Sacru, experimentăm lumina propriei noastre ființe. Atât râsul, cât și lacrimile își fac apariția foarte ușor.

Alan Watts obișnuia să spună că motivul pentru care îngerii pot zbura este acela că se privesc pe ei înșiși cu multă detașare. În Spațiul Sacru, poverile noastre devin mai ușoare și putem fi atinși de mâna Spiritului. După ce ne încheiem munca de vindecare, Spațiul Sacru trebuie închis din nou, cu recunoașterea celor patru direcții, a Cerurilor și a Pământului. Atunci când șamanii fac acest lucru, eliberează energiile arhetipale invocate, care se reintegrează în natură.

Spațiul Sacru este o sferă de vindecare, pură, sfântă și sigură. Mi-o imaginez ca pe o cupolă strălucitoare, deasupra zonei în care efectuez vindecările. Toți cei care se găsesc în acest spațiu sunt protejați, iar clientul meu poate să se elibereze de tristețe și durere și să tră-

iască experiența bucuriei care însoțește adesea procesul de vindecare. Majoritatea fricilor și durerilor noastre derivă din sentimentul că lumea nu e un loc sigur pentru noi. Atunci când lumea este periculoasă și prădătoare, intrăm în defensivă. Armura noastră psihologică devine activă. Spațiul Sacru creează un mediu în care putem renunța la sistemele noastre de apărare și în care ne putem explora zonele sensibile, vulnerabile. Spațiul Sacru ne permite, de asemenea, să avem acces la vindecătorii întru Lumină - vracii (bărbați și femei), care ne asistă din lumea Spiritului. Suntem învățați de mici că sacrul poate fi găsit în temple, catedrale sau poate într-un loc frumos din natură. Oare, cei patru pereți ai bisericii sunt cei care creează Spațiul Sacru? Sau rugăciunile care au fost rostite acolo, de-a lungul anilor? De câte rugăciuni este nevoie, pentru a crea un Spațiu Sacru? Poate că o singură rugăciune rostită din inimă este de ajuns.

Puteți crea voi înșivă un Spațiu Sacru, după cum puteți invoca puterile vindecătoare ale naturii, oriunde pe Pământ. Eu folosesc invocarea de la începutul acestui capitol. Nu am învățat-o de la nimeni, deși cuprinde elemente - ca cele patru puncte cardinale și animalele arhetipale care le corespund - care sunt împărțite de mulți amerindieni. Este o combinație dintre nou și vechi. O puteți folosi, până când vi se dezvăluie propria voastră rugăciune. Chiar dacă sunt necesare anumite componente pentru a crea Spațiul Sacru, cu timpul puteți aduce propria voastră contribuție. De exemplu, observați că rugăciunea este ancorată în direcțiile spațiale. Ea adresează o chemare către cele patru puncte cardinale, către ceea ce este deasupra și dedesubt.

Cele șase direcții plus șamanul din centru reprezintă cele șapte principii de organizare a Universului. Șarpele reprezintă principiul de legătură; jaguarul este forța reinnoirii; pasărea colibri reprezintă călătoria eroică a evoluției și creșterii; vulturul sau condorul semnifică principiul depășirii propriilor limite). Cerul este forța creativă; Pământul este forța receptivă. Atunci când le invocați, vă aliniați la forțele care însuflețește întreaga viață.

Comuniunea șamanului cu Spiritul constă în faptul că, atunci când șamanul cheamă, Spiritul răspunde. Vracii puternici din lumea Spiritului apar sub forma unor ființe de Lumină, care ne ajută în munca noastră de vindecare. Practic, folosim cele patru puncte cardinale, pentru a ne orienta în lumea materială. Călătorim spre nord pentru a vedea urșii polari; mergem în sud, dacă suntem în căutarea iernii; ori pornim spre est sau vest. Pentru șaman, aceste direcții personifică calitățile și energiile. Dacă ne putem imagina mișcarea acestor energii, asemeni modului în care rubrica meteo de la televizor ne arată cum norii de ploaie se mută dintr-o regiune într-alta, atunci putem înțelege cum se mișcă energia prin spațiu.

Calitățile fiecăreia dintre cele patru direcții sunt reprezentate de animalele arhetipale. Aceste creaturi sunt mai mult decât simboluri. Sunt energii sau spirite primordiale. Fiecare arhetip are viață și puteri proprii. Animalele arhetipale ale punctelor cardinale variază în funcție de cultura nativilor din cele două Americi. Pentru mine, pasărea colibri reprezintă direcția Nord, în timp ce pentru anumiți indigeni din America de Nord, aceasta este reprezentată de bivol. Chiar dacă descrierile variază de la o cultură la alta, proprietățile acestor energii rămân aceleași, pentru că reprezintă aceleași principii organizatoare ale naturii. Importante nu sunt denumirile pe care le dăm acestor energii, sau arhetipul pe care îl folosim, ci faptul că ajungem să le cunoaștem atât de bine încât, atunci când le chemăm, ele ne răspund. Chemarea vine din inimă, vocea este iubirea noastră, iar Spiritul răspunde. Atunci când invocăm în cadrul Spațiului Sacru, Universul lucrează spre binele nostru.

L-am cunoscut pe Părintele Alexander, un preot din Chicago, atunci când m-am înscris pentru programul de pregătire. La doi ani după aceea, a fost chemat de episcopul său să preia o parohie al cărei preot se îmbolnăvisese. Biserica trecuse printr-un proiect major de restaurare. Din păcate, preotul rămăsese fără fonduri. Din acoperiș curgea apa, iar ferestrele din sticlă pictată aveau nevoie de reparații. Chestiunea s-a complicat încă și mai mult, deoarece congregația se micșorase. Lipsa spațiului de parcare îngreuna accesul enoriașilor vârstnici, pentru care era dificil să meargă pe jos până la biserică, atunci când drumul era acoperit de zăpadă ori gheață.

La câteva zile după sosirea la acest post, când nimeni nu se afla în biserică, Părintele Alexander a deschis un Spațiu Sacru deasupra altarului principal, adresând invocarea în cele patru direcții, înspre Ceruri și

înspre Mama Pământ. Simțind că se afla într-o situație foarte dificilă, asemenea unui căpitan la bordul unui vas care se scufundă, a fost dispus să încerce orice. S-a hotărât să lase spațiul deschis vreme de o lună întregă, pentru a vedea dacă apare vreo schimbare. În săptămâna următoare, pe când el și un alt preot mergeau prin camerele complexului, au ajuns la o ușă care nu se mișca din loc. Au chemat un tâmplar, care a scos ușa din țâțâni. Au descoperit că era un pasaj care ducea la clopotniță, o cameră cât jumătate dintr-un teren de baschet, care i-a descurajat, deoarece zăcea îngropată sub un covor alcătuit din excremente de liliac. Pe lângă pericolul pentru sănătate, greutatea excrementelor amenința să dărâme clopotnița. Lucrurile păreau să meargă din ce în ce mai rău.

Părintele Alexander s-a îndreptat spre altarul principal, a redeschis Spațiul Sacru și a chemat un expert care să rezolve problema excrementelor de liliac, adunate de-a lungul a zeci de ani. După examinarea muntelui de materii, bărbatul l-a informat pe Părintele Alexander că patruzeci de mii de dolari era cel mai bun preț pe care îl putea oferi. Preotul a scuturat din cap, neîncrezător. Expertul a rămas nedumerit, apoi a explicat că era dispus să plătească patruzeci de mii de dolari pentru excremente.

Se pare că acestea reprezentau cel mai bun îngrășământ, însă era greu de obținut, chiar și în cantități mici. Părintele Alexander a fost încântat. Au reușit să repare acoperișul, înainte de sosirea iernii. Câteva zile mai târziu, a convins primăria să permită folosirea parcurii departamentului de poliție de vizavi, în zilele de duminică. Drept rezultat, Părintele Alexander a devenit foarte căutat în Arhidioceza din Chicago. Periodic este chemat să ajute alte biserici cu probleme. Ori de câte ori merge într-o biserică nouă, deschide un Spațiu Sacru la altarul principal. Este convins că, procedând astfel, Spiritul îi acceptă invitația și îi oferă mâna de ajutor mult dorită. În cadrul Spațiului Sacru, avem parte de un ajutor spiritual extraordinar.

## ***ANIMALELE DE PUTERE***

### ***ȘARPELE***

Fiecare dintre animalele arhetipale emană un tip diferit de energie. Șarpele din Sud, simbolizează cunoaștere, sexualitate și vindecare. Poate cel mai răspândit arhetip, șarpele a reprezentat întotdeauna puterea vindecătoare a naturii. Simbolul medicinei, caduceul, este format din doi șerpi încolăciți în jurul unui toiag. Moise purta un toiag ce s-a transformat în șarpe și cu ajutorul căruia i-a condus pe izraeliți prin deșert. În mitologia occidentală, un șarpe ne-a adus fructul cunoașterii. În est, avem șarpele încolăcit al energiei Kundalini.

Șarpele reprezintă o conexiune primară cu femininul și, prin urmare, este un simbol al fertilității și al sexualității. Dar șarpele nu reprezintă sexul propriu-zis. Aceasta este doar o prejudecată larg răspândită. Mai degrabă, simbolizează forța esențială a vieții, aflată în căutarea unimii și a creației. Știm că fiecare celulă din corpul nostru caută să se dividă și să procezeze. În natură, fecunditatea este principiul creativ al cosmosului. Putem chema principiul creativ din Sud, invocând arhetipul șarpelui. Atunci când lucrez cu o clientă care și-a pierdut pofta de viață, care și-a epuizat energia și entuziasmul, o conectez cu energiile Sudului și o trimit acasă însoțită de spiritul șarpelui. Știu că acesta îi va reaprinde dorința de viață.

### ***JAGUARUL***

Animalul Vestului este jaguarul. El reînnoiește și transformă viața pădurii. Dacă șarpele reprezintă puterea vindecătoare, care este graduală și crescătoare, jaguarul semnifică transformarea bruscă - viața și moartea. Poate părea ciudat pentru noi faptul că forța transformării din Univers este și ea asociată cu moartea. Cu toate acestea, pentru băștinașii Americii, cele două energii au aceeași origine. Ceea ce rezistă se află tot timpul în schimbare și se reînnoiește. Ceea ce rămâne neschimbat, pierde. Ei știau faptul că stările stabile sunt doar temporare, deoarece în Univers totul curge. În America de Nord, șamanii dădeau foc arbuștilor nedezvotați, eliberând sub formă controlată forțele reprezentate de jaguar. Acest lucru împiedica aprinderea focurilor din cauza fulgerelor, ceea ce ar fi provocat distrugerea întregii păduri. Ei au recunoscut faptul că haosul și ordinea, expansiunea și contractarea reprezintă cicluri naturale ale vieții.

Atunci când ne îmbolnăvim, avem ocazia nu doar de a ne recăpăta sănătatea, ci și de a face saltul la un nivel mai înalt, din punctul de vedere al stării de bine. Vindecarea face posibilă nu numai eliminarea simptomelor, dar și obținerea unui nivel sporit al stării de sănătate. Am lucrat cu clienți care aveau peste șaiszeci sau șaptezeci de ani și care mi-au spus că nu s-au simțit atât de bine, în întreaga lor viață. Aceasta este energia jaguarului. Un sistem stabil nu se schimbă ușor. În general, oamenii nu fac schimbări, atunci când lucrurile merg bine, ci atunci când merg rău. Prin urmare, o criză devine o oportunitate. Ne putem transforma corpul, astfel încât să se vindece mai rapid și să

îmbătrânească mai frumos, prin întruparea forțele reprezentate de jaguar. Am ajuns să cred în metafora conform căreia avem nouă vieți, asemenea pisicilor. Atunci când ajungem la capătul uneia dintre vieți (ceea ce alții ar numi etape sau faze ale vieții), este important să-i oferim fostului corp o înmormântare decentă, iar apoi să sărim asemenea unui jaguar, întrupându-ne într-o ființă nouă. Altminteri, putem petrece ani întregi peticind și reparând un fost Eu, pe care l-am depășit.

Pisica junglei este supraveghetorul pădurii și paznicul porții către moarte. Jaguarul ajută la dezmembrarea a ceea ce trebuie să moară, pentru ca noul să se poată naște. Un uragan întrupează puterea haotică a jaguarului. Un stup sau o colonie de furnici, cu întreaga sa complexitate și frumusețe, reprezintă puterea de organizator a jaguarului. Energia jaguarului poate funcționa la nivelul unui sat, al unei organizații sau al unui individ. Uneori, un mariaj trebuie desfăcut pentru ca părțile să supraviețuiască și să fie sănătoase. Alteori, un sat trebuie abandonat, pentru ca membrii săi să poată prospera într-o locație diferită. Pe întreg cuprinsul Americilor, găsim mărturii arheologice ale unor sate care au fost părăsite, aparent fără nici un motiv. S-a întâmplat astfel, ca răspuns la natura ciclică a ordinii și a haosului. Anasazi din Sud-Vestul Americii, maișii și incașii își abandonau periodic locuințele, pentru a construi sate noi, altundeva.

În urmă cu vreo câțiva ani, când un foc a ieșit de sub control în jungla din jurul Machu Picchu, pompierii s-au luptat zile întregi cu flăcările. Flăcările n-au putut fi controlate și s-au extins de la o margine la alta, distrugând zeci de mii de hectare. Se întâmpla în timpul sezonului uscat, când nu plouă niciodată în această parte a Anzilor. Atunci când focul a ajuns la câteva sute de metri de Machu Picchu, o femeie vraci a sosit și a oficiat o ceremonie la ruine. Toată lumea a luat parte la ritual, până și arheologii. Atunci când focul a pătruns în Orașul incaș al Luminii, cerul s-a întunecat brusc și a început o ploaie care a stins focul. Femeia șaman a susținut că însuși spiritul pădurii, sub forma unui jaguar, a răspuns chemării sale și a adus ploaia. Eu cred că ceremonia a adus echilibrul în acea zonă și ploaia și-a făcut apariția.

Există o legendă din Bali, despre un sat în care nu plouase de șase ani. Niciunul dintre șamani nu reușise să readucă ploaia - erau prea prinși în șabloanele locului și, prin urmare, nu îl puteau influența. Câmpurile erau arse, iar sătenii se saturaseră să trăiască din generozitatea vecinilor. O femeie șaman dintr-un sat aflat la doi munți depărtare a fost chemată în ajutor. Când a sosit, a observat tristețea din jurul ei. Le-a cerut sătenilor o colibă în care să țină post și să mediteze, în cea de-a treia zi, când a ieșit din colibă, cerul s-a întunecat și tunetele au început să răsună în întreaga vale. Câteva minute mai târziu, a început să plouă. Întregul sat a ieșit pentru a sărbători. Toată lumea a dansat în ploaie. Atunci când vârstnicii au întrebat-o cum a procedat, femeia a răspuns: „Când am sosit, satul era atât de dezechilibrat, încât eu însămi mi-am pierdut echilibrul. Iată de ce a trebuit să țin post și să mă rog. Atunci când eu mi-am regăsit echilibrul, întregul sat și-a recăpătat echilibrul și a venit ploaia”.

Când lucrez cu un client în criză, care simte că nimic nu-i mai poate îmbunătăți viața, îl trimit acasă cu un jaguar. Adesea, clientul crede că este doar o metaforă. Eu știu că principiul vieții și al morții, reprezentat de jaguar, îl va ajuta să permită încheierea acelor părți ale vieții care trebuie să dispară, după cum îl va ajuta să-și recapete speranța și să dobândească un nou echilibru din haos. Energia jaguarului poate fi invocată pentru a opri răspândirea haotică a celulelor canceroase, ori a flăcărilor dintr-o pădure. Poate fi invocată să ajute un muribund să-și găsească pacea, în haosul care acompaniază procesul morții și să-l ghideze în călătoria înapoi în lumea Spiritului.

Oamenii din junglă respectă jaguarul și pentru că el poate transforma energiile joase din cadrul Câmpului Energetic de Lumină. Legendele spun că, atunci când jaguarul intră într-o ceremonie, el devorează emoțiile negative reprezentate de furie, frică și tristețe. Jaguarul se ocupă de curățenia spirituală, transformând energiile groșiere, în Lumină. Ca protector a tot ceea ce înseamnă viață, jaguarul păzește spațiul ceremonial de energiile negative, care pot penetra cercul vindecării. Atunci când un client are nevoie de protecție spirituală ori psihologică, eu îl conectez la energia jaguarului. Adesea, clientul afirmă că vede în vis o pisică mare, vindecătoare. Pentru a folosi această energie în vindecare ori în echilibrarea vieții, trebuie să facem personal cunoștință cu spiritul jaguarului.

### **PASĂREA COLIBRI**

În direcția Nordului, pasărea colibri reprezintă curajul necesar pentru îmbarcarea într-o călătorie eroică. Păsările colibri migrează deasupra Atlanticului, călătorind în fiecare an din Brazilia, până în Canada. La prima privire, păsările colibri nu par a avea constituția potrivită unui zbor transatlantic. Nu au aripile maiestuoase ale vulturilor, iar corpul lor nu poate stoca multă mâncare. Cu toate acestea, păsările colibri răspund unei chemări ancestrale de a porni în această călătorie. Și fac asta în fiecare an, la fel cum somonul se întoarce în aval, la locul în care a fost creat. Atunci când lucrez cu o clientă care s-a îmbarcat într-o călătorie eroică, o ajut să se conecteze la energia pasării colibri. Nu este doar o metaforă pentru călătorie, ci o conexiune energetică la acest principiu al naturii. Odată atinși de energiile acestui arhetip, suntem propulsați în propria noastră călătorie, ajungând, în cele din urmă, înapoi la sursă, acolo unde a luat naștere Spiritul nostru. În acel câmp ancestral cu flori, putem bea din nectarul propriei noastre vieți. Energia Nordului ne ajută să ne îmbarcăm în călătorii extraordinare, în ciuda sortii potrivnice.



Atunci când nu dispunem de timp suficient, de bani sau de cunoaștere pentru a ne atinge un scop, pasărea colibri ne poate furniza curajul și îndrumarea necesare pentru a avea succes.

Arheologii știu că primii americani au trecut dincolo de strâmtoarea Bering, în urmă cu mii de ani. Au traversat Alaska, apoi au coborât în ceea ce cunoaștem astăzi drept Canada și Statele Unite ale Americii. Ce anume i-a determinat pe aceștia să traverseze un strat de gheață, pentru a veni în Lumea Nouă? De ce, după această traversare grandioasă, nu au rămas în America de Nord, unde au găsit păduri luxuriante și vânat din abundență, ci au pornit într-o călătorie dificilă prin deserturile din nordul Mexicului, pentru a popula restul continentului american? Ființele vii caută să exploreze și să descopere. Acest instinct funcționează în fiecare dintre noi. Atunci când negăm chemarea păsării colibri, începem să murim. Atunci când preferăm confortul în locul descoperirii, sau compromitem dorința sufletului de a evolua, începem să ne veștejim. Atunci când retrezim în noi mărețul instinct de a învăța și de a explora, viețile noastre devin mai puțin triviale și lumești, devin eroice.

### ***VULTURUL***

Direcția Estului este reprezentată de vultur și de condor, care aduc viziune, claritate și previziune. Vulturul percepe întreaga panoramă a vieții, fără să rămână blocat în detalii. Energiile vulturului ne ajută să găsim viziunea călăuzitoare în viață. Ochii condorului văd în trecut și în viitor, ajutându-ne să aflăm de unde am venit și încotro mergem. Atunci când lucrez cu o clientă blocată în traumele trecutului, o ajut să se conecteze la spiritul vulturului sau al condorului. Pe măsură ce această energie infuzează spațiul de vindecare, clienta mea este adesea capabilă să obțină o nouă claritate și viziune. Această viziune nu este de ordin intelectual, ci mai degrabă o chemare - firavă la început, rareori auzită conștient. Posibilitățile o îmbie și o scot din amărăciune, propulsând-o înspre destinul său.

Cred că dacă toată lumea are un viitor, numai anumiți oameni au un destin. A avea un destin înseamnă să îți trăiești viața la întregul potențial uman. Nu ai nevoie să devii politician sau poet faimos, ci destinul tău trebuie să aibă sens și scop. Poți fi măturător - și să-ți trăiești destinul. Poți fi președintele unei mari corporații și să duci o viață lipsită de sens. Putem să ne deschidem propriului nostru destin, dar aceasta necesită mult curaj. Altminteri, destinul trece pe lângă noi, lăsându-ne lipsiți de o împlinire cunoscută de aceia care aleg un

drum mai puțin bătătorit Vulturul ne permite să ne ridicăm deasupra luptelor lumești, care ne ocupă viața și ne consumă energia și atenția. Vulturul ne dă aripi, pentru a ne ridica deasupra conflictelor obișnuite, de zi cu zi, ridicându-ne pe culmi din apropierea Cerurilor. Vulturul și condorul reprezintă principiul autodepășirii în natură.

Biologii au identificat principiul autodepășirii, ca pe unul dintre elementele primordiale ale evoluției. Moleculile caută să-și depășească starea, pentru a deveni celule, apoi organisme simple, care mai târziu formează țesuturi și organe, evoluează, în cele din urmă, în ființe complexe cum sunt oamenii și balenele. Fiecare salt de autodepășire include toate nivelurile de dinainte. Celulele includ moleculele și, cu toate acestea, le transcend. Organismele includ celulele, deși merg mult mai departe. Balenele includ organele și, cu toate acestea, nu pot fi definite prin acestea, la fel cum întregul transcende suma părților sale.

Principiul transcenderii, reprezentat de vultur, susține că problemele de la un anumit nivel sunt cel mai bine rezolvate când mai depășești o etapă. Problemele celulelor sunt cel mai bine rezolvate de către organe, în timp ce nevoile organelor sunt cel mai bine rezolvate de un organism precum cel al unui fluture ori al unui om. Același principiu operează în viețile noastre. Gândiți-vă la păpușile rusești. Nevoile materiale sunt reprezentate de păpușica din centru. Problemele emoționale, simbolizate de următoarea păpușă, sunt, la rândul lor, conținute în stratul spiritual - adică păpușa de deasupra. În acest fel, nu ne putem satisface nevoile emoționale cu lucruri materiale, dar le putem satisface la nivel spiritual. Atunci când urcăm o treaptă, nevoile noastre emoționale sunt cuprinse în soluție. Ne ridicăm deasupra dilemelor din viața noastră, pe aripile unui vultur - și ne vedem viețile în perspectivă.

### ***CERUL ȘI PĂMÂNTUL***

Ultimele direcții finale - cea de deasupra și cea de dedesubt - reprezintă masculinul și femininul. Soarele este forța creativă a vieții. Anticii au observat că, dacă cerul pare să se modifice în timpul nopții și al anotimpurilor, constelațiile rămân întotdeauna în aceeași relație unele cu celelalte. Soarele răsare de la est, în același loc, la fiecare solstițiu de vară. În tradițiile incașilor, toate rugăciunile sunt adresate mai întâi în direcția sudului, deoarece Steaua Sudului este un punct din cer care rămâne neschimbat, în timp ce toate celelalte stele se rotesc noaptea. (Steaua Nordului nu este vizibilă din Emisfera Sudică, așa că totul este orientat înspre sud). Puterea Cerului este neschimbarea. Șamanul o invocă pentru a păstra și a perpetua, înțelegând că viața este un echilibru delicat între schimbare și neschimbare. Incașii sunt de părere că sufletul are trei părți. Atunci când omul moare, o parte a sufletului (cea schimbătoare) se întoarce în pământ, pentru a fi reabsorbită de natură și a deveni una cu tot ceea ce înseamnă viață. O altă parte (puterea și înțelepciunea) se întoarce în munții sacri, iar cea de-a treia parte (cea neschimbătoare) se întoarce la Soare. Multe dintre rit-

ualurile avansate de trecere ale șamanilor sunt menite să ne ajute să recunoaștem acea parte din noi care se întoarce la Soare și care este perpetuă și neschimbătoare.

Pământul este principiul receptiv și hrănitor. Funcția sa este cea de a proteja și de a reînnoi. Frunzele verii se întorc înapoi în solul bogat. Corpurile străbunilor sunt absorbite înapoi în ecosferă și devin una cu pomii, pășunile și munții. Semințele germinează în pământurile întunecate și fertile ale Mamei Pământ. Întreaga viață ia naștere în pântecul său umed și este hrănită din abundența sa. Succesiunea anotimpurilor reprezintă calitatea Pământului de a se schimba. În capitolul Geneză, la început, Pământul și Cerurile erau un singur tot. Astfel, schimbarea conține în ea și lipsa schimbării. Pântecul întunecat al spațiului conține soarele. Chiar dacă frunzele primăverii se întorc în pământ toamna, se întâmplă doar pentru a aduce viață nouă, după trecerea iernii. Invocând energiile Cerului și ale Pământului, ne reconstituim la ciclurile naturale ale vieții noastre. Dar, cel mai important este faptul că acest lucru ne permite să-i îmbrățișăm pe Mama care ne va hrăni întotdeauna și pe Tatăl care nu ne va părăsi niciodată. Întoarcerea acasă, la părinții primordiali, reprezintă o vindecare extraordinară pentru rănilor copilăriei noastre. Mulți dintre clienții mei, care au probleme legate de abandon, trec printr-o schimbare uriașă, doar pentru că îi îmbrățișează pe Mama Pământ și pe Tatăl Cer, ca părinți naturali. Întotdeauna îmi ajută clienții să se conecteze la energiile Cerului și Pământului, indiferent de condiția lor, sau de problema pentru care au venit să mă vadă. Atunci când salutăm Pământul, recunoaștem relația noastră cu toate celelalte forme de viață - de la copaci la pești, păsări și pietre. Atunci când salutăm Cerul, ne recunoaștem frații și surorile stele și îi dedicăm efortul de vindecare Marelui Spirit, Creatorul a tot și toate.

### ***DESCHIDEREA SPAȚIULUI SACRU***

Folosiți invocarea de la începutul acestui capitol. Dacă doriți, vă puteți ajuta de un mănunchi de salvie sau apă parfumată. În timp ce fac rugăciuni, șamanii de pe continentele americane agită mănunchiuri de salvie, aprind tămâie, sau mișcă o pană în direcția potrivită, împreună cu câțiva stropi de apă parfumată, ori țin mâinile ridicate către cer și salută fiecare punct cardinal. Este necesar să știți unde sunt punctele cardinale. În cazul în care nu le cunoașteți deja, puteți să folosiți o busolă.

Începeți cu fața spre Sud. Îndreptați mănunchiul, sau aruncați apa parfumată spre sud, apoi ridicați-vă mâinile, cu palmele în sus. Recitați primul verset, chemând șarpele. Procedați la fel cu toate direcțiile, pe rând. Atingeți Pământul sau ridicați-vă privirea spre Cer, atunci când vă îndreptați rugăciunea într-acolo. Închideți Spațiul Sacru, mulțumindu-le șarpelui, jaguarului, păsării colibri și vulturului. Eliberați energiile acestora și permiteți-le să se reîntoarcă în cele patru colțuri ale Pământului. Pentru a vă conecta la energia uneia dintre aceste direcții, nu o închideți. În schimb, chemați acel arhetip să intre în voi și să vă însoțească în drumul vostru. (Eu fac asta, întorcându-mă spre Est, de exemplu și, în loc să închid acea direcție, suflu spiritul aceluia arhetip în chakra coroană a clientului. Îmi imaginez cum spiritul vulturului intră în el și îi aduce informații). Apoi mulțumiți-i Mamei Pământ și Tatălui Cer.

### ***EXTINDEREA CÂMPULUI DE ENERGIE LUMINOASĂ***

În afară de invocarea către cele patru direcții, mai există o cale puternică prin care puteți crea Spațiul Sacru. Noi facem acest lucru, folosind Lumina celei de-a opta chakre, cea de deasupra capului. Puterea Spațiului Sacru este amplificată de multe ori, atunci când extindem această sferă luminoasă și ne odihnim în interiorul său. Chakra a opta se află în Câmpul Energetic de Lumină, în afara corpului fizic. Ea este acea parte din noi care e Una cu Dumnezeu. Atunci când o extindem ca pe o cupolă de cristal, putem realmente să stăm în interiorul său, protejându-ne de electricitatea statică a lumii.

Imaginați-vă chakra a opta ca pe un mic soare strălucitor, aflat deasupra capului. Unii oameni au o senzație de fierbinte sau de rece, atunci când îi simt membrana. Observați pulsul și frecvența. Pare să vibreze? Are un ritm? Folosiți-vă imaginația pentru a vizualiza o sferă în culoarea soarelui care răsare. Imaginați-vă cum strălucirea licărește răs-pândindu-se pe întreaga suprafață ca niște valuri, scaldându-vă în lumină portocalie și galbenă. Aduceți-vă mâinile la piept, în poziție de rugăciune, încet, ridicați-le, tot în poziție de rugăciune, până când le aduceți deasupra capului. Simțiți cum degetele intră în globul celei de-a opta chakre. Simțiți cum acest soare rotitor se deschide spre voi. Foarte încet, asemenea unui păun care își deschide penele, extindeți circumferința acestei sfere strălucitoare, astfel încât să vă învâluie, răsucindu-vă palmele în afară și depărtându-vă brațele. Coborâți brațele, până când mâinile ating scaunul și îmbăiați-vă în Lumina chakrei a opta.

Trăiți experiența de a fi în interiorul acestei sfere luminoase. Simțiți cum liniștea și nemișcarea pătrund în acest spațiu. Fiți atenți la respirație. Urmăriți-vă inspirația, apoi expirați încet. Explorați interiorul acestei sfere strălucitoare, cu ajutorul conștientiei. Cum simțiți că este membrana interioară? Eu mi-o imaginez ca pe un balon uriaș, cu valuri de culoare ce trec prin el, cu o strălucire proprie distinctă, asemena unui soare. Acesta este vasul care vă găzduiește sufletul, între reîncarnări. Atunci când ați explorat acest spațiu și sunteți mulțumiți, cu mâinile întinse lateral, aduceți-vă palmele în sus, încet, ca un păun care își strânge penele, până când ați strâns această chakra luminoasă din nou deasupra capului. Simțiți-i strălucirea. Coborâți din nou mâinile la piept, în poziția de rugăciune, pentru a încheia exercițiul.

După ce v-ați încheiat lucrul, întotdeauna este important să închideți Spațiul Sacru. Strângeți sfera luminoasă a celei de-a opta chakre în locul său, deasupra capului. Eliberați spiritele șarpelui, jaguarului, păsării colibri și vulturului. Mulțumiți-le Cerului și Pământului. Atunci când nu închideți Spațiul Sacru, îl contaminăm - ca și când am polua apa proaspătă a unui izvor. Animalele arhetipale nu mai vin, iar forțele naturii încetează să răspundă chemării voastre.

Invocați Spațiul Sacru, cu adânc respect. Menținerea Spațiului Sacru seamănă cu menținerea tonului unei singure note. Cântecele vostru trebuie să fie sincer și cristalin, astfel încât calitatea acestuia să fie pură. Atunci când vă aflați în prezența unui maestru șaman, sau a unui mare profesor spiritual, puteți simți diferența de calitate a spațiului. Energia este curată. Există magnetism în cameră. Este nevoie de toată iubirea și dorința noastră, dar și de mult exercițiu, pentru a menține Spațiul Sacru mai mult decât câteva clipe. Totuși, prin practică nu veți mai face efort. Spațiul se susține pe el însuși.

## *Partea a treia*

### **LUCRĂRILE ȘAMANILOR**

Înainte de a încerca următoarele tehnici împreună cu un client, asigurați-vă că ați primit pregătirea necesară în practica vindecării cu Lumină. Procesele de Iluminare și de Extracție necesită un grad înalt de măiestrie, pe care îl puteți dobândi numai cu ajutorul unei practici supravegheate. Procesul de Iluminare metabolizează energiile grosiere care blochează o chakră. Arde reziduurile toxice și curăță înregistrările bolilor din Câmpul Energetic de Lumină. Insist ca studenții mei să dețină arta menținerii Spațiului Sacru, înainte de a practica o Iluminare.

Acest lucru este echivalentul existenței unui câmp steril, atunci când are loc o operație. Niciun fel de tehnici chirurgicale nu vă vor fi de folos, dacă aveți un câmp contaminat. Infecția își va face apariția, iar pacientul se va îmbolnăvi și mai rău. În mod similar, Spațiul Sacru creează un mediu sigur, în care energiile negative nu pot penetra. Le spun studenților mei că, atunci când Spațiul lor Sacru se distruge, atât ei, cât și clienții lor pot fi în pericol. Mențineți Spațiul Sacru, prin concentrarea asupra intenției, lată de ce meditația și yoga sunt atât de utile. Cei care meditează au învățat să-și liniștească mintea și să-și concentreze conștienta. Într-un studiu efectuat în urmă cu mai mulți ani, cei care practicau meditația Zen erau capabili să-și mențină neîntrerupt starea alfa (în care undele creierului se mențin cam la opt cicluri pe secundă). Când un zgomot puternic distrugea liniștea, starea lor meditativă înceta, însă erau capabili să reintre în starea alfa, în câteva secunde. Pe de altă parte, cei care nu practicau meditația în mod obișnuit și sunt distrași de un zgomot puternic, nu reușesc să-și recapete calmul decât după mai multe minute, sau deloc.

Procesul de Extracție vă permite să eliminați energiile care s-au cristalizat și s-au încastrat în corpul clientului vostru. Această tehnică necesită un simț kinestezic foarte dezvoltat. De asemenea, este de ajutor dacă vindecătorul și-a dezvoltat cea de-a Doua Conștientă - calea șamanului de a vedea. Prin acest proces, sunt extrase energiile sau entitățile invadatoare care pot afecta clientul. Am observat că mulți oameni simt o aversiune la gândul energiilor și entităților invadatoare. Preferăm să ne gândim la lumea invizibilă ca fiind populată de ființe luminoase, benefice. Îmi încurajez studenții să nu le permită prejudecăților să interfereze cu experiențele pe care le au. Poate fi șocant să realizezi că există energii și entități negative care ne pot face rău, dar este o mare ușurare să știm că există căi prin care cei suferinzi din aceste pricini să poată fi vindecați. Am descoperit că Procesul de Extracție poate realiza, într-o singură ședință, ceea ce adesea nu se poate obține în ani întregi de psihoterapie.

Nu trebuie să fiți șamani, pentru a oficia Ritualurile Morții. Dar doresc din toată inima să nu aveți niciodată nevoie să le oficiați. Totuși, mulți dintre noi trebuie să asistăm câte o persoană iubită în drumul său către lumea Spiritului. Studiați aceste ritualuri, astfel încât să vă dezvoltați un simț special pentru ele. Asistarea unui părinte în trecerea finală este cel mai mare dar pe care îl puteți face persoanei care v-a adus pe lume.

## Capitolul 7

### Procesul de Iluminare

*Țin post de trei zile. Am găsit peștera aproape din întâmplare, după ce căutasem prin tufișuri, ore întregi. începuse să plouă, când am văzut o săpătură în piatră care îmi putea servi drept adăpost. Antonio mă trimisese să găsec Templul Lunii, în spatele lui Machu Picchu. „Ai grijă la vipere”, mi-a spus el, făcându-mi semn cu mâna și zâmbindu-mi. Câteodată, nu-i înțeleg simțul umorului. Chiar dacă nu am văzut niciun șarpe, sunt plin de tăieturi și de vâ-nătăi, din pricina tufișurilor prin care am mers. Aici nu există cărări. Doar niște rămășițe ale unor dale de granit într-un loc, ori o placă uriașă căzută, în alt loc. Peștera este de dimensiunea unui autobuz școlar, având uimitoare gravuri incașe. Zeci de nișe sunt săpate în perete. în spate, acolo unde doi dintre pereți se întâlnesc, pietrarii au tăiat pietre triumphiulare din ce în ce mai mici, care se potrivesc perfect fără mortar. Cea mai mică, din vârful, este de dimensiunea unei cutii de chibrituri. întregul loc este acoperit de mușchi uscat.*

*Antonio spusese că eu să mă ocup de buruieni, iar el de grădină. M-apus întotdeauna să lucrez la repararea propriilor mele greșeli, plivindu-mi rănille ca pe niște buruieni. Mi-a spus că nimic frumos nu creștea în grădina sufletului meu. Nu știam cum să ud semințele spiritului meu, ale celui care puteam deveni. Așa că m-a trimis în această peșteră, în căutarea viziunii, urmând să țin post, vreme de cinci zile. Ultimele două zile le-am petrecut curățind peștera. Se pare că mă pricep bine la asta. Pământul este acum curat, bogat și negru și se compactează foarte ușor.*

*Azi dimineața am aruncat batonul de ciocolată din fundul sacului. L-am desfăcut la un moment dat, am pus ambalajul în buzunar și am aruncat ciocolata în junglă. în ultimele două zile nu m-am gândit decât la ea.*

*Antonio avea dreptate, sunt un plivitor de buruieni și întreaga mea viață este o junglă plină de liane încurcate, mult prea mari. Cresc tot soiul de lucruri în ea. Câteodată, plante exotice - dar, în majoritatea timpului, plante cățărătoare, în care mă încurc. îmi consum întreaga energie curățând pământul de sub mine. Cum să fac să plantez pomii fructiferi și florile printre care îmi doresc să îmbătrânesc?*

### Jurnale

Mitologia vestică ne spune că trăim într-un univers în care suntem vânați constant de microbi și jaguari flămânzi. Vracii, pe de altă parte, consideră că trăim într-un univers blând. Lumea devine un asemeni unui animal de pradă, doar atunci când noi ne pierdem echilibrul. Lumea de astăzi și-a pierdut echilibrul. Oamenii și recoltele sunt asaltate de microbi și virusuri. Arsenalele noastre de antibiotice se dovedesc rapid ineficiente. Procesul de Iluminare ne readuce în starea de echilibru, în ceea ce șamanii incași numesc *ayni*, sau relația adecvată cu jaguarii, microbii și tot ceea ce înseamnă viață, astfel încât Universul să poată funcționa din nou spre binele nostru.

Procesul de Iluminare produce vindecarea, în trei feluri. Mai întâi, distruge reziduurile și depozitele care aderă la pereții unei cha-kre. Acest lucru promovează longevitatea și întărește imunitatea. în al doilea rând, arde energia toxică din jurul înregistrărilor fizice și emoționale dăunătoare. Acesta este combustibilul pe care o înregistrare îl folosește pentru a se exprima. în cel de-al treilea rând, curăță înregistrările din Câmpul Energetic de Lumină. Procesul de Iluminare aduce vindecarea chiar la sursă, la nivelul de început al ființei noastre. Atunci când aceste înregistrări sunt șterse, emoțiile și comportamentele negative pot fi rapid schimbate. Puterea sistemului imunitar este descătușată, astfel încât vindecarea fizică se accelerează.

Fiecare înregistrare din Câmpul Energetic de Lumină este legată de o chakră, prin intermediul căreia își eliberează informațiile toxice înspre sistemul nervos central. înregistrarea este sursa, chakra este conductorul, iar sistemul nervos este rețeaua de distribuție. Fiecare chakră conține o hartă a tărâmului fizic și emoțional al vieții voastre. Așa cum un lanț muntos poate fi prezentat în mai multe feluri - printr-o hartă aeriană, o hartă care prezintă diferitele straturi ale pământului, sau o hartă demografică - tot astfel, chakrele conțin hărți ale experienței vieții noastre, interpretate în mod diferit. în prima chakră se află hărțile pentru supraviețuire. în cea de-a doua sunt hărțile emoționale - și așa mai departe. Ca să înțeleg mai bine problema unui client, eu fac o evaluare a chakrelor, pentru a determina care centru energetic este cel

compromis. Astfel, aflu prin care chakră o înregistrare din Câmpul Energetic de Lumină mă informează despre starea sa emoțională și fizică.

### **ARDEREA ENERGIILOR**

Buckminster Fuller obișnuia să spună că, așa cum Pământul înconjoară Soarele, benzi de lumină solară înconjoară ramurile și trunchiurile copacilor. El a explicat că, atunci când aprindem un buștean în șemineu, eliberăm din nou acea lumină solară. Tot ceea ce este viu reprezintă lumină captată materie. Balenele mănâncă plancton, care se hrănește cu lumină. Noi mâncăm plantele a căror hrană o constituie lumina. Totul este făcut din lumină, chiar și energiile întunecate care blochează chakrele și alimentează înregistrările. Asemenea unui buștean care trebuie pus în foc pentru a-și elibera lumina, aceste energii trebuie aprinse (ori extrase, așa cum vom învăța în următorul capitol). Șamanii din Anzi se referă la acest proces, folosind termenul *mi-huy*, care înseamnă „a digera” sau „a arde”.

În tradițiile șamanice incașe, nu există energii „rele”. Există doar energii care sunt „lumină” - și, prin urmare, ajută viața - și energii „grele”, care nu pot fi digerate. Câmpul Energetic de Lumină vă va arde energiile în mod natural și automat, atunci când înconjurați un client cu el. Reziduurile care nu pot fi arse vor reveni în pământ, asemenea cenușii rezultate în Sacru. Legendele spun că spiritul jaguarului ajută la transformarea acestor energii în lumină. Lumina eliberată prin ardere, din *mihuy*, este reabsorbită de către client și umple din nou rezervele de combustibil ale Câmpului Energetic de Lumină.

Procesul de Iluminare transformă energiile grele în lumină. Aceasta este o metaforă pentru transformarea rănilor emoționale în surse de putere și de cunoaștere. În mitologie, aceasta este calea vindecătorului rănit. Printr-un proces alchimic (*mihuy*), vă puteți transforma rănilor într-o sursă de curaj și forță. Fiecare rană emoțională conține lecții valoroase. Odată ce aceste lecții sunt învățate, clientul nu mai are nevoie să retrăiască experiența dureroasă. Rănilor încetează să mai dicteze realitatea și devin daruri ale iubirii și puterii. Ceea ce a fost cândva o poveste cumplită se poate transforma în pace și compasiune. Vindecătorul poate empatiza cu durerea altcuiva, pentru că știe cum este să suferi. Întrucât trecutul nu mai reprezintă o infirmitate, vindecătorul este inspirat de el, oricât de greu ori dureros ar fi fost. Atunci când sunt integrate, aceste experiențe temperează duritatea sufletului.

Am cunoscut-o pe Gail, un psiholog din Houston, adept al concepțiilor lui Jung, atunci când s-a înscris la programul nostru de pregătire în vindecare. Am fost imediat impresionat de generozitatea și compasiunea ei. Întotdeauna își făcea timp pentru cei nevoiași și mereu avea un zâmbet și o vorbă bună pentru toată lumea. Habar nu aveam că, în urmă cu doar câțiva ani, își pierduse fiica de douăzeci și patru de ani, din pricina unei boli survenite brusc. După această pierdere tragică, Gail nu și-a mai părăsit casa. A pierdut dorința de a mai trăi și se hrănea frugal, singură în camera ei. Soțul ei nu putea face nimic pentru a-i alunga disperarea. Gail își petrecea ore întregi pierdută în gânduri. La un an după moartea fiicei, Gail a ieșit din depresie. Acel an de singurătate o făcuse să realizeze că destinul ei era de a ajuta cât mai mulți oameni aflați în nevoie. De atunci, a devenit purtătorul de cuvânt al lui Dalai Lama în America. A contribuit personal la stabilirea în Statele Unite a unui număr mare de tibetani.

În timpul aceluiași an de suferință, Gail a descoperit curajul de a aduce o schimbare în lume. A schimbat viața a numeroși oameni de peste tot. Dar, mai presus de toate, reprezintă modelul unei femei care a suferit pierderea și durerea și a devenit mai puternică. Nu numai că și-a însușit lecțiile pe care viața i le-a adus, dar a reușit să transforme o legendă personală, într-o sursă de putere și compasiune.

Lecțiile sunt integrate la un nivel energetic. Atunci când energiile toxice dintr-o chakră sunt arse, semințele naturale ale acelei chakre pot crește. Atunci când frica nu mai sălășluiește în noi, înflorește compasiunea. Atunci când sentimentul de lipsă nu-și mai are lăcașul în prima chakră, trăim experiența iubirii abundente a Universului. Atunci când durerea nu ne mai ocupă cea de-a treia chakră, putem schimba lumea. Arhitectura noastră luminoasă se schimbă. După câteva săptămâni, urmează înțelegerea intelectuală. În munca noastră, înțelegerea urmează întotdeauna vindecării. Schimbarea apare întâi la nivelul energetic, apoi intervine intelectul. Dimpotrivă, în Vest insistăm ca înțelegerea să precedă vindecării. Înainte să facem o schimbare, despiciăm firul în patru și analizăm absența emoțională a mamei sau a tată-lui. În vindecarea cu Lumină, mintea poate înțelege acest lucru, de abia după ce câmpul energetic și corpul se schimbă, dar adevărata transformare nu poate fi niciodată precedată de intelect.

Procesul de Iluminare transformă emoțiile grele asociate cu traume și boli, în energia hrănitoare a vieții. Produsele rezultate din arderea lemnului, de exemplu, sunt căldura și lumina. Energiile grosiere sunt compactate în grămezi dense, ceea ce le face inutilizabile ca forță vitală și combustibil. La fel cum un buștean nu ne poate încălzi, decât după ce îi dăm foc, nu putem curăța aceste energii dense, până când Procesul de Iluminare nu descătușează Lumina din interiorul lor.

Primul pas este să arzi reziduurile energetice încastrate în chakră. Aceste energii trebuie curățate, în același fel în care curățați o rană. Atunci când ne tăiem, spălăm zona cu grijă, chakra devine o oglindă în Câmpul Energetic de Lumină și o putem citi în detaliu. Atunci când apelez la Cea de-a Doua Conștiință, pot distinge evenimentul care a cauzat rana originară.

Vindecarea psihologică ajută la eliberarea energiei emoționale prinsă într-o înregistrare, permițându-ne să înțelegem incidentul dureros care a cauzat-o. Dar înțelegerea intelectuală nu curăță înregistrarea însăși. Este ca și cum o rană ar fi curățată, dar nu și bandajată. În câteva săptămâni sau luni, energia emoțională se strânge din nou în jurul înregistrării și o reactivează. Problemele psihologice pe care credeam că le-am rezolvat revin la suprafață, iar comportamentele distructive reapar. (Aceasta este o posibilă explicație pentru faptul că unii oameni simt nevoia să continue terapia prin vorbire, ani în șir; ei simt nevoia de a continua să curețe rana. Și de aceea, în ultima vreme, procesul șamanic de vindecare a stârnit interesul psihologilor). După ce Procesul de Iluminare arde energiile din jurul înregistrării, înregistrările de bază sunt șterse. Nu mai există niciun șablon după care să se reorganizeze vechea realitate.

Transformarea energiilor emoționale toxice în Lumină este un beneficiu esențial al Procesului de Iluminare - dar nu este întregul remediu. După ce reziduurile din chakră și din jurul înregistrării au fost arse, folosim Lumină pură pentru a rescrie informația conținută în înregistrare. Iată de ce numesc această tehnică Procesul de Iluminare -pentru că, atunci când Iluminăm chakra, rescriem înregistrarea cu Lumină pură. Scriem peste înregistrare, cu energie de la soarele radiant al chakrei a opta. Pulverizați chakra deschisă a clientului, cu un val de Lumină aurie. În timpul acestei faze, clientul va vorbi adesea despre sentimentul de pace și profundă comuniune cu Spiritul. Acesta este gustul nemărginirii.

Procesul de Iluminare poate scoate la iveală amintiri dureroase. Țineți minte că acesta nu este un proces psihologic, în care clientul își amintește traumele din trecut și vorbește despre ele cu un terapeut. Iluminarea este un proces energetic. În loc să-și reamintească incidente, clientul își simte durerea sau tristețea ca pe un val de energie care trece prin el. La sfârșitul sesiunii de vindecare, persoana rămâne cu sentimentul de pace și, adesea, de fericire supremă. Îi cer clientului

să-și amintească intensitatea emoțională a traumei pe care urmează să o vindece. El simte intensitatea energiei, dar nu re trăiește durerea experienței și nici măcar nu îmi dă întotdeauna toate detaliile, decât după ce se termină ședința de vindecare. Dacă lucrez cu un client care s-a simțit neglijat în copilărie, îi cer să-și amintească sentimentul de abandon sau durerea pe care a simțit-o în timpul incidentului. Aceasta îmi permite să merg pe urmele luminoase lăsate de acest eveniment, să găsesc chakra afectată și să localizez sursa înregistrării în Câmpul Energetic de Lumină.

Îi informez pe clienți că ei dețin întotdeauna controlul asupra procesului. Câteodată, pot simți emoții intense, au crampe în mâini sau picioare, ori corpul le tremură ori se mișcă involuntar. Dacă la un moment dat acest lucru îi deranjează, ei pot încetini procesul, încrucișându-și brațele pe piept, dreptul peste stângul. (Aceasta este o tehnică prezentă în toate culturile, pentru a întrerupe fluxul energetic. Faraonii din Egipt erau îngropați în această poziție, pentru a fi protejați în călătoria lor de după viață și chiar și maestrul artelor marțiale o folosesc pentru a bloca o lovitură). Acest lucru le permite clienților mei să știe că își pot regla intensitatea experienței și le oferă posibilitatea de a merge oricât de profund doresc, de a încetini procesul sau de a-l opri cu totul.

### ***PROCESUL DE ILUMINARE. PAS CAI PAS***

Întregul proces durează aproximativ o oră. În cadrul unei ședințe de Iluminare, se lucrează asupra unei singure vindecări și asupra unei singure chakre. Iată pașii:

1. Evaluarea clientului.
2. Căutarea înregistrărilor.
3. Deschiderea Spațiului Sacru, invocarea către toate direcțiile.
4. Învăluieți clientul în Câmpul vostru Energetic de Lumină.
5. Aplicați puncte de aprofundare, timp de zece minute.
6. Deschideți chakra compromisă.
7. Aplicați puncte de eliberare timp de cinci minute.

8. Extrageți energiile dense din chakră, scuturându-le spre pământ. pentru că, dacă lăsăm mizeria să se acumuleze, ne infectăm, iar rana nu se mai vindecă. Același proces are loc și în Câmpul Energetic de Lumină. Singura diferență este aceea că rana se curăță cu apă și 9. Chemați jaguarul să vă ajute să transformați energiile grosiere.

10. Iluminați pentru a curăța înregistrarea.

11. Echilibrați chakra și închideți Câmpul Energetic de Lumină.

12. Lucrați împreună cu clientul.

13. închideți direcțiile.

### ***EVALUAREA CLIENTULUI***

La începutul fiecărei ședințe, întreb clientul de ce a venit să mă vadă. Dacă îi aud întâi povestea, mi-e mai ușor să-i identific problemele energetice. îl ascult cu atenție și îi acord tot timpul necesar, astfel încât să simtă că a fost ascultat. Adesea, dedic prima oră acestui pas, dar nu permit să se transforme totul într-o ședință de psihoterapie. Mă interesează povestea lui, dar nu pentru a o analiza. îi studiez cu grijă limbajul trupului, observând mișcările mâinilor atunci când își descrie durerea sau problema, căutând indicii în subconștient, precum locația înregistrării și chakra asociată acesteia.

### ***CĂUTAREA ÎNREGISTRĂRILOR***

La Școala Vindecării Trupului de Lumină, ne antrenăm studenții să găsească înregistrările din Câmpul Energetic de Lumină folosind kinesiologia, cunoscută și sub denumirea de testarea mușchilor. Această tehnică a fost elaborată de către dr. John Diamond, chiar dacă variante ale testării mușchilor erau folosite și de șamani. Această procedură este adesea utilizată de către chiropractori și alți fizioterapeuți, pentru a testa alinierea scheletului și a mușchilor. Eu am adaptat-o, pentru a descoperi înregistrările din Câmpul Energetic de Lumină. Până când vă descoperiți abilitatea de a vedea câmpurile de culoare închisă, asociate cu înregistrările bolii, această tehnică mi se pare cea mai practică și mai demnă de încredere. Atunci când este folosită cu precizie, se poate citi cu exactitate condiția sistemelor energetice ale unui client. De vreme ce corpul clientului este cel care răspunde - și nu mintea rațională - puteți obține, în general, informații corecte. Atât vindecătorul, cât și clientul trebuie să îndepărteze obiectele metalice - bijuterii, ceasuri etc. Cereți-i apoi pacientului să închidă ochii și să întindă orizontal un braț în fața sa, astfel încât să fie paralel cu pământului. Apăsați două degete pe încheietura lui, cerându-i să opună rezistență. Majoritatea oamenilor sunt în stare să opună rezistență și să-și mențină brațul întins și paralel cu pământul. Apoi, cereți-i să-și amintească de o persoană iubită și testați-i din nou forța. Brațul trebuie să opună mai multă rezistență, pentru că oamenii care iubesc obțin o reacție energetică, puternică din câmpurile noastre energetice. Cereți-i apoi clientului să-și amintească o persoană care îi produce neplăcere sau teamă. Brațul trebuie să fie mai slăbit - astfel încât, atunci când exercitați presiune cu două degete, brațul va coborî, deoarece frica și judecata au tendința să ne epuizeze. Pentru a verifica acuratețea răspunsului mușchilor, puneți persoana să-1 vizualizeze pe Dalai Lama, pe Buddha, pe Hristos, pe Dumnezeu sau pe oricine altcineva simbolizează pentru ea, iubirea și compasiunea. Din nou, mușchii trebuie să redevină puternici. Vizualizarea unei svastici, pe care am învățat să o asociem cu lagărele naziste, are ca rezultat slăbirea mușchilor, în cele din urmă, cereți-i clientului să repete cuvântul *da*. Brațul trebuie să fie puternic, în timp ce cuvântul *nu* îl slăbește. Ultimul pas este foarte important pentru stabilirea raportului cu sistemele de reprezentare ale pacientului și cu procesele sale subconștiente.

Uneori veți da peste câte un client care prezintă semnale inversate, caz în care brațul este puternic atunci când ar trebui să fie slab și viceversa. Am descoperit această inversare la unu din zece pacienți. Sistemele lor neuroelectrice erau încrucișate. De fapt, cu toții experimentăm această inversare la un moment dat și citim greșit o mulțime de semnale pe care le primim din lumea exterioară. Această stare este ușor de schimbat. Ne putem recupera reacția normală, bătând ușor cu vârful degetelor pe glanda timus (localizată în partea de sus a sternului), cât numărăm până la trei, vizualizând în acest timp imaginea unei persoane iubite. După aceea, reacția noastră va fi bună. Activarea glandei timus resetează sistemul energetic, aducându-l din nou la polaritatea corectă.

Pentru a găsi urma unei înregistrări, ea trebuie mai întâi energizată, readucând în memorie evenimentul dureros asociat ei. O înregistrare inactivă poate fi dificil de localizat. Este ca un program inactiv din computerul vostru. Atunci când o înregistrare este energizată, vindecătorul poate găsi ușor locația în Câmpul Energetic de Lumină, după cum poate găsi și chakra asociată. Energizarea unei înregistrări este ca lansarea unui program de calculator. Codul este activat și apare pe ecran, împreună cu toate operațiunile și instrucțiunile. Pentru a activa o înregistrare, clientul trebuie să-și amintească ce sentimente a avut în momentul în care a fost rănit: durere, părere de rău, tristețe ori rușine. Amintirea strict la nivelul intelectului nu este suficientă. Persoana trebuie să pătrundă în intensitatea sentimentelor și să le experimenteze din nou, vreme de câteva secunde.

Acest test îi permite vindecătorului să determine prezența înregistrării toxice. Mai întâi, testați puterea clientului, cerându-i să-și ridice brațul orizontal în față și apoi să se gândească la un loc preferat din natură. Atunci când îi apăsați încheietura mâinii cu două degete, brațul trebuie să fie puternic. Cereți-i apoi să-și amintească un incident sau eveniment dureros, pe care să-l evaluați. Eu le cer clienților mei să închidă ochii și să fie foarte exacti. De exemplu, întreb: „Unde ai simțit rușinea (sau durerea) în corp? Unde te-a durut și cum te-a durut, atunci când a avut loc acest eveniment?” Sau: „Arată-mi, printr-o mișcare sau o postură, ceea ce ai simțit”. În cazul în care persoana nu-și amintește un eveniment propriu-zis, îi cer să se concentreze asupra sentimentelor din acel moment. Dacă o înregistrare este asociată acestui incident, brațul său va fi slăbit. Diferența va fi dramatică, deoarece va părea ca și cum puterea fizică i s-a scurs din corp.

John este student la Școala Vindecării Trupului de Lumină. Într-o dimineață, când demonstrez această tehnică, l-am invitat să servească drept subiect la curs. Când s-a apropiat, am observat cât era de musculos și cât de mândru pășea. Nu avea de gând să mă lase să-i împing brațul în jos, oricât de mult aș fi încercat. Când i-am cerut să-și amintească locul său preferat din natură, brațul i-a devenit puternic precum o bară de oțel. După ce și-a amintit durerea resimțită la recentul divorț și separarea de fiul său, brațul i s-a transformat în plastilină. S-a uitat la mine uluit, deoarece, pentru el, gradul de rezistență rămăsese neschimbat. „Mi s-a părut că cele două degete ale tale cântăresc o sută de kilograme.”

Corpul nu minte. Atunci când un client răspunde pozitiv în privința unei înregistrări, încerc să aflu care chakră iese în evidență, atunci când înregistrarea este activă. Există întotdeauna o chakră asociată unei înregistrări active și este singura cale prin care înregistrarea își transferă informația la sistemul nostru nervos. De exemplu, să spunem că înregistrarea unui client a fost cauzată de faptul că a fost neglijat în copilărie. Dacă descopăr că cea de-a doua chakră este compromisă, știu că această înregistrare poate crea probleme de respect de sine. În cazul în care chakra compromisă este cea din frunte (chakra a șasea), atunci știu că incidentul a afectat abilitatea clientului de a discerne direcția în viață, sau încearcă să vindece o problemă emoțională, prin intermediul intelectului.

Vindecătorul trebuie să testeze pe loc pentru chakra ce are legătură cu o înregistrare, cât timp Câmpul Energetic de Lumină al clientului este încă afectat de șocurile survenite în urma tristeții sau durerii pe care și le-a amintit. Îi învăț pe studenții mei să pună o mână deasupra primei chakre, la cinci centimetri depărtare de piele, în timp ce clientul își menține brațele întinse orizontal, ca înainte. Apoi, să împingă în jos încheietura mâinii, folosind indexul și degetele mijlocii ale celeilalte mâini. Procedura este repetată pentru fiecare chakră în parte -de la rădăcină, până la coroană. Le spun studenților mei să se oprească pentru o respirație între chakre, dar să acționeze repede, pentru că undele cauzate de amintirile traumei se vor diminua rapid.

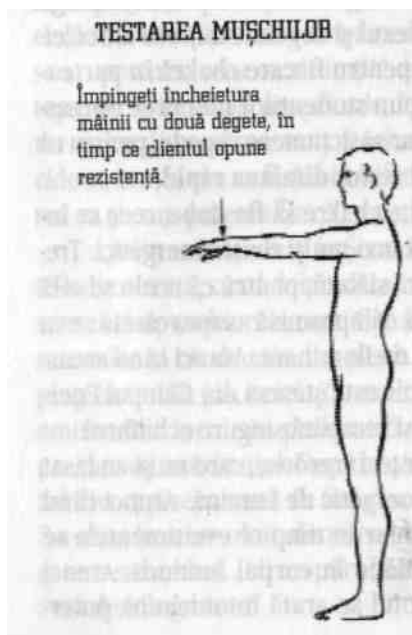
Există posibilitatea ca mai multe chakre să fie slabe, ceea ce înseamnă că acea înregistrare afectează mai mulți centri energetici. Trebuie identificată cea mai de jos chakră slăbită, pentru că acolo se află rădăcina problemei. Acea este chakra compromisă asupra căreia se va lucra mai târziu, în timpul Procesului de Iluminare. Atunci când această chakră este curățată, iar înregistrarea este ștersă din Câmpul Energetic de Lumină, chakrele mai înalte își recapătă singure echilibrul.

Cu toții am trecut prin experiențe dureroase, care nu și-au lăsat amprenta asupra Câmpului nostru Energetic de Lumină. Atunci când procesăm sentimentele și emoțiile, chiar în timp ce evenimentele se desfășoară, nicio înregistrare nu rămâne în corpul luminos. Atunci când testăm astfel de incidente, clientul se arată întotdeauna puternic. Îmi aduc aminte că am văzut un muncitor din construcții, care își pierduse ambii părinți într-un accident de mașină cu un an înainte. Atunci când am testat prezența unei înregistrări, deja petrecuse luni întregi suferind și încă le deplângea moartea. Spre surpriza amândurora, s-a dovedit a fi puternic, indicând că nu avea în câmpul luminos nicio înregistrare care să fie asociată acestei pierderi. Totuși, câteva săptămâni mai târziu, a văzut cum un coleg de muncă și-a retezat degetul arătător, cu un fierăstrău electric. Apoi a privit cum bărbatul a căzut în genunchi, pentru ași căuta în praf degetul retezat, urlând de durere. Incidentul l-a afectat atât de puternic încât, din acel moment, nu a fost în stare să mai lucreze cu scule electrice. Atunci când l-am rugat să-și amintească ce a simțit când și-a văzut prietenul căutându-și degetul, am simțit că își pierde puterea.

Cumva, acest incident s-a imprimat în psihicul său. După două ședințe de Iluminare, a fost capabil să lucreze din nou cu scule electrice, fără să devină neliniștit.

Înregistrările din Câmpul Energetic de Lumină pot fi șterse numai prin intermediul chakrei compromise. Ea este cea care conține durerea, tristețea ori rușinea pe care cineva le-a purtat în el, poate ani întregi. Atunci când accesez o înregistrare, prin intermediul chakrei corespunzătoare, câmpul emoțional începe să apară și pot simți rana originară care a cauzat înregistrarea inițială.





### **DESCHIDEREA SPAȚIULUI SACRU**

Deschiderea Spațiului Sacru este vitală înainte de începerea următoarei lucrări energetice. Vindecătorul poate deschide spațiul la începutul zilei și îl poate închide la plecarea ultimului client - sau poate deschide spațiul pentru fiecare client în parte. În oricare dintre cele două cazuri, clientul și vindecătorul se află în siguranță, învăluți în spațiul protejat. Folosiți rugăciunea din Capitolul 6, până când vă descoperiți propria rugăciune.

Spațiul fizic în care vă desfășurați lucrul este la fel de important ca și spațiul energetic pe care îl creați. În biroul meu, am lucruri care induc starea de calm, precum tămâia, decorațiuni pe pereți și carpete în tonuri de culoarea pământului. Două scaune și o canapea reprezintă zona în care stau clienții mei, iar la un capăt al camerei este o masă de masaj, pe care fac Iluminările. Pe o masă joasă am altarul - o colecție de pietre și obiecte de ceremonial, pe care mi le-au dat profesorii mei. L-am poziționat mai discret, în mod special, deoarece mulți dintre clienții mei sunt oameni de afaceri, care s-ar simți stingheriți într-un mediu prea „mistic”. Cu toate acestea, spațiul în care lucrez este peștera mea de șaman, iar decorul are scopul de a-i face pe clienți să se simtă confortabil, în siguranță și să aibă sentimentul că au intrat într-un mediu care îi alină, aflat în afara lumii lor obișnuite.

### **ÎNVĂLUIȚI-VĂ CLIENTULUI ÎN CÂMPUL VOSTRU ENERGETIC DE LUMINĂ**

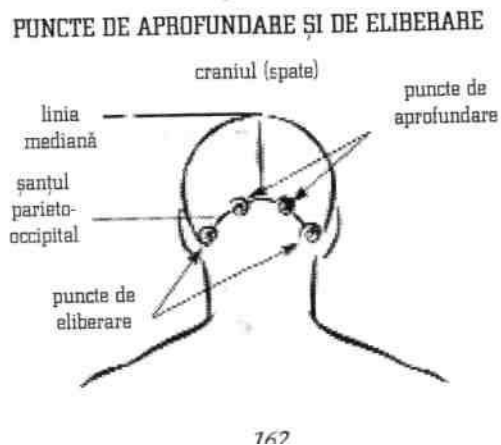
După ce creați un spațiu care invită puterile naturale ale punctelor cardinale și animalele arhetipale ale acestora, creați un Spațiu Sacru interior, extinzându-vă propriul Câmp Energetic de Lumină asupra clientului. Atunci când faceți invocare în cele patru direcții, creați un Spațiu Sacru natural, în care aveți acces la organizarea principiilor naturii. Atunci când vă învăluiți clientul în Câmpul Energiei voastre Luminoase, creați o sferă sacră naturală, prin care puteți accesa principiile organizatorice ale naturii. Când vă învăluiți clientul în câmpul vostru, creați o sferă umană distinctă, prin care puteți accesa sursele de îndrumare și cunoaștere. Primul spațiu ne învăluie în energiile care informează ecosfera - forțele naturale care vindecă trupul. Cea de-a opta chakră ne învăluie în energiile care ne informează noosfera - ființele de Lumină și maestrul luminați cu care lucrăm.

Atunci când practic Procesul de Iluminare, deschid întotdeauna și spațiul sacru natural, cât și pe cel uman. Vrem să fim informați și de către forțele care dau formă galaxiilor și ierbii, dar și de către înțelepciunea spirituală care ne ghidează experiența umană. Atunci când facem acest lucru, ne aflăm într-un spațiu de două ori sacru. Astfel, clientul se simte ca și cum s-ar afla într-o sferă asemănătoare unui pântec. Pentru început, folosiți Invocația din Capitolul 6, apoi extinde-ți-vă chakra a opta deasupra voastră și a clientului, învăluindu-l într-o pătură de Lumină, pe întreaga durată a sesiunii. Clientul trebuie să stea întins, cu fața în sus, fie pe podea, fie pe o masă de masaj. Vindecătorul stă la capul clientului. Masa de masaj pe care o folosesc se află la cincizeci de centimetri de podea, permițându-mi să șed confortabil pe un scaun. Pacientul trebuie să inspire pe nas și să expire pe gură, lăsând respirația să-și găsească propriul ritm. La un moment dat, aceasta va deveni mai rapidă, sau va încetini de la sine. Respirația reglează viteza combustiei energiilor din chakre. Este asemenea modului în care vă ocupați de un foc, încetinind sau accelerând respirația, clientul poate regala intensitatea propriului proces. Uneori, îi puteți cere

clientului să vă urmărească respirația, pentru a-și putea găsi propriul ritm. În timpul ce respirați, trebuie să vă întoarceți ușor fața în lateral, pentru a nu trimite aerul direct deasupra clientului.

### **FOLOSIȚI PUNCTELE DE APROFUNDARE**

Țineți capul clientului în ambele mâini, apăsând în partea din spate a craniului. Presiunea asupra acestor puncte, cunoscute în acupunctura drept poarta Cerului, ajută clientul să atingă o stare de transă luminoasă.



Ele sunt localizate la baza craniului, sub șanțul parieto-occipital. Când țineți în mâini capul unui client, degetele voastre se îndreaptă în mod natural spre acest loc. Introduceți cu blândețe mâinile sub craniul clientului. Atunci când aplicați presiune asupra acestor două puncte, clientul intră într-o stare de relaxare profundă, în doar câteva minute. Cu cele două degete mijlocii, dispuse la aproximativ doi cm și jumătate de linia mediană a craniului, apăsați cu blândețe, dar ferm. Capul clientului trebuie să rămână relaxat și să se odihnească pe o pernă tare. Mențineți apăsarea asupra punctelor de aprofundare, cel puțin zece minute. În acest timp, eu îmi întreb clientul - pe o voce șoptită, abia perceptibilă - ce simte. Trebuie să comunicați tot timpul cu clientul, astfel încât să vă poată oferi reacții cu privire la procesul prin care trece. Pupilele persoanei pot începe să se miște sub pleoapele închise. Această mișcare rapidă a ochilor, cunoscută ca REM (Rapid Eye Movement), denotă, de obicei, o stare de vis. În cadrul Procesului de Iluminare însă, denotă o transă ușoară, în decursul căreia, mintea care cenzurează și critică a eliberat conștiința din strânsoare. Unele persoane spun că se simt ca într-un somn adânc, dar în care pot vorbi liber cu vindecătorul. Ele devin astfel martorii procesului energetic - și îl pot observa fără să fie copleșiți.

### **DESCHIDEȚI CHAKRA**

Sincronizați-vă respirația cu cea a clientului. După ce mențineți presiunea asupra punctelor de aprofundare, vreme de mai multe minute, încercați să deschideți chakra compromisă, ținând o mână la vreo zece cm deasupra, iar după ce simțiți spirala de energie a discului, rotiți-o în sensul invers acelor de ceasornic, de trei sau patru ori. (Câteodată, eu folosesc o pană de vultur pentru acest proces, pentru că îmi permite să ajung la chakrele inferioare, fără să-mi părăsesc locul de lângă capul clientului). Dacă aveți mâinile lungi, vă puteți folosi degetele pentru a deschide o chakră inferioară; altminteri, mergeți pe o latură a persoanei, dând drumul capului în timpul acestei etape și, apoi, întoarceți-vă imediat la poziția din capătul mesei. Orice metodă folosiți, concentrați-vă atenția cu grijă.

De îndată ce chakra este deschisă, ea începe să „spele” - să elimine depozitele și energiile toxice. Aceste energii ies în marea sferă luminoasă, creată de către chakra a opta a vindecătorului, unde sunt arse. Adesea, eu percep curenți întunecați, ca niște panglici groase, care ies ca un vârtej din chakra. În următoarele minute, re-rotiți chakra pacientului de multe ori, în sensul invers acelor de ceasornic, pentru că se poate astupa în timpul curățăm. Verificați cum se simte persoana. Uneori, clienții îmi semnalează o schimbare a temperaturii corpului, spasme musculare involuntare ori tresăriri și descărcări asemănătoare celor electrice, în întregul corp. Acesta este un semn că energiile din jurul înregistrăm sunt arse și eliminate. Mișcările spontane ale corpului apar atunci când sunt eliberate amintirile musculare și celulare.

Când energia unei înregistrări a fost exprimată somatic - adică asimilată în țesuturile corpului - poate fi curățată doar prin această mișcare spontană, uneori necontrolată. Acest lucru se întâmplă atunci când a existat o traumă fizică în rana originară - un abuz fizic, de exemplu - pentru că țesuturile corpului păstrează amintirile acestor evenimente. În anumite cazuri, clientul poate începe să se zbată asemenea unui pește pe uscat, făcându-și rău. Este important să mergeți înainte cu procesul, grăbind sau încetinind respirația, astfel încât eliberarea să se producă blând. Le amintesc pacienților că își pot încetini sau opri procesul oricând, doar încrucișând brațele asupra pieptului.

### ***FOLOSIȚI PUNCTELE DE ELIBERARE***

Acest proces trebuie făcut timp de cinci minute și este foarte important să nu-l treceți cu vederea. Aplicarea punctelor de eliberare suplimentează descărcarea energiilor grele din înregistrare precum și a reziduurilor care blochează chakra. Curățarea energiei din chakra blocată este asemenea curățării țevilor de apă. A curăța energia din jurul unei înregistrări este ca și când ai curăța izvorul prin care vine apa de băut. Le obțineți pe amândouă, atunci când folosiți aceste puncte de eliberare. Ele sunt localizate în spatele craniului, la jumătatea distanței dintre urechi și linia mediană a capului. Le găsiți ducându-vă degetele 1" aproximativ 7,5 cm în spatele urechilor. Sunt ca niște noduri pe șanțul occipital. Atunci când sunt atinse cu blândețe, se produce o curățare profundă, astfel încât energiile prinse în înregistrare sunt deblocate și pot fi arse.

### ***EXTRAGEȚI ENERGIILE DENSE***

Uneori, o înregistrare eliberează reziduuri prea dense pentru a fi arse cu ușurință. Eu percep aceste energii ca pe niște bule de ulei în interiorul chakrei. Le puteți aduna cu mâna, învărtind chakra în sensul invers acelor de ceasornic. Scuturați-le apoi înspre pământ, cu o mișcare rapidă din încheietură. Pământul transformă aceste energii în viață, în același fel în care transformă frunzele în humus.

### ***CHEMAȚI JAGUARUL***

Eu chem spiritul jaguarului să mă asiste în transformarea energiilor groșiere. Atunci când îl chem, pot simți o felină uriașă din junglă, neagră ca noaptea, care intră în spațiu și consumă energiile toxice eliberate. Jaguarul transformă moartea înapoi în viață. În acest stadiu, clientul trăiește experiența celor mai intense senzații fizice, pentru că energia se mișcă rapid prin corp. Unele persoane semnalează senzații asemănătoare cu niște fulgere care le străbat coloana vertebrală. Treptat, respirația clientului devine foarte liniștită, însemnând că stadiul de eliberare este complet.

### ***ILUMINAȚI PENTRU A CURĂȚA ÎNREGISTRAREA***

Acum, vindecătorul efectuează Iluminarea. Eu îmi dau seama că procesul a ajuns în acest stadiu, pentru că pacientul meu ajunge într-o stare de eliberare naturală. Puteți observa o schimbare palpabilă a energiei. Intensitatea se diminuează și un sentiment de pace îl inundă pe client. Puneți-vă mâna asupra chakrei deschise, pentru a verifica dacă rotirea se face ușor și egal. Apoi, duceți mâna dreaptă deasupra capului vostru și aduceți energia chakrei la opta până la chakra deschisă a clientului. Eu vizualizez un soare strălucitor deasupra capului și îmi văd mâna adunând Lumină și inundând chakra cu ea. Repet acest pas de trei ori. Iluminarea rescrie înregistrarea, cu Lumină pură.

### ***ECHILIBRAȚI CHAKRA ȘI ÎNCHIDEȚI CÂMPUL ENERGETIC DE LUMINĂ***

După Iluminare, aduceți-vă din nou mâinile la baza șanțului occipital al clientului și apăsați asupra punctelor de aprofundare, vreme de câteva minute. Acest lucru îl va ajuta să se relaxeze, în timp ce câmpul luminos stabilește o nouă structură, vindecată. Clientul poate tresări ori poate experimenta mici descărcări energetice în timpul acestei faze. Acum, echilibrați chakra rotind-o de trei sau patru ori, în direcția acelor ceasornicului. Apoi închideți-vă propriul Câmp Energetic de Lumină, adunându-l până când devine un glob luminos deasupra capului vostru. Câmpul Energetic extins de Lumină este camera de combustie în care ard energiile grele. Atunci când vă închideți câmpul, diminueați acest foc și îl închideți în cea de-a opta chakră, unde se transformă în Lumină pură. Am văzut vindecători care neglijează închiderea propriului câmp, după ce o Iluminare absoarbe energiile toxice din clientul lor și astfel se îmbolnăvesc ei înșiși.

## PROCESAȚI ÎMPREUNĂ CU CLIENTUL

Invitați clientul să se ridice, atunci când este pregătit, și cereți-i să-și împărtășească experiența. Toți cei care trec prin experiența Procesului de Iluminare o fac în felul lor. Unii clienți semnaleză aproape exclusiv senzații - de la tremur sau valuri de energie care le străbat picioarele, până la furnicături ale extremităților. Alții sunt mai deschiși la imaginile care apar, în mod spontan, în timpul procesului. Dar mai sunt unii care declară că au doar un profund sentiment de relaxare, sau se simt ca și cum ar fi dormit.

Procesul de Iluminare vindecă nu doar starea fizică, ci și pe cea psihică. Atunci când energiile toxice din jurul unei înregistrări sunt curățate, reacția sistemului imunitar al corpului este dezinhibat, iar vindecarea fizică este accelerată. Stările psihice sunt golite de energie, atunci când înregistrările 'or nu mai sunt active. De multe ori, vindecarea survine aproape spontan.

### ÎNCHIDEȚI DIRECȚIILE

Atunci când deschidem un Spațiu Sacru, creăm un microcosmos care se deschide deasupra lumii vizibile și a celei invizibile. În acest microcosmos sunt prezente și forțele care susțin narcisele, dar și brațele spiralate ale galaxiilor. Atunci când închidem Spațiul Sacru, eliberăm aceste forțe naturale și animalele de putere, arhetipale, pentru a se întoarce în starea lor inițială. Închideți Spațiul Sacru, îndrep-tându-vă din nou spre cele patru direcții, începând cu Sudul și mergând în sensul acelor de ceasornic, mulțumindu-i fiecăruia dintre animalele arhetipale, că a fost alături de voi.

Procedați în același fel cu Cerul și Pământul. În acest timp, puteți folosi apă aromată, salvie sau tămâie. Dacă un șaman simte nevoia de a trimite unul dintre animalele arhetipale acasă împreună cu pacientul, va lăsa direcția deschisă, cerându-i arhetipului să aibă grijă de client și să îl vindece.

## Capitolul 8

### PROCESUL DE EXTRACȚIE

*El pur și simplu s-a încovoiat și a căzut peste obiectele sale vindecătoare. Eu îi asistam pe alții din grupul nostru. Își începeau căutările vizionare la Amaru Machay, o peșteră a inițierii, care era decorată cu sculpturi ce reprezentau șerpi și jaguari. Era ora 11 noaptea, când l-am auzit pe Eduardo chemându-mă în șoaptă. Când am ajuns la el, avea spumă la gură. Am crezut că are o criză.*

*„M-au prins, compadre”, a șoptit el, printre horcăituri. Transpira abundent, cu toate că noaptea era foarte rece. Mi-a spus că fusese lovit de magia neagră, în mijlocul ceremoniei. Am simțit cum mi se ridică părul în cap. Eduardo este un șaman renumit de pe Coasta de Nord a Peru. Îl cunosc de ani buni și îi știu puterea. Cum a reușit cineva să-l atace pe acest bărbat? Știu că sunt mulți oameni invidioși pe atenția pe care mass-media din Peru i-o acordă. Chiar și președintele țării l-a consultat.*

*„Am fost înjunghiat”, a spus.*

*Mi-a arătat că un pumnal fusese înfipt în umăr, aproape să-i atingă inima. Eu nu puteam vedea nimic în acel loc. Am întins mâna spre o sticlă cu esențe din flori din altarul său, am luat o înghițitură și apoi mi-am lipit buzele de umărul lui. Am simțit gustul metalic în gură. Am început să sug, pentru a scoate acest obiect. Simțeam cum mă copleșește greața. Brusc, obiectul, asemănător unui cuțit, a ieșit și mi-a intrat în gură. Am simțit cum îmi străbate traheea și îmi ajunge în stomac. Am început - să vomit incontrolabil. Nu m-am putut opri, până când nu mi-am golit stomacul.*

*Eduardo s-a ridicat, recăpătându-și sângele rece.*

*„Îți mulțumesc mult, compadre”, a spus el. „Mi-ai salvat viața.”*

*Au trecut două zile de la acest incident și încă simt durerea în stomac. Este ultima oară când mai fac o asemenea extracție.*

*S-ar fi putut întâmpla doar în Brazilia. Ce amestec eclectic de indieni, europeni și africani - toate nuanțele de culori umane posibile! La hotelul situat lângă cel în care eram cazați, avea loc o conferință internațională a oamenilor de afaceri. Pe plajă, în acea dimineață, mi-a trecut prin minte că evoluția s-a bifurcat, la un moment dat. La un capăt erau brazilienii, ale căror trupuri armonioase și grațioase păreau să plutească deasupra plajei Ipanema. La celălalt capăt al firului erau participanții la conferință, palizi, supraponderali, stând întinși pe plajă asemenea morselor, ținând în mâini pahare exotice cu umbreluțe. În Brazilia poți fi orice dorești - chiar și un medic inițiat în tradițiile afro-braziliene. Noaptea trecută, mi-am dus grupul să-l viziteze pe doctor. Are un colectiv de medii foarte bine pregătiți, experți în găsirea*

urmelor, care accesează viețile anterioare ale clientului pentru a le vindeca. La câteva minute după ce Esther -una dintre femeile din grupul meu - s-a așezat, un medium a început să plângă și să suspine, rostind cu o voce de fetiță:

„Nu mă atinge. Te rog, nu mă mai atinge.”

Sora lui Esther se afla împreună cu noi în această călătorie și m-apriviți uluită. Habar nu avea ce se întâmplă. Apoi, un alt medium a intrat în transă și a susținut că este fratele decedat al lui Esther. S-a întors spre ea și i-a spus că nu-și poate găsi pacea, până când aceasta nu îl iartă. A început să-și ceară iertare pentru că i-a făcut rău, pentru că a abuzat de ea, atunci când era mică. M-am întors spre sora lui Esther și am întrebat-o ce se întâmplă. Zăpăcită, ea mi-a explicat că fratele lor, care murise cu un an înainte, o molestase în mod repetat pe Esther, în copilărie.

Esther s-a ridicat și a început să mângâie mediumul care suspina ca un copil, în timp ce vorbea cu fratele său decedat. El i-a spus că suferă și că-ipare rau că a rănit-o. Au continuat să vorbească aproape douăzeci de minute. La sfârșit, Esther i-a spus fratelui său-

„Te iert. Mergi în pace. Te iubesc.”

în acel moment, într-o sincronizare perfectă, cei doi mediu-mi și-au revenit și s-au ridicat, de parcă nimic nu s-ar fi întâmplat. Unul dintre mediuimi primise spiritul lui Esther-copil, în timp ce celălalt primise spiritul fratelui plecat, care o bântuia pe Esther de când a murit, căutând să fie iertat. Și a fost iertat... în Brazilia.

Maxima conform căreia niciun om nu este o insulă\* e adevărată. Ca parte a unui corp mai mare al lumii, suntem cu toții interconectați. Știm că partea electromagnetică din Câmpul Energetic de Lumină se extinde dinspre corp cu viteza luminii. Câmpul energetic al unei persoane se suprapune câmpurilor energetice ale tuturor celorlalți oameni. Imaginați-vă că aruncați o pietricică într-un bazin și vedeți undele care se propagă dinspre centru. Acum imaginați-vă că aruncați o altă pietricică în bazin. Undele produse de aceste două pietricele se suprapun și curând se vor intersecta, creând în apă aceleași structuri de interferență pe care câmpurile noastre energetice le creează în spațiu. Noi interacționăm energetic unii cu alții, tot timpul.

### **EXTRAGEREA ENERGIILOR CRISTALIZATE**

În timp ce Procesul de Iluminare arde majoritatea energiilor din Câmpul Energetic de Lumină, unele energii toxice se pot cristaliza, devenind aproape obiecte, care sunt imposibil de metabolizat prin Procesul de Iluminare. Ele sunt precum lemnul pietrificat, care nu mai

\* aluzie la Meditația nr XVII, scrisă de John Donne, poet englez 1572-1631.

No man is an island, entire of itself. Each is a piece of the continent, A part of the main.....Each man's death diminishes me, for I am involved in mankind. Therefore, send not to know for whom the bell tolls, it tolls for thee. *Nici un om nu este o insulă, prin el însuși. Fiecare este o parte dintr-un continent, o parte din întreg. Moartea fiecărui om mă împuținează, pentru că sunt una cu omenirea. De aceea, să nu trimiți ca să întrebi pentru cine bate clopotul. El bate pentru tine.* N. ed. arde. Aceste energii cristalizate se încrustează în corpul fizic, luând forme precum pumnale, săgeți, sulite și săbii. Șamanii din Amazon cred că energiile cristalizate sunt rezultatul magiei negre sau al vrăjitoriei. Eu am descoperit că aceste energii pot fi cauzate de furia, invidia sau ura îndreptate spre noi, de o altă persoană. De asemenea, acestea pot fi uneori rămășițe energetice - amintiri ale felului în care am murit, am fost răniți sau uciși într-o existență anterioară.

Evident că familia, prietenii și asociații noștri - oamenii cei mai apropiați nouă - au cel mai mare potențial de a ne aduce bucurie, dar și suferință. Accesul lor direct la intimitatea noastră ne face vulnerabili la trădarea, furia ori invidia pe care le manifestă. Un gând negativ din partea unei foste soții ne poate penetra corpul de lumină ca un pumnal. Atunci când intră în noi, aceste energii circulă prin Câmpul Energetic de Lumină. Sistemul nostru le recunoaște ca fiind străine și, în general, le distruge - la fel cum sistemul imunitar distruge bacteriile străine. Totuși, atunci când ne aflăm sub un bombardament continuu de negativism, sistemele de apărare ale Corpului de Lumină pot fi copleșite. Energia negativă direcționată asupra noastră se poate cristaliza și poate rămâne încastrată în corpul fizic. Acest lucru se întâmplă într-o perioadă de câteva săptămâni sau luni. Aceste energii nu ne aparțin. Întrucât energia a devenit aproape materială, trebuie extrasă manual. Extracția trebuie să aibă loc doar după ce s-a curățat Câmpul Energetic de Lumină al clientului, prin Iluminare.

Am observat o versiune a Procesului de Extracție la izvoarele Amazonului, unde studiasem cu o femeie-șaman din junglă. Clientul ei din acea seară era un proprietar de magazin, un bărbat influent, dintr-un oraș apropiat. Acesta călătorise trei zile prin pădure ca să o vadă pe această femeie. S-a plâns că, în ultimele luni, s-a simțit slăbit, a avut continuu probleme digestive și și-a pierdut pofta de viață. Mai mult, relația cu familia s-a deteriorat, iar soția a amenințat că îl părăsește.

Femeia-șaman i-a cerut clientului să se întindă. A invocat cele patru direcții și și-a umplut pipa medicinală cu tutun *huaman sayre* -un tutun pentru viziuni, cultivat în zona de sus a Amazonului. A aprins pipa cu un chibrit, a inhalat adânc și a oferit o rugăciune Mamei Pământ, urmată de o altă rugăciune pentru Tatăl Cer. A aruncat fum spre silueta bărbatului, scanându-i corpul luminos prin acest nor albăstrui. Din când în când, îi trecea mâna pe deasupra corpului. Când a terminat, i-a cerut să se ridice. Femeia l-a diagnosticat ca fiind un caz de *dano*, sau magie neagră produsă de invidie.

Apoi, femeia a luat în mâini capul clientului, cântându-i încet și curățându-i Câmpul Energetic de Lumină, cu ajutorul unui evantai din pene de papagal. Tot timpul, proprietarul magazinului s-a plâns de o durere în zona abdomenului. Șamanul a afirmat că avea o lance înfiptă în el. Un bărbat pe care îl ajutase îl trăda, a mai spus femeia. Individul profitase de bunătatea proprietarului și se culca cu soția lui, în timp ce era plecat. Apoi, șamanul a întins mâna spre stomac, și-a așezat mâna în jurul unei lănci invizibile și a început să tragă de ea. Apăsă cu o mână burta bărbatului și trăgea de lancea invizibilă cu cealaltă mână, răsucind-o ușor, deblocând-o cu blândețe. Bărbatul gemea, simțind ca și cum un piron i-ar fi smuls din abdomen. La sfârșitul tratamentului, proprietarul magazinului a rămas epuizat pe covorul de iarbă. Șamanul a continuat să-l consilieze. Era important să fie generos, i-a spus ea, dar era la fel de important să nu fie prost. Sulița din abdomen fusese provocată de invidia pe care celălalt bărbat o resimțea din cauza succesului său.

Atunci când am întrebat-o pe femeia-șaman de ce a efectuat o curățire energetică înainte de extracție, mi-a explicat că energiile grosiere din jurul suliței trebuiau arse, înainte de o extrage. Chiar dacă aceste energii nu erau solide ca și sulița, își mențineau cu fermitate poziția, asemenea mizeriei care se strânge în jurul unei țepușe înfipte în pământ. Femeia ar fi putut efectua extracția sugând sulița - practică răspândită în Amazon. Este însă o operațiune periculoasă, pentru că poate înghiți în mod accidental și energia și se poate îmbolnăvi. Procesul în doi pași - Iluminare și Extracție - este mult mai sigur.

La început, am crezut că șamanii din Amazon percep pumnalele, sulițele și săgețile înfipte în clienții lor, pentru că asemenea obiecte fac parte din viața lor zilnică. Când m-am întors acasă, m-am așteptat să găsesc în Câmpul Energetic de Lumină al clienților mei obiecte care se potrivesc, mai mult sau mai puțin, cu armele moderne - pistoale și gloanțe. Spre surpriza mea, am găsit exact aceleași simboluri pe care le-au descris vindecătorii din junglă. Nu am înțeles de ce e așa, până când m-am gândit că sistemul limbic al creierului a evoluat în urmă cu mii de ani, în vremurile în care strămoșii noștri vânau animale și se ucideau între ei, folosindu-se de cuțite și sulițe. Repertoriul de imagini al acestei structuri antice a creierului a rămas neschimbat.

Creierul limbic percepe aceste simboluri, ad litteram. Atunci când am fost trădați, spunem că am fost loviți pe la spate, pentru că, simbolic vorbind, acesta este adevărul. Asemenea acte de trădare și emoțiile intense care le acompaniază creează un rezervor de energie stagnantă în Câmpul Energetic de Lumină. Cu cât durează mai mult recuperarea în urma trădării, cu atât această energie dispune de mai mult timp pentru a se cristaliza. În cele din urmă, începe să ia forma unui pumnal înfipt în spinare, pentru că acesta este felul în care sistemul limbic percepe lucrurile. Atunci când suferim de infarct, aceste energii pot lua forma unei benzi de metal care strânge inima, sau a unei capcane din oțel, care ține sentimentele noastre prinse în strân-soare. În același fel, abuzul sexual din primii ani ai copilăriei apare adesea ca o săgeată care străpunge abdomenul, înțepând chakra în care sălășluiesc sexualitatea și stima de sine. Odată, am găsit un nod energetic în jurul gâtului unei cliente, care se sufoca într-un mariaj plin de abuzuri.

Este important să rămâi deschis la minte, în această privință. Atunci când simt un obiect dens, cilindric, în corpul clientului meu, nu decid imediat că este o suliță. În schimb, observ senzațiile: *Cald, cilindric, lung, rigid...* și așa mai departe. Pot concluziona că obiectul trebuie să fie un cuțit, doar după ce l-am extras și am văzut că, într-adevăr, este o lamă ascuțită, cu un mâner. Îmi încurajez studenții să evite să catalogheze propriile senzații, pentru că acesta este un act rațional care ne separă de experiență. Îi avertizez să nu extragă energii cristalizate, până când nu stăpânesc Procesul de Iluminare. Studenții de la Școala Vindecării Trupului de Lumină învață să-și dezvolte un fin simț kinestezic, pentru a simți cu acuratețe energiile cristalizate. La început, este ușor să confunzi energiile dense care se adună în jurul unei înregistrări pentru energie încastrată.

## **ENERGII CRISTALIZATE DIN VIEȚI ANTERIOARE**

În timpul lucrului cu vracii, am învățat că energiile cristalizate care s-au solidificat în trup își au adesea originea în vieți anterioare. Se află în noi de atât de mult timp, încât s-au încastrat în țesuturile corpului. În timpul unei astfel de extracții, clienții descriu, în mod spontan, imagini dintr-o epocă diferită - câmpul unei bălții unde sunt abandonati morții, ori casele lor arse și rudele măcelărite.

Atunci când a venit să mă vadă, Patricia era un avocat de succes în Chicago. Până la cincizeci de ani, nu avusese niciodată o relație amoroasă care să dureze mai mult decât câteva luni. Era dependentă de sex și făcea tratament psihologic de ceva vreme.

„Folosc bărbații ca pe șervețelele Kleenex”, mi-a spus Patricia, când ne-am întâlnit prima oară. Mi-a povestit că își pierde interesul față de bărbați, după ce face dragoste cu ei. Nu reușea să petreacă o noapte întreagă cu un iubit și îl trimitea acasă după ce făceau sex. În ultimul an avusese relații cu cel puțin doisprezece bărbați, dar le găsisese cusururi tuturor și îi abandonase curând. Terapeutul Patriciei o trimisese la mine, fiindcă simțea că nu face niciun progres cu ea.

În timpul Procesului de Iluminare, m-am gândit că ar putea fi vorba de o energie cristalizată. Când i-am scanat Câmpul Energetic de Lumină, am simțit mai multe obiecte înguste, asemănătoare unor săgeți, care îi ieșeau din inimă. Semănau cu țepii unui arici și, când le-am analizat îndeaproape, am simțit că inima ei era asemenea unei pernițe cu ace. M-am întors la punctele de eliberare de la baza craniului și le-am apăsat ușor. Atunci când punctele de eliberare sunt declanșate, scot la iveală întregul relief al unei chakre, cu toate poveștile sale și cu toți actorii implicați în ele.

După ce mi-am dus mâinile înapoi la pieptul ei, am simțit o mulțime de țepi reci, metalici, care îi ieșeau din inimă. Când aceste energii cristalizate sunt atinse, amintirile lor se activează. Am apucat unul dintre țepi, iar Patricia mi-a vorbit despre imaginea unui bărbat tânăr, în jur de douăzeci de ani, aflat în pădure. Făcea parte într-un grup de amerindieni pașnici, care pescuiau și adunau fructe. Femeia a văzut un grup de bărbați adunați într-un luminiș, unde familia lui își așezase cortul. Toate colibeles fuseseră incendiate și ea simțea mirosul de carne arsă. Patricia a început apoi să vadă lucrurile din perspectiva tânărului. Când s-a apropiat și mai mult, el a văzut că bărbații îi molestau sora mai mică. Tânărul a pus o săgeată în arc și a tras. Săgeata l-a străpuns pe violator în gât. Imediat, ceilalți bărbați au sărit asupra lui și l-au prins. Patricia a descris scena în detaliu, ca pe un film care se derula în fața ochilor ei. A văzut că tânărul a fost violat de criminalii care îi ucisese familia. Apoi a fost legat de un copac și lăsat să moară de foame. Patricia simțea furia și dezgustul tânărului. Aceeași furie o simțea ea împotriva bărbaților pe care îi folosea pentru sex. Țepii de porc spinos pe care i-am perceput erau sistemul ei de apărare împotriva intimității cu orice persoană.

Pe măsură ce extrăgeam obiectele asemănătoare țepilor, Patricia plângea și lovea cu pumnul în podea, furioasă. Apoi am efectuat o Iluminare, pentru a schimba ceea ce a atras aceste energii. Când am discutat despre imaginile pe care le-a văzut în timpul vindecării, Patricia a simțit că ea fusese acest tânăr, a cărui experiență o dezgustase de bărbați, în general. Este greu să spunem cu siguranță dacă imaginile unui băiat violat în grup au aparținut, într-adevăr, unei vieți anterioare a Patriciei. Dacă a fost o încarnare anterioară sau o metaforă a vieții ei de astăzi, chiar nu contează. Este o poveste care a rămas în ea și a trimis informații. Există zeci de interpretări psihologice pentru imaginile percepute de Patricia. Totuși, aceste explicații nu micșorează beneficiile reale pe care ea le-a primit în urma vindecării. La scurt timp după aceea, a început să aibă o relație stabilă cu un bărbat. Promiscuitatea ei a luat sfârșit. Terapeutul m-a sunat, câteva luni mai târziu, și mi-a spus că Patricia făcea progrese în înțelegerea complexității energetice privind intimitatea.

Unul dintre exemplele mele preferate privind puterea Procesului de Extracție este din viața mea. Mă jucam pe plajă, împreună cu fiul meu de nouă ani și tocmai îl ridicasem pe umeri, când un val ne-a dărâmat pe amândoi, iar el a aterizat peste brațul meu răsucit. Mi-am fracturat umărul drept. Drept urmare, nu mai puteam să-mi ridic brațul drept deasupra capului. Șase luni de fizioterapie nu au avut niciun efect, iar doctorul mi-a sugerat să mă gândesc la o operație. Pe când predam Procesul de Extracție în cadrul programului Vindecării Trupului de Lumină, mi-a trecut prin minte că acest proces mi-ar putea ajuta umărul. L-am rugat pe unul dintre profesorii seniori ai facultății noastre, dr. Richard Jones, să-mi scaneze umărul și să vadă dacă găsește energie cristalizată. Richard mi-a examinat Câmpul Energetic de Lumină și mi-a spus că a simțit un obiect care îmi ieșea din subsuoară. A descris o piesă metalică, intrată sub piele aproximativ zece cm. După ce m-a învăluit în Câmpul său Energetic de Lumină, a efectuat o Iluminare. În mijlocul Iluminării, mi-a cerut să mă ridic și a început să-mi extragă piesa metalică. Pe când răsucea obiectul, am simțit o durere puternică ce îmi străbătea corpul până în vârfurile degetelor și se răspândea până în zona gâtului. Era ca o lamă de cuțit răsucită în omoplatul meu. Am urmărit durerea care îmi străbătea umărul. I-a luat aproximativ cinci minute lui Richard să extragă obiectul încastrat, care avea forma unui pumnal cu mâner triunghiular.

Articulația umărului mi s-a vindecat în decursul unei luni și m-am recuperat în totalitate. În timpul procesului, nu am perceput nicio imagine și niciun indiciu cu privire la originea acestei energii. Richard a considerat că este vorba despre o rană veche, asociată cu o pierdere pe care o suferisem, dar nu mi-a putut oferi detalii. Eu eram convins că a fost vorba despre un reziduu energetic, provenit de la o extracție pe care i-am făcut-o lui Don Eduardo, cu vreo câțiva ani înainte. Richard m-a încurajat să rămân deschis interpretărilor ulterioare. Am recunoscut tema pierderii prezentă în viața mea dar nu am putut stabili vreo legătură cu o traumă din prezent ori trecut. Adesea, clientul nu percepe sau nu-și amintește imaginii în timpul Procesului de Extracție. Dar imaginile pot apărea câteva zile sau săptămâni mai târziu, în stare de vis ori reverie. Am continuat să cuget la ideea pierderii. Cu toate că Richard este psiholog într-un spital, nu m-a presat să-mi explic experiența prea repede și nici nu a legat vreo poveste a unei traume dintr-o viață trecută, de vindecarea mea. După o vreme, povestea mi s-a dezvăluit singură, într-un vis. Călăream printr-o pădure întunecată. Cu cât mergeam mai adânc, cu atât pădurea devenea mai neagră. Simțeam cum cărarea se îngustează tot mai mult, până când ramurile copacilor m-au împiedicat să înaintez. Nu aveam loc nici pentru a întoarce calul, iar să merg mai departe prin pădure nu aveam cum. Atunci și-a făcut apariția o femeie înaltă, într-o robă albastră. A apucat frâiele calului și mi-a spus că trebuie să-mi continui drumul pe jos. Când am încercat să cobor de pe cal, am observat că îmi pierdusem controlul brațului drept, care îmi atârna inert. Femeia a trebuit să mă ajute și m-a condus afară din pădure, iar eu m-am sprijinit de ea. Când m-am trezit, am înțeles că visul îmi spunea că trebuie să integrez un element feminin care îmi lipsea din viață. Nu mă puteam baza pe brațul drept, latura masculină, ca să mă ducă acasă în siguranță. Când i-am povestit acest vis lui Richard, mi-a spus că interpretarea mea i se pare corectă. Nu mi-a impus propria-i analiză. În activitatea noastră, clientul descoperă poveștile ce au ca rezultat propria vindecare.

### ***EXTRAGEREA ENERGIILOR ÎNTĂRITE***

Tehnica următoare este folosită pentru extragerea energiilor care s-au cristalizat în corpul fizic. Procesul de Extracție constă în mai mulți pași, care includ scanarea Câmpului Energetic de Lumină al clientului, precum și identificarea și extragerea energiei cristalizate. Întotdeauna efectuați un Procesul de Extracție în cadrul unei Iluminări. Dacă energia cristalizată nu se află la baza stratului exterior al Câmpului Energetic de Lumină, poate fi dificil de perceput. În tipul unei Iluminări, relieful energetic al unei chakre ni se dezvăluie, iar energiile cristalizate de la toate nivelurile Câmpului Energetic de Lumină pot fi ușor detectate. Mai mult, Procesul de Iluminare arde energiile care se adună în jurul cristalizării și rămân blocate în corp. Iluminarea este echivalentul curățării murdăriei dintr-o rană, înainte de eliminarea așchiilor de sticlă înfipite în piele.

Energiile negative sunt inițial atrase de noi, pentru că în noi există această afinitate. Noi avem receptorii pentru captarea energiilor, la fel cum creierul are receptori pentru anumite substanțe chimice. Atragem aceste energii, în același fel în care atragem anumite tipuri de oameni. Fiecare formă de energie are o frecvență și o vibrație. Furia poate penetra Câmpul nostru Energetic de Lumină, doar atunci când vibrația pentru furie există în noi - iar ura ne poate afecta, doar atunci când există ura de sine. O situație în care energie negativă este direcționată spre voi - precum un divorț, o vrajbă sau o mare dezamăgire - poate crea o afinitate. În consecință, nu e suficient să extrageți energiile cristalizate care vă afectează clientul. Aceste afinități trebuie schimbate - vindecarea urii față de sine sau a furiei - astfel încât clientul să nu mai atragă o energie similară. Procesul de Iluminare vindecă afinitățile unui client pentru aceste energii, prin curățarea și ridicarea frecvenței la care se învâрте chakra. Pe măsură ce nivelul de vibrație al chakrei crește, începem să atragem energii pure, benefice.

După efectuarea unei Iluminări - dar înainte de închiderea chakrei - vindecătorul execută Procesul de Extracție. Există cinci pași, iar întregul proces durează aproximativ douăzeci de minute.

1. Scanați Câmpul Energetic de Lumină.
2. Atrageți energiile grosiere.
3. Aplicați punctele de eliberare.
4. Extrageți obiectul.
5. Iluminați chakra.

### ***SCANAȚI CÂMPUL ENERGETIC DE LUMINĂ***

Efectuați pase cu mâna, la câțiva centimetri deasupra corpului clientului, ca și cum ați mângâia câmpul său energetic, mișcându-vă încet și percepend sensațiile de cald sau rece. Variațiile de temperatură indică adesea prezența unei energii cristalizate. Atunci când simțiți o formă, faceți palma căuș în jurul acesteia și încercați să obțineți o primă impresie. Pare a fi metal, lemn sau piatră? Evitați să dați nume; mai degrabă, rămâneți concentrați asupra senzațiilor.



### **EXTRAGEȚI ENERGIILE GROSIERE**

Acum extrageți energiile grosiere de la baza obiectului, adu-nându-le cu vârfurile degetelor și aruncându-le către pământ. Astfel, obiectul încastrat începe să se elibereze.

### **APLICAȚI PUNCTELE DE ELIBERARE**

Apoi, mențineți degetele asupra punctelor de eliberare din spatele craniului, pentru a produce eliberarea energiilor toxice rămase în chakra. Se poate să nu fie o relație directă între locul unde se află energia cristalizată și chakra compromisă. Este posibil să găsiți o energie încastrată în labela picioarelor și care să implice chakra inimii.

### **EXTRAGEȚI OBIECTUL**

Trageți afară obiectul, mișcând cu blândețe dintr-o parte în alta și răsucind pentru a-l slăbi din strânsoare. Invitați clientul să se concentreze asupra aceluși loc și să vă perceapă acțiunile, întrebându-l: „Mă mișc prea repede? Prea încet? Doare?” De asemenea, puteți să-i cereți să vă descrie imaginile pe care le percepe.

### **ILUMINAȚI CHAKRA**

Iluminați chakra, scaldând-o în Lumină pură, pentru a-i crește vibrația și a-i schimba afinitatea. În cele din urmă, închideți chakra și lucrați împreună cu clientul.

Este important să simțiți cu mâinile, pe tot parcursul Procesului de Extracție. Chiar dacă mă bazez în primul rând pe viziune și văd aceste energii cristalizate, scanez cu grijă Câmpul Energetic de Lumină al clientului, folosindu-mi mâinile. Imaginați-vă că simțul vostru tactil se accentuează atât de mult, încât puteți percepe valurile de energie care curg prin Câmpul Luminos. Amintiți-vă că pielea este cel mai mare organ de percepție pe care îl avem. Pe măsură ce studenții mei își dezvoltă abilitățile, simțul lor tactil se ascute. Îi învăț pe studenți să creadă în simțul lor neobișnuit. Mulți semnaleză imposibilitatea de a vedea energiile, dar își dezvoltă foarte mult simțul tactil. Atingerea este necenzurată. Ceea ce simțim este personal, intim, lăuntric. Simțirea ne permite să urmărim cu precizie energiile cristalizate.

### **ENERGIILE ȘI ENTITĂȚILE INTRUSE**

O energie cristalizată se încrustează în corp. O entitate intrusă se încrustează în sistemul nervos central. Energiile și entitățile intruse nu pot fi extrase folosind tehnica pentru energii cristalizate descrisă mai sus, deoarece acestea sunt fluide și se pot mișca în corp. Este ca și cum ai încerca să apuci apa. Pur și simplu, nu ai cum să o ții în mână. Multe probleme psihologice și fizice sunt cauzate ori exacerbate de către entitățile intruse. Acest lucru produce adesea anxietate, depresie, dependențe, toane și o mulțime de alte simptome. Un semn caracteristic care indică prezența unei entități intruse este atunci când clientul prezintă o serie de simptome psihologice variabile, care sfidează categoriile de diagnostic. Odată ce entitatea intrusă este eliberată, clientul poate să-și schimbe mai repede comportamentul și, adesea, se vindecă spontan.

Entitățile intruse sunt spirite desîntrupate, prinse între această lume și următoarea. Uneori, o entitate intrusă poate fi una dintre fostele noastre vieți, care a fost trezită din subconștientul nostru și vrea să trăiască din nou, luptându-se cu Eul nostru prezent, pentru accesul la sistemul nervos central. Entitățile intruse se atașează de o chakră și, prin intermediul ei, se conectează la sistemul nervos central, unde intră într-o relație parazită cu gazda. Sunt „forme de viață inferioare” din lumea Spiritului, care se hrănesc cu energia noastră.

Energiile intruse sunt și ele fluide. Acestea curg prin Câmpul Energetic de Lumină, precum un val întunecat. Ele curg dintr-o chakră în alta, trecând prin sistemul nostru nervos. Entitățile intruse sunt fixate de o anumită chakră, prin care se hrănesc. Adesea, o energie intrusă este atât de puternică, încât pare a avea o personalitate proprie și, prin urmare, credem că este o entitate. Alteori, o entitate pare atât de slabă, încât suntem convinși că avem de-a face doar cu o energie intrusă. Când persoanele deschise spiritual devin dezechilibrate emoțional, se transformă în ținte ușoare pentru entitățile parazite intruse. Aceste ființe fără trup sunt atrase de persoanele imprudente din punct de vedere spiritual, ca molia de flacăra. Terapia prin vorbire - oricât de multă ar fi - nu poate fi eficientă în tratarea acestei situații. Atunci când aceste energii sunt extrase, vindecarea poate surveni foarte rapid.

Întreaga energie are conștiință, chiar și cea primară, astfel că o energie intrusă poate părea să aibă o personalitate asemănătoare omului. Atunci când un vindecător se acordează la ea, poate simți furia, ura sau invidia persoanei care și-a direcționat gândurile împotriva clientului. Sunt cazuri în care îmi dau

seama de diferență, numai când eliberez această energie și o arunc înspre foc - așa curățăm cristalele de extracție. O energie intrusă se dizolvă înapoi în natură, de vreme ce nu mai are un Câmp Energetic de Lumină, în care să poată sălășlui. Este asimilată în copaci, pietre sau în Pământ, unde se transformă în humus. O entitate intrusă este purtată spre lumea Spiritului de către vindecătorii întru Lumină. Aceste ființe de lumină ajută sufletul confuz să-și recapete conștiința și să se întoarcă la Lumină.

Entitățile intruse apar mai des decât ne-ar plăcea să credem. O entitate intrusă poate apărea sub două feluri: un fost Eu al nostru (o fostă viață, care s-a trezit din mintea subconștientă) sau o ființă fără corp, care ne-a penetrat Câmpul Energetic de Lumină. Entitatea intrusă poate fi o rudă ori un prieten care a decedat și care vine la noi pentru a ne cere ajutorul. Atunci când un om moare brusc într-un accident, sau la spital sub medicație, se poate rătăci între această lume și cealaltă. Este prins într-un coșmar din care nu se poate trezi. Nu este conștient că a murit și vine la noi pentru a-l alina. Noi îl aducem în siguranța corpului nostru luminos, în același fel în care l-am aduce acasă, dacă ar fi rănit ori suferind. Energia lui se amestecă astfel cu energia noastră și începe să aducă dezastre în Câmpul nostru Energetic de Lumină. Este posibil ca persoana care a murit să nu aibă intenții rele, dar atașamentul său față de o persoană vie poate produce neajunsuri. Uneori, începem să prezentăm același simptome fizice ori emoționale pe care le-a simțit persoana respectivă, înainte de a muri. Atunci când extrag o entitate intrusă din Câmpul Energetic de Lumină, simptomele fizice și psihologice ale clientului meu dispar adesea.

În cazul oamenilor care vin să mă vadă, cam un sfert au fost afectați de energii sau entități intruse. Câteodată, pot fi spirite care chiar doresc să le facă rău, ele fiind ființe nedreptățite în alt timp și spațiu. Entitățile intruse se hrănesc din energia chakrelor și a sistemului nervos central. Nu există o altă formă de energie, mai hrănitore. Ele se atașează de măduva spinării printr-o chakră și sunt capabile să perceapă gândurile și sentimentele persoanei respective. Pentru Câmpul Energetic de Lumină este greu să elimine aceste energii străine. Spre deosebire de corpul fizic, care poate elimina elementele toxice prin urină, materii fecale, transpirație și respirație, acesta nu are nicio deschidere. Atunci când aceste energii au intrat în sistemul nervos central, trebuie să le extragem folosind un cristal.

### **CRISTALELE DE EXTRACȚIE**

Cristalele sunt cele mai stabile structuri din natură. Sunt trans-ductoare, ceea ce înseamnă că pot converti un tip de energie în altul, cu multă ușurință. Iată de ce sunt folosite în cipurile electronice ale computerelor. Cuarțul translucid este cel mai bun pentru extragerea energiilor și entităților intruse. Cuarțul este un element atât de stabil, încât energia este atrasă de el, în mod natural. O piesă de cuarț cu două capete, perfect finisată, având o lungime de 10-12,5 cm, este unul dintre cele mai bune instrumente din trusa unui vindecător. Aceste piese sunt tăiate manual, dintr-un cristal de cuarț aproape perfect și transparent. Sunt foarte scumpe. Îmi sfătuiesc studenții să investească în cele mai bune cristale pe care și le pot permite. Cristalul de extracție trebuie să fie clar și să nu aibă fisuri. Atunci când un cristal este fisurat, energia se poate scurge și îl poate contamina pe vindecător. Iar dacă cristalul are ceva în interiorul lui, pete sau planuri intersectate, entitatea intrusă poate simți multă durere, atunci când se va afla în interiorul acestuia. Țineți minte că entitatea pe care o extra-geți poate fi o rudă decedată sau o fostă încarnare a clientului vostru. Eu nu vreau să sufere nici entitatea/energia intrusă și nici clientul să aibă dureri. Ca vindecător, trebuie să vindecați, indiferent de care parte a lumii Spiritului se află clientul. Casa lor temporară - cristalul - trebuie să fie un adăpost confortabil, altminteri se vor opune extracției.

După extragerea entității intruse, îmi ajut clientul să-și schimbe afinitățile, astfel încât să nu mai atragă această entitate (ori altele similare) - și la fel procedăm în cazul energiilor cristalizate. Repetăm operațiunea în cadrul Procesului de Iluminare. În acest caz, vindecătorul nu trebuie doar să extragă entitatea deranjantă, ci să și vindece. Sufletul pierdut poate fi ajutat să se trezească din coșmarul în care este prins și să se întoarcă la Lumina și Iubirea din lumea Spiritului.

Medicii din Asociația Medicală Spiritistă a Braziliei (Brazil's Spiritist Medical Association) au descoperit că aproape jumătate dintre maladiile pacienților sunt cauzate de energii ori entități intruse. La șase luni după moartea bunicii din partea tatălui, am primit o bursă de cercetare, ceea ce îmi permitea să-i studiez pe acești medici care se strâneau în Sao Paulo, în fiecare seară de vineri, pentru ședințe de vindecare spirituală. Se așezau în cerc în jurul unui medium - o femeie atrăgătoare, în vârstă de aproximativ treizeci de ani, cu pielea întunecată - care a încorporat spiritele pacienților proaspăt decedați, astfel încât aceștia să-și poată recăpăta conștiința, destul cât să priimească vindecare din partea celor vii. Bunica și cu mine am fost foarte apropiați. În copilărie, mi-am petrecut mai mult timp

împreună cu ea, decât cu propria-mi mamă. De la moartea ei, survenită cu vreo câteva luni înainte, fusesem foarte deprimat și mă gândeam că ar fi fost minunat ca și ea să poată primi acest fel de tratament. După două ore lungi de comunicare cu spiritele celor plecați, a fost rostită Rugăciunea Domnului, pentru a se închide cercul de vindecare. Brusce, mediu-mul s-a cutremurat și a intrat din nou în transă. A început să vorbească în spaniolă, în loc de portugheza ei nativă. Vindecătorul a reluat ședința. Nimeni nu voia să lase acest spirit să sufere în continuare.

„Unde mă afla? Dumnezeu să mă ajute”, a spus ea, pe o voce slabă, tremurată. În mediu se întrupase spiritul unei femei bătrâne, dezorientată și îndurerată, care spunea că are buzele uscate și crăpate, din pricină că respira printr-un tub. Voia să i se permită să moară. Unul dintre medicii din cerc i-a explicat spiritului că murise deja. I-a spus că, temporar, ocupa corpul unui mediu și a încurajat-o să simtă acest corp. Pe măsură ce mâinile se mișcau pe rochie, în jos, vindecătorul a întrebat: „Acestea sunt mâinile tale? Aceștia sunt sânii tăi?” „Nu, este un corp tânăr...” Spiritul nu-și dădea seama că murise. Se afla încă în camera de spital, prinsă de tuburile pentru respirație și hrană. Fusese adusă aici pentru a fi eliberată dintr-un loc unde nu putea simți nici bucuria vieții, nici pacea morții. Ascultând, mi-am dat seama că suferea. La un moment dat, mediul a ridicat privirea spre mine și a gemut:

„Alber, tu ești, micuțul meu? Ajută-mă, ajută-mă, te rog.”

Am auzit aceste lucruri ca prin vis. Doar bunica mea îmi spunea astfel. Vindecătorul i-a cerut apoi femeii să observe celelalte spirite care se aflau acolo ca să o ajute. A început să-i cheme pe mama ei, tatăl ei, soțul - bunicul meu. Am rămas mut de uimire. Unul dintre medici i-a explicat că acum părăsea ținutul de coșmar dintre lumi și se trezea în lumea Spiritului, în Lumină, unde era întâmpinată de cei dragi. În lumea Spiritului, poți avea orice vârstă dorești, pentru că sufletul nu are vârstă. Spiritul a spus că durerea și disconfortul o părăsesc și că se simte mai tânără și mai puternică. Înainte de a pleca, a spus:

„Mulțumesc pentru că m-ați adus aici.” Apoi s-a întors spre mine: „Voi fi totdeauna cu tine, Alber.”

Nimeni nu știa despre bunica mea, Maria Luisa, ori despre moartea ei. Îmi place să cred că a fost cu mine, într-adevăr, și că a fost asistată în procesul de tranziție din această lume, în următoarea. În decurs de o săptămână, am scăpat de depresie. Mai târziu, unul dintre vindecători mi-a explicat că spiritul bunicii, în confuzia lui, se atașase de mine, căutând refugiu la persoana de care se simțea cel mai legată. Faptul că eu eram deschis spiritual a făcut să-și poată găsi mult mai ușor alinare la mine. Eu i-am simțit suferința, tradusă în depresie și pierderea interesului pentru viață.

Entitățile intruse sunt rareori spirite întunecate ori malefice. În general, sunt suflete care își caută vindecarea, așa cum pot. Dar există și excepții. Câteodată dați peste spirite pe care eu le numesc „obraznice”. Vom discuta mai târziu despre felul în care trebuie abordate. Ca și în cazul bunicii mele, acestea pot fi rude venite să ne ceară ajutorul. Cu cât e mai mare numărul oamenilor din această lume, care vin la voi pentru asistență, cu atât va fi mai mare numărul spiritelor din cealaltă lume, care vă vor cere ajutorul. Multe dintre aceste spirite nu ne pene trează niciodată Câmpul Energiei Spirituale, pentru că nu avem nicio afinitate sau legătură spirituală cu ele. Atunci când chiar ne penetrează sistemele de apărare luminoase, devenim neajutorați. Ne lipsesc tehnicile spirituale pe care le putem găsi în culturile tradiționale din Brazilia, Amazon ori Tibet.

Un șaman mi-a spus, odată, că el nu crede că occidentalii își îngroapă morții. L-am întrebat ce anume îl face să creadă un lucru atât de absurd și mi-a răspuns că în spatele fiecăruia dintre noi sunt zeci de „nemorți”, cum îi numea el. Aceștia erau străbunii noștri, care nu fuseseră jeliți cum se cuvine, după moartea lor. Acest lucru nu se întâmplă pentru că nu ne pasă de ei, ci fiindcă nu avem cunoștințele cu privire la ceea ce se întâmplă cu sufletul după moarte. Vom discuta detaliat despre acest proces, în capitolul următor. Ironia este că atunci când

nu ne onorăm și jelim străbunii, aceștia continuă să trăiască prin noi. Ei mor având o mulțime de probleme nerezolvate în această lume.

### ***EXTRAGEREA ENTITĂȚILOR ȘI A ENERGIILOR INTRUSE***

Pentru Procesul de Iluminare și majoritatea tehnicilor cu energie, este suficient un singur vindecător care să lucreze cu clientul. Dar pentru extragerea energiilor/entităților intruse, este bine să existe doi urmăritori care să îl asiste pe vindecător. Majoritatea dintre noi nu-și pot permite luxul de a avea doi asistenți și trebuie să învățăm să efectuăm toate tehnicile, simultan. Dacă are suficientă practică, vindecătorul poate stăpâni această artă. Aveți grijă: clientul trebuie să fi primit înainte o Iluminare. Acest proces are șapte etape și durează aproximativ treizeci de minute.

1. Testați pentru a descoperi energia/entitatea intrusă.
2. Trimiteți energie în corpul clientului, pentru a debloca energia/entitatea.
3. Găsiți urma energiei/entității din corpul clientului.
4. Extrageți energia/entitatea.
5. Lucrați împreună cu clientul.
6. Efectuați o Iluminare pentru a schimba afinitățile și încheiați procesul de vindecare.
7. Curățați cristalul pentru a elibera energia/entitatea.

### **TESTAȚI PENTRU A DESCOPERI ENERGIA/ENTITATEA INTRUSĂ**

Noi folosim procedura de testare a mușchilor, descrisă în Capitolul 7, pentru stabili dacă este prezentă vreo entitate sau energie. Clientul trebuie să stea în picioare, să-și lipească palmele și să-și țină brațele în față, paralele cu pământul. Apoi, îi cer să opună rezistență, în timp ce încerc să-i împing brațele în jos, exercitând presiune asupra încheieturii, cu mâna mea dreaptă. Nivelul de forță pe care îl constat în timpul testării mușchilor va indica punctul de referință al nivelului stării Câmpului Energetic de Lumină al clientului.

### **TRIMITEȚI ENERGIE ÎN CORPUL CLIENTULUI**

Stați în spatele clientului, cu mâna dominantă la baza coloanei vertebrale a acestuia, peste coccis. Cealaltă mână stă la baza gâtului. De vreme ce eu sunt dreptaci, îmi pun mâna dreaptă la baza coloanei și pe cea stângă la baza gâtului. Oamenii stângaci vor proceda invers. Trimiteți energie între mâinile voastre, de jos în sus. Eu vizualizez o energie roșie, fierbinte, care curge prin coloana vertebrală a clientului meu. Trimiteți această energie timp de mai multe minute, până când o simțiți curgând prin coloană și prin mâna voastră, aflată pe gâtul clientului. Această energie fierbinte ca focul dislocă temporar orice energie/entitate intrusă atașată de măduva spinării.

Atunci când simțiți că energia curge cu putere, retestați-vă clientul. Dacă puterea acestuia este la fel de mare sau mai mare decât etalonul, nicio energie/entitate nu este prezentă și nu va fi necesară nicio Extracție. Dacă puterea este substanțial mai scăzută decât etalonul, atunci este necesară o Extracție. Atunci când o energie/entitate este dislocată din sistemul nervos central, puterea Câmpului Energetic de Lumină e distrusă temporar. Și puterea fizică dispare, pentru o clipă. Atunci când nu există nicio energie/entitate intrusă, Câmpul Energetic de Lumină este întărit de energia pe care vindecătorul o trimite prin sistemul nervos central al clientului.

### **GĂSIȚI URMA ENERGIEI/ENTITĂȚII**

Dacă vindecătorul are doi asistenți, atunci el va efectua Extracția, în timp ce unul dintre asistenți va face urmărirea, iar celălalt va trimite energie. Persoana care emite va trimite energie de-a lungul coloanei vertebrale a clientului, atât în timpul procesului de testare, cât și în Extracția propriu-zisă. Urmăritorul localizează și monitorizează poziția energiei/entității de-a lungul procesului. Deoarece această energie/entitate este fluidă, poate migra în diferite chakre, în susul și în josul coloanei. Cel care extrage va avea nevoie de cristalul de extracție, care trebuie să aibă două capete, să fie cât se poate de clar și să fie, în mod ideal, lung de 10-12,5 cm.

Urmăritorul stă alături de client, cu o mână pe umărul lui și cealaltă pe talia acestuia. Emițătorul de energie începe să trimită valuri de energie de-a lungul coloanei vertebrale a clientului. Fiind cel care extrage vindecătorul stă în fața clientului, cu fața spre el. Măinile clientului atârnă liber, în lateral. Ținând cristalul într-o palmă vindecătorul ia mâinile clientului într-ale sale. Apoi începe să lege mâinile clientului, mișcându-le în sus și în jos, acordându-se simultan la energie/entitate. Vindecătorul nu se grăbește în timpul acestui proces, tolosindu-și respirația pentru a rămâne calm și concentrat. îi cere clientului să semnaleze orice sentimente ori imagini percepute.

### **EXTRAGEȚI ENERGIA/ENTITATEA**

Extracția propriu-zisă trebuie să fie efectuată în decurs de cinci minute după energizarea coloanei vertebrale, înainte ca energia/entitatea să adere din nou la aceasta. Vindecătorul continuă să scuture mâinile clientului și începe să tragă energia/entitatea în propriile mâini. Așteaptă ca emițătorul să anunțe că energia curge cu putere de-a lungul coloanei vertebrale. Atunci, urmăritorul îi spune unde percepe intruziunea. Monitorizează energia/entitatea, pe măsură ce aceasta se disloca din coloană și se mișcă spre o altă chakră, sau încearcă să se ascundă în corpul clientului. Adesea, energia/entitatea își dă seama că este extrasă și face tot posibilul să se agate de gazda sa. Urmăritorul monitorizează progresul și îi dă vindecătorului feedback cu privire la locație și intensitate.

Sarcina mea, ca vindecător ce efectuează Procesul de Extracție este să „conving” energia/entitatea să iasă. Știu că este speriată și confuză. Îi vorbesc uneori încet, alteori tare, spunându-i că va fi în siguranță, că cineva va avea grijă de ea, că nu va mai suferi și că totul va fi bine. Îi spun că mă aflu aici pentru a o ajuta să se vindece și o asigur că nu va suferi în niciun fel. Adesea îi vorbesc energiei/entității așa cum mă adresez copiilor mici. Înțeleg că suferă și vreau să o ajut să scape de durere. Pe măsură ce o conving să iasă, simt cum energia îmi intra în brațe. Nu-i permit să treacă dincolo de coate. (Chiar dacă vindecătorul nu are afinități pentru energie, aceasta tot îi poate afecta Câmpul Energetic de Lumină). De îndată ce simt că iese din client, o atrag în cristal.

Sunt momente în care energia/entitatea refuză să părăsească clientul. Alteori, acesta nu prea vrea să lase entitatea intrusă să plece. El o poate recunoaște în mod inconștient ca pe o rudă, sau ca pe o fostă viață proprie, nedorind să o elibereze. În aceste cazuri, folosesc o tehnică ce îl face să tresară. Îi cer clientului să numere descrescător, începând cu 20 sau să recite alfabetul invers - orice îi va distra mîntea rațională. Atunci când simt că energia/entitatea începe să se miște în brațul meu, strig: „Ha!” și îmi unesc mâinile,

capturând energia/entitatea în cristal. Apoi îi cer lămuriri următorului. A fost extracția completă? Mai e nevoie de vreo altă pasă? E mai mult decât o energie/entitate? Vindecătorul poate să facă din nou testarea mușchilor, pentru a confirma că extracția a avut succes.

Claire este o asistentă din Canada, care s-a înscris la școala noastră. Într-o zi, mi-a cerut să-i demonstrez Procesul de Extracție, folosind-o ca material didactic. Am șovăit, pentru că nu simțeam că are vreo problemă. Claire era o persoană echilibrată, avea un mariaj fericit și doi copii. Fiecare aspect al vieții ei funcționa fără cusur, spre pro-priai satisfacție. Voiam să fac demonstrația cu cineva pe care-l suspectam că suferă de o energie intrusă. Totuși, ea a insistat, iar eu am acceptat. Spre surpriza mea, testul a ieșit pozitiv. Când am inițiat extracția, Claire a început să tremure, iar genunchii i sau înmuiat. Persoana care îi transmitea energie și care stătea în spatele ei a trebuit să o țină dreaptă, căci ea devenise moale ca o păpușă de cârpă. Pe când extrăgeam energia, corpul lui Claire a zvăcnit în sus. A strigat: „Nu! Știu că asta e o păcăleală!” Apoi s-a îndoit de mijloc și a început să plângă fără control. Am simțit cum o energie întunecată, respingătoare îmi intră în mâini și am aruncat-o în cristal, strigând cu putere. Claire s-a prăbușit la pământ.

Apoi, întregul ei aspect s-a schimbat. Le-a explicat colegilor de clasă că tatăl ei murise cu patru ani înainte și că, de atunci, simțea că îl poartă peste tot cu ea. După extracție, s-a simțit epuizată și a trebuit să rămână întinsă până seara, când am eliberat energia/entitatea

intrusă în foc l-am cerut lui Claire să-și ia adio de la tatăl ei, sau să-i transmită mesajul dorit. Eu nu aveam cum să fiu sigur că energia pe care o extrăsesem era, într-adevăr, tatăl ei. M-am bazat pe intuiția lui Claire și, dacă avea dreptate, am știut că va fi important pentru ea să pună capăt acestei situații care îl privea pe tatăl ei plecat. Claire i-a vorbit entității cu blândețe, în timp ce ținea cristalul și îl învârtea în mâini. I-a spus tatălui ei cât de mult îi ducea dorul, că regreta fiindcă nu reușise să-l cunoască cu adevărat și cât îi era de recunoscătoare pentru toate amintirile din copilărie. Apoi am eliberat energia/entitatea intrusă. Am observat că spațiul din jurul focului a început să strălucească și o briză caldă a trecut prin aerul rece al nopții. Ambele semne mi-au indicat că se deschidea un spațiu dintre lumi. Am putut simți prezența ființelor luminoase, oamenii vraci din lumea Spiritelor, care au venit să ajute un suflet suferind. Entitatea intrusă a fost primită cu multă iubire și dusă acasă.

Lui Claire i-a trebuit aproape o săptămână să-și revină. În acest timp, a spus că simțea cum bucuria se întorcea la ea: nu o mai simțise de la moartea tatălui.

Dacă vindecătorul va efectua un Proces de Extracție fără asistenți, va trebui să îndeplinească singur toate sarcinile. Odată ce energia începe să curgă de-a lungul coloanei vertebrale, vindecătorul se mută în fața corpului clientului și începe Extracția. Aici trebuie foarte mare grijă, pentru că în același timp se face și urmărirea și extragerea. Eu îmi folosesc simțul kinestezic (tactil) astfel încât să pot simți energia care îmi coboară în brațe și merge în cristal. Dialoghez cu clientul și cu energia/entitatea și urmăresc energia, pe măsură ce se mișcă prin corpul clientului. Un vindecător poate învăța să efectueze aceste tehnici simultan, dar e nevoie de practică și poate fi foarte obositor. Îi învăț pe studenți să stăpânească fiecare dintre aceste tehnici separat, lucrând în cadrul unei echipe de trei oameni. Astfel, cei trei pot combina aceste abilități, atunci când trebuie să efectueze singuri o Extracție. Totuși, dacă descopăr că energia/entitatea intrusă este una „obraznică” și nu iese decât cu greutate, chem întotdeauna doi vindecători să mă asiste - unul care să trimită energie și altul care să urmărească.

### ***LUCRAȚI ÎMPREUNĂ CU CLIENTUL***

Întotdeauna îi descriu clientului meu ce am perceput atunci când urmăream energia/entitatea și orice informație pe care aceasta mi-a oferit-o. Întrebările pe care le pun, în general, energiei/entității sunt acestea: de unde a venit, de cât timp se află cu clientul meu, ce anume a atras energia/entitatea la clientul meu, ce vrea de la el. Studenții mă întrebă uneori cum poate vorbi cineva cu energia. Are aceasta voce? Pentru șaman, tot ce există în natură are voce - râurile, copacii și energia. De asemenea, vreau să știu ce a simțit clientul meu. Cum se simte acum? Ce afinități are pentru această intruziune? De ce a fost atrasă energia/entitatea de el, până la urmă? Ce trebuie făcut pentru a preveni o problemă similară în viitor?

## ***EFACTUAȚI O ILUMINARE PENTRU A ÎNCHEIA VINDECAREA***

A doua Iluminare trebuie să urmeze întotdeauna după o Extracție. Aceasta schimbă orice afinitate pentru energie/entitate și încheie procesul de vindecare. Dacă afinitatea nu este schimbată, o altă energie/entitate va căuta clientul. Într-un fel, o Extracție este ca un divorț. Poți să scapi de o relație păgubitoare, dar, dacă nu îți schimbi afinitățile, vei sfârși căsătorindu-te cu o persoană asemănătoare. Nu e posibilă nicio negociere cu o energie/entitate intrusă, după cum nu există o cale de a învăța să trăim împreună. Există doar un loc în care această ta poate merge - în natură sau în lumea Spiritului. Atunci când o entitate intrusă este o persoană iubită aflată în dificultate, îmi întreb clientul ce probleme nerezolvate mai are cu această rudă. Vreau să-l ajut să descopere care este rolul său în acest joc și, în primul rând, de ce participă la el. Este vremea să spunem „Te iubesc” și „Te iert”. Atunci când afinitatea este schimbată, clientul nu va mai fi deranjat în viitor.

## ***CURĂȚAȚI CRISTALUL ȘI ELIBERAȚI ENERGIA/ENTITATEA***

Clientul trebuie să însoțească vindecătorul, atunci când curăță cristalul în foc. Mai întâi, îmi întreb clientul dacă este gata să renunțe la această energie/entitate. Apoi îl invit să-și ia la revedere așa cum consideră de cuviință, să-i multumească pentru lecții, indiferent cât au fost de dureroase. Aprind un foc în biroul meu, într-un vas de alamă, cu săruri Epsom și alcool pentru frecții. Vasul metalic trebuie să nu aibă îmbinări, deoarece căldura va sparge un vas făcut din mai multe bucăți. Am descoperit că un vas din aluminiu, făcut dintr-o singură bucată, este la fel de bun. Umplu vasul cu un strat (de un deget) de săruri Epsom. Apoi, torn două linguri de alcool pentru frecții în vas și îl aprind cu grijă. Se va produce un foc foarte fierbinte, care va arde timp de trei minute. Nu mai adăugați alcool în focul aprins și așteptați să se stingă singur, iar vasul să se răcească, înainte de a-l reaprinde. Flăcările produse de alcool sunt foarte fierbinți și greu de văzut la lumina zilei. Scad lumina din camera de vindecare, pentru a le vedea mai bine, atunci când trec cristalul prin foc. Aveți mare grijă când ajungeți la această etapă, deoarece vă puteți arde ușor. Vindecătorii tradiționali folosesc un foc mare, în aer liber, care se aprinde noaptea. Ei deschid Spațiul Sacru, apoi chem spiritele care au nevoie de vindecare să vină să se încălzească la foc și să primească ceea ce au nevoie. Clientul este instruit să pregătească o săgeată a morții, un bețișor pe care a încrustat sau desenat, în mod simbolic, părțile care trebuie să moară - trăsăturile de caracter, simptomele și comportamentele care nu mai sunt necesare - asupra cărora se roagă și apoi le aruncă în foc. De asemenea, pentru a curăța un cristal, puteți să aprindeți un foc în curte sau într-un șemineu. Este important ca cristalul să treacă efectiv prin flăcări. Eu trec cristalul de trei ori prin foc, apoi mă întorc spre Sud, cu clientul alături. Suflu în cristal către direcția sudului, apoi spre vest, spre nord și spre est. După aceea, curăț cristalul cu apă rece. Atunci când veți trece cristalul de cuarț prin flăcări energia/entitatea va simți căldura puternică. Focul o va alunga din cristal. În acest moment îmi dau seama dacă este vorba despre o energie sau o entitate. O entitate va fi percepută de către vindecătorii întru Lumină din lumea Spiritului, care intră în siguranța Spațiului vostru Sacru. O energie intrusă va fi arsă de foc, lumina și căldura acesteia fiind eliberate în natură.

Odată, am fost martorul extracției unei entități dintr-un client, operațiune efectuată de un vrăjitor din junglă. Vrăjitorul a ținut apoi cristalul foarte aproape de flăcări, pentru ca entitatea să sufere din pricina căldurii intense. El credea că entitatea fusese trimisă de un vrăjitor rival pentru a-i răni clientul și avea de gând să-l învețe o lecție usturătoare. Noi nu procedăm așa. Flăcările eliberează o entitate să se întoarcă în lumea Spiritului, unde poate, în sfârșit, să obțină pacea.

Uneori, veți descoperi că o entitate intrusă se ascunde în spatele unei energii intruse. După ce închei extracția și testul mușchilor, clientul trebuie să se dovedească puternic. Dacă este tot slab, revin și repet urmărirea. O asemenea experiență am avut-o în cazul Theresei.

Therese era membra unei biserici catolice din Cincinnati, atunci când s-a înscris în programul Vindecării Trupului de Lumină. Am decis să ținem sesiunea finală de pregătire la Parcul Național Canyon de Chelly, din rezervația națională Navajo. Vreme de mulți ani, Therese se simțise neglijată de Biserică. Toată lumea recunoștea că ea era forța unificatoare din cadrul congregației sale. Dar, pentru că era o femeie, în cadrul religiei catolice nu avea drepturile și privilegiile unui preot care oficiază ceremoniile spirituale, în ciuda studiilor sale aprofundate de teologie. Potrivit dogmei catolice, i se permitea să se adreseze congregației doar la deschiderea slujbei preotului. Simțea că ea, în special - și femeile, în general - erau cetățeni de mână a doua, în cadrul Bisericii.

Eram înconjurați de stânci roșii, foarte înalte. În mijlocul unei stânci se aflau ruinele anticei așezări Anasazi. L-am pus pe unul dintre studenți să trimită energie de-a lungul coloanei vertebrale a Theresei, în timp ce doi urmăritori monitorizau locația și mișcările energiei intruse. După câteva momente de energizare, urmăritorii au semnalat o masă întunecată care a ricoșat în interiorul Câmpului său Energetic de Lumină. Părea ca o cometă întunecată, ce se avânta în interiorul trupului ei. Încet, am început să extrag energia prin vârful degetelor sale, în cristalul de extracție. Nu s-a opus foarte mult. Masa întunecată a curs în cristal, unde a fost închisă în siguranță. Urmăritorii au confirmat că masa întunecată a dispărut. Apoi, am retestat-o pe Therese. În timpul Extracției, declarase că nu simte

nimic neobișnuit. Acum simțea greață. Spre surprinderea mea, era slăbită. De abia își putea menține brațul suspendat în aer. I-am cerut asistentului meu să-i trimită

din nou energie. Când i-am scanat din nou Câmpul Energetic de Lumină, ani perceput un bărbat îmbrăcat în veșminte negre, ca cele purtate de preoții catolici. Am simțit o comunicare în mintea mea, ca și cum el ar fi râs și ar fi spus: „Ea e a mea, așa că, dacă îți închipui că poți să o iei, trebuie să te lupți.” A fost ca și cum ea ar fi auzit aceste cuvinte din interiorul minții mele și i-ar fi simțit ura și disprețul din ton.

O entitate intrusă stătea ascunsă în spatele energiei pe care o extrăsesem. I-am descris Theresei ce văzusem. A simțit că acest bărbat îi făcuse viața un calvar, într-un trecut îndepărtat. S-a văzut pedepsită pentru că era o femeie înțeleaptă și fusese percepută ca o amenințare pentru Biserică. Acest bărbat o torturase fizic și făcuse din suferința ei o cauză personală. Spiritul lui continua să o chinuie pe Therese. Dacă ar fi fost întrupat, acest bărbat ar fi fost atras de Therese și ar fi devenit implicat în viața ei, într-o măsură la fel de distructivă. De fapt, ea își manifestase aceeași dilemă vizavi de Biserică. Era încă percepută ca o amenințare. Desigur că instrumentele de tortură de astăzi sunt mult mai subtile - rușine, izgonire sau refuzul recunoașterii meritelor, în cadrul comunității.

În acest caz, spiritul era foarte „obraznic”. El considera că o posedă pe Therese și îi absorbea energia vitală prin cea de-a treia chakră. Nu e ceva neobișnuit ca o entitate parazită să simtă că își „posedă” gazda. El era prins de coloana vertebrală a femeii, înfășurându-și tentaculele de energie întunecată în jurul nervilor ce porneau din măduva spinării. Identitatea sa devenise complet întrețesută în a ei.

Fiecare entitate intrusă suferă și are nevoie de vindecare. Atunci când am învățat Procesul de Extracție, de abia așteptam să am de-a face cu o entitate „intrusă”. Consideram că, astfel, îmi pot testa abilitățile. Acum am ajuns să înțeleg că trebuie să iubim aceste entități - oricât de întunecate ar părea. Și ele au venit la noi pentru vindecare. Atunci când le predăm vindecătorilor întru Lumină din lumea Spiritului, ne întorc recunoștința și dragostea și, ocazional, ulterior ne asistă în timpul unei Extracții dificile.

Am ținut mâinile Theresei și am început să atrag entitatea în exterior, spunându-i că mă află aici pentru a o ajuta să pună capăt propriei suferințe. Entitatea nici n-a vrut să audă. A râs și m-a batjocorit. Între timp, genunchii Theresei s-au îndoit, iar următorul din spatele ei a trebuit să-i susțină greutatea. Puterea ei fizică dispăruse și simțeam că i se va face rău, dintr-o clipă în alta. Am întrebat entitatea ce a anume îi trebuia de la Therese. Mi-a răspuns că o ura pe ea și tot ceea ce reprezenta ea - feminitate, curaj și spiritualitate. I-am explicat că poate găsi aceste calități în el însuși, dacă este receptiv la vindecare. Entitatea a râs din nou. Atunci am început să am o senzație de greață. Mă lua cu amețeală și simțeam un gust metalic în gură. I-am cerut Theresei să numere descrescător de la 20 și, când a ajuns pe la mijlocul numărării, am scos entitatea. Therese s-a prăbușit la pământ. Greața mi-a trecut imediat. Am simțit cum cristalul se înfierbântă și începe să zvâcnească în mâna mea.

Am trecut cristalul celorlalți, ca să simtă energia dinăuntru lui. Toată lumea a simțit fierbințeala și intensitatea emanate de cuarț. După o Extracție, cristalul trebuie ținut în sus. Aveți grijă să nu-l îndreptați înspre voi, pentru că energia/entitatea poate să scape uneori și să intre într-una dintre chakrele voastre, dacă aveți această afinitate, și atunci veți avea nevoie de o Extracție. Încă de la primul contact cu acest proces îmi avertizez studenții că pot să fie atrași în mod inconștient să lucreze cu un alt student care are probleme psihologice similare și că energia/entitatea poate să-și schimbe gazda - pur și simplu, părăsind clientul și făcându-și adăpost în vindecător. I-am înmănat cristalul Theresei, care se afla la pământ și plângea încetșor.

„Aceasta a fost lupta mea întreaga viață”, a spus ea. „Întotdeauna m-am gândit că m-am născut, în mod greșit, femeie.”

Am întrebat-o pe Therese cum voia să procedeze cu această entitate.

„Simt că aș vrea să-l țin un pic deasupra focului și să-l pârjolesc puțin, să-l fac să simtă o parte din durerea pe care mi-a provocat-o mie, atâția ani.”

I-am cerut Theresei să țină cristalul în următoarele zile și să mediteze asupra a ceea ce primea din partea entității. Există întotdeauna beneficii auxiliare, pe care o entitate intrusă le oferă clientului. Uneori, este sentimentul scopului, ori o cauză pentru care să lupți, sau o oglindă distorsionată, în care își poate vedea propria reflexie. Două zile mai târziu, Theresa a venit la mine și mi-a spus că a înțeles cum o ajuta entitatea. El era sursa propriei sale furii față de instituția Bisericii și, în multe feluri, față de partea masculină. Această furie îi dăduse puterea să-și crească singură cele două fiice și să sprijine emoțional femeile din congregația ei. Era gata să o ierte și să-i mulțumească pentru lecțiile valoroase pe care le învățase. Dacă Therese ar fi încercat să se vindece prin intermediul psihoterapiei clasice, ar fi ajuns la aceeași concluzie. Doar că tratamentul psihologic nu oferă o transformare. Entitatea intrusă ar fi rămas confortabil în interiorul Câmpului ei Energetic de Lumină.

În acea seară, am aprins un foc mare. Am chemat străvechii locuitori ai așezării din canion să vină și să ia parte la ceremonia noastră. Apoi i-am cerut Theresei să mă însoțească lângă foc și să-și ia adio de la această ființă care fusese cu ea atâta vreme. Era pregătită să-l ierte și l-a eliberat. Am trecut de trei ori cristalul prin flăcări. Atunci când am aruncat energia din cristal înspre sud, am simțit un glob de foc ieșind din cuarț. Toată lumea a simțit

prezența spiritelor cerești care primeau acest suflet rănit. L-au ținut cu tandrețe, ca o mamă ce-și protejează copilul și l-au condus spre Lumină. De atunci, Therese a devenit ea însăși un vindecător talentat. A devenit cunoscută în comunitatea creștină și este foarte solicitată să ia parte la ceremonii maritale și alte ritualuri de trecere.

## Capitolul 9

### **MOARTE, A FI PE MOARTE SI DINCOLO DE MOARTE**

*Autobuzul ne-a lăsat într-un loc în care șoseaua prăfuită se intersecta cu o albie secată. De aici, mai aveam de mers două zile pe jos până la casa lui El Viejo, învățătorul lui Antonio, acum în vârstă de peste nouăzeci de ani. Cumva, mentorul meu primise vorbă că bătrânul era pe moarte și toți studenții săi se adunau pentru a-i onora trecerea dincolo. Antonio mă invitase să-l însoțesc. Am pregătit tot echipamentul necesar: cort, sac de dormit, filtru pentru apă, mâncare uscată și un aragaz de campanie, toate vârâte în rucsacul meu. Antonio a zâmbit, când a văzut ceea ce consideram eu a fi obiectele de „strictă necesitate” pentru această călătorie. Elși-a luat doarponcho-ul și o geantă mică, în care avea qui-noa - niște grăunțe pe care incașii începuseră să le cultive, cu secole în urmă. Nici urmă de rucsac ori de sac de dormit. Nu ducea nicio povară pe umăr.*

*Am ajuns ultimii. El Viejo stătea întins pe o blană, în centru încăperii din coliba de chirpici și piatră. Peste tot se aflau lumânări, iar mirosul de ceară era puternic. Ultimele raze de soare pătrundeau pe fereastră și, în această lumină palidă, am văzut chipurile bătute de vânt ale bărbaților și femeilor care se adunaseră acolo. Cu toții purtau poncho-uri, unii aveau cămăși și pulovere, iar alții veșminte țesute manual, cu însemne ale satelor din care proveneau. Cu toții aveau vârste cuprinse între cincizeci și șaptezeci de ani. într-un colț, un bărbat, cel mai tânăr din grup, cânta la un fluier din bambus. Cu toții aduseseră daruri pentru El*

*Viejo -flori, pietre medicinale, kero-uri din lemn, vase ceremoniale. Bătrânul urma să treacă dincolo, în acea seară.*

*M-am așezat în colț, lângă cântărețul din fluier și am încercat să devin invizibil, dar Antonio mi-a surprins privirea și mi-a dat de înțeles că ar trebui să vin alături de el, lângă muribund. El ținea mâna lui El Viejo și pe chipul bătrânului am putut vedea o bunătate și o neînfricare cum nu mai văzusem niciodată. Bătrânul a încuviințat, iar Antonio mi-a indicat că mă pot întoarce în colțul meu.*

*Unul câte unul, fiecare dintre studenții lui El Viejo l-au sărutat pe bătrân. El i-a dat fiecăruia câte o piatră din altarul său și o binecuvântare. Lui Antonio i-a dat un obiect strălucitor, care, mai târziu, am descoperit că era o bufniță din aur. Străveche. Preco-lumbiană. Probabil transmisă de la profesor la student, vreme de generații întregi. Apoi a inspirat adânc, din greu, iar calmul și pacea i s-au întipărit pe figură. Când a expirat, mentorul meu și-a lipit buzele de ale bătrânului, primindu-i ultima respirație și apoi și-a atins buzele de femeia de lângă el. în acest fel, respirația lui El Viejo a fost trecută din gură în gură, de jur împrejurul camerei. Apoi, cineva a deschis fereastra și ultima persoană care a primit respirația a eliberat-o înspre soarele care apunea.*

*El Viejo era liber.*

Viața se încheie cu o ultimă respirație, tot așa cum începe cu prima. Mulți dintre noi creștem cu ideea că, atunci când murim, mergem în Rai, dacă am fost buni - iar dacă am fost răi, mergem în Iad. Conceptele de Rai și Iad aparțin strict spațiului european. Pentru șaman nu există un Rai supranatural. Există numai lumile naturale, cu tărâmurile lor vizibile și invizibile, printre care se găsește și lumea Spiritului. De asemenea, în Univers nu există niciun principiu răuvoitor independent. în schimb, trăim într-un Univers binevoitor, a cărui preocupare specială este să ne fie bine. Răul există doar în inimile bărbaților și femeilor. Nu e o forță externă, prădătoare, de care trebuie să ne apărăm. Atunci când misionarii au început să predice despre Iad, indienii i-au întrebat unde este localizat. Preoții au răspuns că acesta nu se află în lumea vizibilă. Cea mai apropiată analogie pe care și-au putut-o imagina pentru a descrie locația Iadului, a fost prin indicarea spațiului de sub pământ. Acest lucru le-a produs confuzie amerindienilor, pentru că ei știau că viața vine din pământ.

Pe măsură ce corpul fizic se întoarce în pământ, sufletul se pregătește pentru marea sa călătorie spre casă. Atunci când creierul nu mai funcționează, câmpul electromagnetic produs de sistemul nervos central se dizolvă, iar Câmpul Energetic de Lumină se desprinde de fosta sa casă. Când se întâmplă acest lucru, Câmpul Energetic de Lumină se



transformă într-un torus translucid, în formă de ou, ce conține cele șapte chakre și care continuă să strălucească, asemenea punctelor de Lumină, în primele ore de după moarte. Dacă totul decurge bine, această sferă luminoasă - care este esența sau sufletul individului - călătorește apoi prin axa Corpului de Lumină, pentru a deveni din nou una cu Spiritul. Aceasta se întâmplă foarte repede, de îndată ce Câmpul Energetic de Lumină este eliberat din corp. Torusul Câmpului Energetic de Lumină se strecoară prin portalul creat de propria axă centrală, asemenea unei gogoși care se strecoară prin propria gaură.

Atunci când o persoană care moare își păstrează conștiința după moarte, intră în Lumină cu ușurință. Mentorul meu compara această Lumină cu răsăritul unei dimineți fără nori - o stare de puritate primordială imensă, întinsă, sfidând orice posibilitate de a o descrie. Întunecimea morții, cauzată de dispariția simțurilor, se retrage și este risipită de Lumina Spiritului.

Oamenii din tribul Huachipayre, din zona de nord a Amazonului, consideră că pot călători în tărâmurile de dincolo de moarte atunci când ingeră *ayahuasca* - o plantă halucinogenă, considerată sacră. În timpul ceremoniei, au adesea viziuni înfricoșătoare despre propria lor moarte. În unele cazuri, descriu cum sunt dezmembrați de un jaguar sau înghițiți de un anaconda uriaș. Odată, pe când lucram cu ei, mi-am simțit fața ciugulită de un vultur uriaș. De fiecare dată ciocul său îmi pătrundea în carne, provocându-mi o durere ascuțită. Multe dintre ritualurile de inițiere din vechime, inclusiv cele ale egiptenilor, grecilor și sirienilor erau desemnate să-l poarte pe inițiat printr-un proces similar al morții simbolice, prin care înceta să se identifice cu ego-ul muritor.

În pregătirea mea cu vracii din Amazon, am experimentat ritualuri mortuare complicate, care m-au eliberat de propriul ego. În timpul ceremoniilor cu *ayahuasca*, am fost îngrozit, în moduri care nu mi se păruseră niciodată posibile. Toți demonii imaginabili mi-au apărut în fața ochilor. Corpul meu a fost dezmembrat într-o sută de feluri diferite. Apoi am fost înghițit de o Lumină albă și am devenit inseparabili. De-a lungul anilor, m-am întors adesea pentru a lucra împreună cu șamanii *ayahuasca* și, într-o zi, am descoperit că nu mai am nevoie să trec prin stadiul de frică, pentru a experimenta Lumina infinită. În acea seară, Don Antonio s-a întors spre mine și a spus: „Moartea nu mai trăiește în interiorul tău. Ai exorcizat-o din tine. Moartea nu te mai poate cere niciodată”.

Mentorul meu s-a pregătit întreaga viață pentru această călătorie. Cu puțin timp înainte de a muri, mi-a explicat că etapele călătoriei erau diferite pentru el, ca șaman, față de cineva care nu era pregătit să-și întâlnească moartea. El se aștepta foarte mult să obțină libertatea, ceea ce e posibil în clipa morții, atunci când apare Lumina Spiritului, în acel moment, mi-a explicat el, percepi răsăritul de parcă te-ai afla în vârful lumii. Ești mai înalt decât cel mai semeț dintre munți. Răsăritul soarelui nu are loc doar în afara ta, ci îl simți simultan în abdomen în timp ce întreaga Creație se agită în tine. Recunoști faptul că ești una cu Lumina răsăritului. Te predai Luminii din jurul tău, ești înconjurat de ea și devii una cu ea. În timpul acestui stadiu, întâlnești ființele de Lumină, vracii care te asistă în clipa în care te abandonezi Luminii. Legendele încăse spun că suntem cu toții călători printre stele și că, în acest moment din procesul morții, ne putem îmbarca din nou în marea noastră călătorie prin Calea Lactee.

Dacă persoana nu reușește să recunoască răsăritul ca fiind trezirea propriei conștiințe, soarele continuă să se ridice într-un milion de culori orbitoare, uimitoare. Întreaga natură devine vie, într-un spectacol extraordinar de sunet și lumină. Este ca și cum prima zi a Creației s-ar desfășura din nou. În acest stadiu, forțele naturii se mani festă în esența lor pură. Deja, Unicul s-a separat în mai mulți. Apa apare ca lumină fluidă; Pământul apare ca lumină; toate elementele sunt reprezentate în luminozitatea lor și se unesc în mingi de energie. În acest stadiu avem o a doua ocazie de a ne recunoaște natura luminoasă, de a vedea că nu suntem separați de lumina orbitoare și de energiile din jurul nostru. Un șaman care s-a pregătit întreaga viață pentru acest moment poate obține eliberarea prin descătușarea completă a conștiinței, în timpul primelor două stadii ale morții. Totuși, alții pot experimenta un moment de totală Iluminare, ca apoi să cadă înapoi în inconștientă. Pentru ei, procesul va trece într-o străfulgerare de lumină orbitoare. Poate nici nu vor realiza prin ce au trecut.

Uraganul morții este atât de puternic, încât mulți oameni devin inconștienți și se trezesc de abia în cel de-al treilea stadiu al călătoriei. Observăm că avem încă o formă, că suntem bărbat sau femeie, că putem fi tineri și neafecțați de boală. Dar zorii conștiinței au trecut, iar acum ne aflăm în crepusculul zilei. Culorile nu sunt la fel de puternice sau de bine definite, deși conștienta noastră este semnificativ mai ascuțită. Simțurile noastre obișnuite nu sunt separate unele de altele. Simțim în mod sintetic, în întregimea ființei noastre - și totul în jurul nostru este viu. În acest stadiu, avem o imagine panoramică a întregii noastre vieți, în care fiecare acțiune, fiecare cuvânt și faptă ne apar în fața ochilor și trebuie să dăm socoteală pentru ele.

După procesul de revedere a vieții, ne întâlnim cu cei care au murit înaintea noastră, inclusiv părinți, prieteni și oameni cărora le-am făcut rău sau pe care i-am rănit într-un fel. Mentorul meu mi-a explicat că acest domeniu are niveluri variate, fiecare dintre ele vibrând la o frecvență mai înaltă decât precedentul. Nivelurile mai joase sunt foarte dense, asociate domeniilor Oamenilor Pietrelor și Oamenilor Plantelor. Persoanele prinse în aceste domenii trec prin procesul de purificare într-o lume a întunericului, unde nu au ochi cu care să vadă și nici mâini cu care să simtă. Au doar vag percepția celorlalți. Pentru oameni, acestea sunt domeniile legate de Pământ (cu toate că sunt

locuri foarte plăcute pentru Oamenii Pietrelor). Aici ne retrăim durerea și suferința. Nivelele mai înalte sunt pline de bucurie și de pace. Ne reîntâlnim cu cei iubiți și ne încălzim la Lumina Spiritului, până la următoarea noastră reîncarnare. Gravităm în mod natural spre un nivel sau altul, în funcție de felul în care ne-am trăit viața. Îi putem vedea pe cei din nivelele de mai jos, dar nu putem fi văzuți de aceștia, și putem vorbi și interacționa doar cu cei din nivelul nostru. Cel de-al patrulea nivel este casa noastră spirituală, în care ne întâlnim străbunii și familiile.

Lumea a cincea este domeniul ființelor de Lumină, care se dedică ajutorării întregii omeniri. Șamanii care sunt maeștri ai călătoriei dincolo de moarte se întorc la acest nivel. Cu mult timp în urmă, când au fost create ritualurile șamanice ale morții, acest nivel era greu de atins. Astăzi, este mult mai accesibil. Au fost trasate cărări de către înaintașii noștri curajoși. Profețiile indienilor Hopi și ale incașilor vorbesc despre drumul întregii noastre planete către lumea a cincea. Ei se referă la intrarea noastră în domeniile îngerilor. Mentorul meu obișnuia să-mi spună: „Nu ne aflăm aici doar pentru a crește porumb, ci pentru a crește zei”. Sunt convins că acesta este exact înțelesul vorbelor sale.

### ***ATUNCI CÂND MURIM***

Un fenomen extraordinar are loc în momentul morții. Atunci când activitatea neurală încetează, iar creierul se oprește din funcțiune, între dimensiuni se deschide un Portal. Voalurile dintre lumi dispar, permițând persoanei moarte să intre în lumea Spiritului. Atunci când o persoană are o problemă nerezolvată în această lume, este incapabilă să pășească ușor prin Portal. Parabola biblică a cămilei care trece prin urechea unui ac, mai repede decât reușește un bogat să intre în împărăția Cerului face referire, în același timp, la dificultățile întâmpinate de cei care și-au neglijat dimensiunea spirituală, în căutarea mulțumirii materiale. Nu ne putem lua dincolo identitatea noastră lumească.

O persoană trasă înapoi de bagajul emoțional greu rămâne legată de Pământ. De îndată ce ajunge dincolo, acest suflet trebuie să treacă printr-o viziune extrem de intensă a propriei vieți. Unii oameni care au avut experiențe la limita dintre viață și moarte își aduc aminte că le-a trecut viața prin fața ochilor - o zi a judecării, foarte detaliată și clară - chiar dacă experiența a durat doar câteva minute, după timpul pământean. Atunci când persoana nu se întoarce în corpul fizic, revederea vieții poate părea că durează ani întregi, pentru că energiile toxice din Câmpul Energetic de Lumină trebuie arse într-o atmosferă în care există puțin aer, ceea ce face ca această purificare să fie mai dificil de realizat.

După moarte, Câmpul Energetic de Lumină se decuplează de la corpul fizic. Două forțe îl leagă de corp. Prima este câmpul electromagnetic generat de sistemul nervos. Atunci când intensitatea câmpului scade la zero, pe măsură ce activitatea electrică din creier încetează, forța electromagnetică primară ce leagă Corpul Luminos de corpul fizic se dizolvă. Cea de-a doua legătură o reprezintă chakrele, care asigură legătura dintre Câmpul Energetic de Lumină și coloana vertebrală, în timpul Ritualurilor Finale, eliberăm fiecare dintre cele șapte chakre, separăm Câmpul Luminos de cel fizic și sigilăm chakrele, astfel încât sufletul să nu se poată atașa din nou de corp. Atunci când desprindem chakrele de corpul fizic, ne putem întoarce și pe Pământ, care a aparținut întotdeauna naturii - și în Ceruri, care au aparținut întotdeauna Spiritului.

De mai multe ori pe când mă pregăteam cu mentorul meu, am avut ocazia de a vizita o casă funerară, pentru a observa Câmpul Energetic de Lumină al unei persoane decedate. De fiecare dată am observat că corpul luminos rămânea conectat de trup, în zona abdomenului. Câteva zile mai târziu, când am vizitat cimitirul, am descoperit corpul luminos încă plutind deasupra mormântului, atașat de un corp fizic aflat în descompunere, care nu îi mai era casă. La scurt timp după moarte, se deschide o poartă între lumi. Șamanul cu care m-am pregătit credea că, la patruzeci de ore după ultima suflare, acest Portal se închide. Apoi, sufletul trebuie să treacă prin toate planurile în care se purifică cei care nu au murit în mod conștient.

### ***PREGĂTIREA PENTRU PACE***

Simt că oamenilor ar trebui să li se permită să moară acasă, unde le e mult mai bine și unde sunt înconjurați de un mediu familiar. În zilele noastre, nu mai este un lucru atât de obișnuit ca oamenii să moară acasă. Adesea, moartea are loc la spital. Mulți doctori și multe asistente sunt la fel de năuciiți în fața morții, ca și noi ceilalți, dar au devenit blazați, pentru că zilnic au de-a face cu acest fenomen. Asigurați-vă că personalul spitalului cunoaște și respectă dorințele muri-

bundului și ale familiei acestuia. Atunci când personalul spitalului nu a primit instrucțiuni explicite de la muribund ori de la apropiații acestuia, trebuie să ia toate măsurile necesare pentru a-i prelungi viața. Acest mandat legal este desemnat să protejeze spitalul de posibilele procese și nu să asigure calitatea vieții muribundului sau a familiei sale. Dacă o persoană dragă vouă este în spital, odată ce știți că nu se mai poate face nimic din punct de vedere medical, solicitați o cameră privată și deconectați toate monitoarele. Asigurați-vă că în fișa medicală există instrucțiuni specifice, care indică dorința muribundului de a nu fi resuscitat, ori de a se lua măsuri extraordinare pentru a fi

readus la viață. Instrucțiunile voastre scrise și hotărârea de care dați dovadă vor anunța personalul că nu este nevoie de niciun act eroic.

Atunci când persoana se află în ultimele stadii ale procesului morții, solicitați ca toate injecțiile și procedurile invazive să fie oprite, cu excepția medicației care elimină durerea. Procedurile medicale invazive îi pot produce muribundului durere, furie și confuzie. Dacă sunteți rudă cu bolnavul, aveți autoritatea de a instrui medicul să administreze suficiente medicamente pentru atenuarea durerii - dar nu atât de multe, încât cel drag să devină inconștient.

Oamenilor trebuie să li se permită să moară liniștiți. O moarte în pace este cel mai prețios dar pe care îl putem oferi unei persoane iubite. Simțurile persoanei respective devin mai ascutite - în special simțul auzului. Chiar și zgomotele ușoare îl pot deranja, creându-i stări de neliniște și confuzie. Faceți ca această dificilă tranziție să fie cât mai blândă posibil. În momentul trecerii dincolo, camera în care se află persoana dragă trebuie să fie un templu al păcii. Vorbiți-i des și cu iubire. Dacă se află în comă și chiar după ce a încetat să mai respire, sufletul său vă poate auzi sunetul vocii. Iubirea voastră poate ajunge la ea, în dimensiuni pe care nu vi le-ați putea imagina niciodată.

Aveți grijă ca, după moarte, trupul să nu fie deranjat cât mai mult timp posibil. Este un lucru dificil într-un spital, dar, cu ceva creativitate și ingeniozitate, puteți să-i asigurați cel puțin câteva ore de calm. Câmpul Energetic de Lumină al persoanei decedate are un flux extraordinar, atunci când se desprinde de chakre. Corpul luminos se extinde într-un vârtej de energie și apoi se contractă violent în corpul fizic, deși nu îl poate reanima. În Tibet, corpul este vegheat timp de trei zile. Regulile spitalicești nu-i permit corpului să rămână neînbălsămat atâta timp, motiv pentru care următoarele proceduri sunt foarte importante. Atunci când tatăl meu a murit, i-am simțit corpul luminos plutind în aer vreme de două zile, până la serviciul funerar, chiar dacă se eliberase de rămășițele fizice. Mama mea organizase un serviciu simplu, la o biserică locală, iar la sfârșitul ceremoniei am simțit un vânt ușor trecând peste altar. L-am simțit pe tatăl meu plecând rapid, în Lumină. Când am ajuns la cimitir, o oră mai târziu, am simțit că sicriul era lipsit de energie.

## **RITUALURILE MORȚII**

Am învățat această tehnică de la Dona Laura, în Anzi. Era mai mult decât o soție dăruită și un șaman priceput: oamenii o căutau adesea pentru experiența ei în a conduce oamenii în lumea Spiritului, împreună cu un alt student de-al ei, am asistat-o ori de câte ori am avut ocazia. Într-un asemenea caz, cu peste douăzeci de ani în urmă, am descoperit cât de importante sunt aceste ritualuri.

*Menajera auzise că cineva a murit și Dona Laura ne-a trimis pe mine și pe Juan în oraș, pentru „ a vedea”. Acesta era a doua mea călătorie de acest gen și nu eram nerăbdător să străbat drumul până la Cusco, într-un autobuz ca o capcană pentru șobolani, de-a lungul unui drum prăfuit, sus, în Anzi. Îngrijitorul de la funeraria, un adolescent, curăța murdăria pe care o aduseseră ceilalți, în timpul zilei. Era aproape miezul nopții și mai rămăseseră două persoane care se ocupau de serviciul funerar. Juan și cu mine am privit-o pe cea mai vârstnică dintre cele două femei. Și-apus un șal negru pe umeri, i-a dat o monedă băiatului și s-a îndreptat spre ușă. L-am lăsat pe Juan să vorbească. După câteva momente, băiatul ne-a condus în camera în care decedatul stătea întins într-o cutie simplă din lemn, pe care era înscrisă Rugăciunea Domnului. Băiatul a încuviințat și a închis ușa. Colegul meu a scos din rucsac trei lumânări din ceară de albine și le-a pus în jurul cutiei din lemn. Am mers înapoi șase pași, ne-am așezat pe scaune și am practicat exercițiul Celei de-A Doua Conștiente. Nici n-am început bine, că Juan a scos un țipăt, sperându-mă atât de tare încât am sărit de pe scaun. Nu luasem niciodată parte la funeralii și mă simțeam ciudat să mă strecur aici, pretinzând că sunt o rudă îndepărtată.*

*„ Uite”, a spus el. Mi-am mijit ochii în direcția sicriului, dar nu puteam vedea decât licărul lumânărilor.*

*„ Uite cum strălucește deasupra sicriului!”*

*Juan era ușor impresionabil, iar eu începeam să mă enervez, pentru că nu puteam vedea nimic. M-am ridicat, m-am apropiat de coșciugul deschis și am privit cu atenție, așteptându-mă să văd un bătrân, asemenea celui pe care îl văzusem în vizita anterioară, în schimb, am văzut o fată indiană, de cel mult doisprezece ani. Avea roșu în obraji și o rochie nouă, tot roșie. Lacrimile au început să-mi curgă de-a lungul obrazilor. Am îngenunchiat pe strana de alături și m-am rugat pentru ea, cum știam eu mai bine.*

*„ Să mergem”, am spus, pornind spre Juan.*

*Apoi m-am întors și am văzut Câmpul Energetic de Lumină, un glob auriu plutind deasupra sicriului deschis. Baza globului era conectată încă de corpul fizic, undeva între inimă și abdomen.*

„Vezi asta?", l-am întrebat pe Juan.

„Claro", a spus el. Adică, desigur.

„Ce vom face?", am întrebat.

„Nimic", mi-a răspuns Juan.

Mi-a reamintit că Antonio specificase clar că ne aflam acolo doar pentru a studia corpul luminos care se desprinde și pentru a spune o rugăciune, dacă dorim.

În aventura precedentă, Juan și cu mine urmărisem o persoană recent decedată până la cimitir și am putut vedea literalmente cum corpul luminos ieșea din pământ, încă atașat de cel fizic. Laura ne-a explicat că, atunci când o persoană moare în mod inconștient, corpul său luminos stă încă legat de o formă fizică, lipsită de viață. Un vraci, a mai spus ea, l-ar fi putut ajuta să se desprindă de corpul său fizic.

A fost nevoie de multe rugăminți, dar Juan a acceptat să încercăm să o eliberăm pe fetiță, Juan a lucrat deasupra trupului micuț, deconectând fiecare dintre chakre. Eu am rămas lângă picioare. După câteva momente, am făcut câțiva pași înapoi și am privit. Câmpul Energetic de Lumină era acum un glob care pulsa și strălucea deasupra fizicului, având aproape o bătaie de inimă proprie. Am dat din cap unul spre celălalt, mulțumiți. Sufletul ei era liber.

Când ne-am întors la casa mentorului, l-am găsit stând la masă și vorbind încet cu Dona Laura, la lumina unei lumânări. De îndată ce am intrat în cameră, s-au întors spre noi și ne-au întrebat ce făcusem.

„Nimic", am răspuns noi, la unison.

„Ei bine, am luat o bere, o bere, după ce am plecat de la funeralii, am explicat eu, știind că Don Antonio era foarte strict în această privință, interzicându-ne băutura.

„Asta nu contează", a răspuns el. Atunci, Laura a întrebat:

„Pe cine ați adus împreună cu voi?"

Sufletul fetei ne urmase până acasă. Antonio și Laura o puteau vedea plutind deasupra noastră. Dacă Juan și cu mine învățasem să desprindem Câmpul Energetic de Lumină de corpul fizic, încă nu știam ritualurile finale. Antonio ne-a privit cu severitate și ne-a spus să stăm cu Laura în restul nopții, în timp ce ea o ajută pe fată să-și continue călătoria, înapoi în nemărginire.

Ritualurile Morții ajută persoana muribundă să se întoarcă la nemărginire. Un astfel de ritual are trei etape:

1. Recapitularea și iertarea.
2. Acordarea permisiunii de a muri.
3. Ritualurile Finale.

## **RECAPITULAREA ȘI IERTAREA**

Dorim să ajutăm o persoană iubită să-și încheie problemele, înainte de a muri. Este la fel de greu să spui „te iert" din lumea Spiritului, iar o persoană vie să audă, pe cât este de greu să spui „te iert" cuiva în vis, iar persoana reală să te audă. Atunci când o persoană își încheie conturile cu existența lumească, trece fără eforturi prin do-

meniile de dincolo de moarte. Împlinirea vieții este obținută prin recapitulare și iertare. În acest mod, evenimentele din trecut nu trebuie să fie iertate, în timp ce le trecem în revistă, când ajungem dincolo. Majoritatea relatărilor din literatura despre experiențele la limita dintre viață și moarte descriu experiențe pozitive. Cu toate acestea, cardiologul Maurice Rawlings a intervievat persoane pe masa de operație, imediat după ce au fost resuscitate și a descoperit că aproape jumătate dintre ele descriau întâlniri infernale. Rawlings a ajuns la concluzia că mulți oameni au viziuni înspăimântătoare, pe care le reprimă în zilele de după resuscitare. Alți cercetători cred că aceste viziuni pot fi autoinduse. Raymond Moody, unul dintre cei mai importanți investigatori ai experiențelor din preajma morții, susține: Judecata, în cazurile pe care le-am studiat, nu a venit din partea ființei de Lumină, care părea să-i iubească și să-i accepte oricum pe acești oameni, ci mai degrabă din partea persoanei judecate". Noi suntem acuzatul, avocatul, judecătorul și juriul, în același timp. Cât suntem de pregătiți să ne iertăm pe noi înșine? Iertarea și încheierea conturilor, în timp ce suntem încă în viață, reprezintă esența Recapitulării.

Este important ca familia să-și declare iertarea și iubirea care nu au fost exprimate în timpul vieții. Împăcarea cu familia este esențială, astfel încât persoana să poată pleca în pace. Ați fi surprinși să aflați puterea vindecătoare a unui simplu „te iubesc”, din partea unui părinte muribund către copilul său - ori viceversa. Desigur că nu e întotdeauna ușor. Cu toate acestea, o mulțime de greșeli pot fi reparate prin iertarea acordată la sfârșitul unei vieți.

Recapitularea îi oferă persoanei iubite oportunitatea de a vă spune povestea sa. Această relatare are puteri liniștitoare și de vindecare. Este echivalentul recapitulării vieții, înainte de a muri efectiv. Recapitularea nu înseamnă un moment pentru învinuiri legate de evenimente trecute. Este un moment pentru a asculta povestea persoanei dragi. Cu cât se face mai repede Recapitularea și cu cât revederea vieții este mai extinsă, cu atât va fi mai ușoară tranziția. Uneori, este dificil să începi această conversație, în special dacă nu ai avut de multă vreme un dialog intim cu persoana dragă. Găsiți un subiect prin care să deschideți discuția. De exemplu, cereți-i mamei să-și amintească ziua în care l-a cunoscut pe tatăl vostru, cum și-au făcut curte sau cum a fost prima lor întâlnire. Implicați-i sentimentele, punând întrebări concrete. Cu ce era îmbrăcat viitorul ei soț în ziua aceea? Știa că el este alesul, atunci când l-a întâlnit? Ascultați cu grijă și puneți întrebări. Veți fi surprinși cât de ușor își deapănă cineva povestea, în fața unei persoane care se arată interesată. Întrebați persoana dragă despre părinții săi și despre copilărie. Unde a mers la școală? Cum se îmbrăca? De cine s-a îndrăgostit pe când era la liceu? Cum era viața sa de acasă? Conduceți încet conversația spre subiecte mai personale. Pe cine are nevoie să ierte? Amintiți-i că poate ierta pe oricine, printr-o rugăciune sau o binecuvântare. La urma urmelor, persoana muribundă trebuie să se ierte pe sine și să știe că este în întregime iertată de viață. La sfârșit, întrebați-o cum și-ar dori să fie ținută minte. Care sunt poveștile pe care și-ar dori ca nepoții ei să și le amintească despre ea? Recapitularea aduce încheierea socotelilor, prin iertare. Ajutați persoana dragă să renunțe la orice sentimente legate de gândul că a nedreptățit pe cineva, sau că a fost nedreptățită de către alții.

În săptămânile de dinaintea morții tatălui meu, am stat împreună în fiecare zi, iar el mi-a spus povestea vieții sale. La început a ezitat, dar curând a fost inundat de imagini din trecut. A fost ca și cum s-ar fi spart un baraj, iar comentariile și sentimentele au năvălit în voia lor. Am început cu un exercițiu de imaginație ghidată, în care ne-am imaginat stând pe un pietroi uriaș, lângă un râu. Mi-a descris imaginile pe care le-a văzut plutind în jos, pe râu. Mai întâi, apa a fost gri și murdară. Apoi, după câteva zile, unele scene din copilăria sa au început să se ștergă și mi le-a descris de parcă le-ar fi văzut într-un vis. Uneori, plângea încetisor. Mai târziu, mi-a vorbit despre un bărbat pe care îl nedreptățise în timpul adolescenței, dar la care nu se mai gândise de zeci de ani. L-am încurajat să se simtă iertat și să îl ierte, la rândul său. În cele din urmă, au apărut imagini cu mama mea și copiii lor. Și-a amintit toate acestea în detaliu, înainte de a adormi liniștit. Acesta era un proces intim, împărțit de doar noi doi și totuși, la sfârșit, și-a chemat întreaga familie și ne-a spus fiecăruia în parte cât de mult ne iubește. Aceasta a fost prima dată când l-am auzit spunând cuiva „te iubesc”. Întreaga sa viață dorise să spună acest lucru, dar nu reușise până atunci.

În cadrul Recapitulării se poate ierta extrem de mult. Dar nu vă așteptați să faceți miracole și nu vă gândiți că, în câteva ore, puteți obține vindecarea pe care n-ați obținut-o o viață întreagă. Oamenii au tendința de a muri în același fel în care au trăit. Este normal ca cel drag vouă să simtă furie, atunci când e pus în fața propriului sfârșit și puteți deveni ușor ținta resentimentelor sale. Aveți grijă să nu reacționați, ori să luați lucrurile ca pe un atac la persoană. Înțelegerea profundă vine adesea mai greu, pe măsură ce cineva se apropie de moarte. De exemplu, înțelegem că am fi putut trăi diferit, am fi putut iubi pe deplin și am fi putut ierta mai repede. Această furie nu este direcționată înspre voi, în mod deosebit. Dați-i ocazia persoanei iubite să-și exprime sentimentele și răspundeți furiei sale prin mângâieri pe corpul fizic și sprijin moral. Țineți-o de mână atunci când plânge ori când își exprimă mânia. Fiți o sursă neclintită de iubire și sprijin necondiționat, chiar în timpul unui val de furie. Cu cât persoana iubită este mai dispusă să se ierte pe sine, cu atât mai repede furia ei se va transforma în compasiune.

Dacă starea ei este critică și nu a fost informată despre acest lucru, aveți grijă să-i spuneți. Majoritatea oamenilor știu oricum. Ei pot simți schimbarea de atitudine a celor prezenți - momente de tăcere, voci șoptite, zâmbete forțate. Este cel mai bine să fiți direcți - dar, în același timp, blânzi și plini de compasiune. Sinceritatea voastră îi va oferi permisiunea de a se deschide și de a vă face mărturisiri. Va ști că se poate baza pe voi, pentru că îi spuneți adevărul.

### ***A OFERI PERMISIUNEA DE A MURI***

Poate cel mai important pas din Ritualurile Morții îl constituie acela de a-i oferi persoanei iubite, permisiunii de a muri. Lăsați-o să știe că nu are niciun motiv să-și facă griji pentru cei ce rămân în urmă. O studentă de-a mea, Diane, stătea lângă mama ei, care de câteva săptămâni era pe moarte. Femeia nu reușea să se desprindă, în ciuda faptului că avea mari dureri și nu mai mânca. Diane a efectuat mai multe Iluminări asupra mamei sale și atât ea cât și sora ei au început să se ierte și să-și vindece rănilor din trecut. În cele din urmă, lui Diane i-a trecut prin minte că ar fi bine ca amândouă să-i spună mamei lor că poate să plece liniștită. În cele din urmă, Diane a spus: „Mamă,

suntem aici, cu tine, și te iubim foarte mult. Vrem să știi că ne va fi bine. Vom avea grijă una de alta și vom menține familia unită. Vom păstra în amintire toate momentele frumoase pe care le-am trăit împreună, dar nu vrem ca tu să mai suferi sau să continui să te agăți de viață. Ai întreaga și deplină noastră permisiune de a muri. Știi că te vom iubi întotdeauna." Câteva ore mai târziu, mama ei și-a dat ultima suflare și a murit în pace.

Fără permisiunea de a muri, persoana dragă se poate agăța de viață luni în șir, chinându-se inutil și creând mare tristețe familiei. Permisivitatea trebuie să vină din partea familiei apropiate și ideal ar fi să existe consens. Dacă se află vreun membru al familiei care nu vrea să renunțe, încurajați-l să-și exprime totuși iubirea și iertarea. Am observat că cei care au avut cele mai mari probleme să-i permită cuiva să moară sunt acele persoane care se tem cel mai mult de propria lor moarte, sau au încă probleme nerezolvate cu muribundul. Trebuie ținut cont de fiecare voce din cameră. Dacă lucrați cu un client, asigurați-vă că toate rudele apropiate își exprimă sentimentele față de muribund. Ca vindecători, vă puteți adăuga consimțământul, dar țineți minte că permisiunea din partea celor apropiați cântărește cel mai mult, chiar dacă acesta e un prieten personal ori un confident și nu un membru apropiat al familiei.

### ***RITUALURILE FINALE***

Nu este nevoie să fiți șaman sau preot, pentru a oficia Ritualurile Finale. Puteți crea oricum un spațiu în care o persoană dragă să fie atinsă de mâna Spiritului. Ritualurile finale cuprind două părți: Procesul de Iluminare și eliberarea Câmpului Energetic de Lumină. Mulți clienți mi-au spus că, în timpul Procesului de Iluminare, au simțit în jurul lor prezența rudelor decedate, precum și niște ființe de Lumină. Este ca și cum moașele spirituale din lumea de dincolo s-ar pregăti să primească persoana care moare.

Prin intermediul Procesului de Iluminare puteți crea un spațiu în care persoana iubită să poată avea experiența Grației Divine și a eliberării. Este ușor să te simți copleșit de ideea că trebuie să parcurgi vindecarea unei întregi vieți, în doar câteva zile. Este încă și mai covârșitor faptul că persoana iubită este pe cale să moară. Cu toate acestea, amintiți-vă că nu este niciodată prea târziu pentru vindecare. Atunci când moartea devine un eveniment imediat, ne dăm seama că nu e timp de pierdut. Nu mai există o zi de mâine, în care să ne ocupăm de vindecarea pe care am amânat-o întreaga viață. Un prieten, care este preot romano-catolic, mi-a spus odată că cea mai importantă confesiune este cea a muribundului, pentru că este cea mai sinceră. Veți afla că această vindecare reprezintă cea mai puternică experiență a vieții voastre.

Este cel mai bine să începeți Procesul de Iluminare cu ceva timp înainte de moartea persoanei dragi, deoarece poate fi nevoie de mai multe sesiuni, pentru a curăța energia toxică din jurul unei vieți întregi de înregistrări. Nu vă temeți că veți prelua reziduurile toxice care aderă la chakrele persoanei, pentru că acestea sunt arse și transformate în Lumină. Nu vă aflați în niciun fel de pericol. Procesul are loc la nivel energetic și nu psihic, astfel că aceste energii nu apar ca furie și resentimente.

În cazul în care credințele religioase ale persoanei dragi nu-i permit să experimenteze o Iluminare, nu o forțați. Nu vă aflați acolo pentru a converti pe cineva la credințele voastre. Sunteți acolo pentru a ajuta persoana să descopere puterea, calea și forța spirituală, de a se imbarca în cea mai mare călătorie a vieții sale. Îmi aduc aminte că l-am asistat pe tatăl unui prieten, un bărbat foarte religios, care trecuse de optzeci de ani. Atunci când prietenul meu i-a explicat procesul de vindecare pe care îl practicase, tatăl l-a privit neîncrezător. Bătrânul i-a mulțumit fiului, dar l-a anunțat că preotul său venea în fiecare zi în camera de spital, pentru a se ruga împreună, iar acest lucru îi era suficient. Tatăl său era un om umblat și am început o conversație despre o pădure peruviană, pe care o vizitase în tinerețe. Am început să povestim despre pădurile amazoniene. A adormit după câteva minute de conversație. În cea de-a treia vizită, l-am întrebat dacă l-ar deranja să mă rog împreună cu el. Mi-a făcut semn că este în regulă, așa că i-am luat mâna și am închis ochii pentru rugăciune. Observasem că soția lui era singura persoană care îl atingea. Toți copiii păstrau distanța, chiar și când luau parte la conversații animate. Era ca și cum s-ar fi temut că moartea este contagioasă și nu voiau să riște să se infecteze prin contactul fizic. De fiecare dată când închideam ochii pentru a ne ruga, el îmi lua mâna și adormea în câteva minute.

Este esențial să obțineți permisiunea persoanei iubite, înainte de a efectua o Iluminare sau orice altă parte a Ritualurilor Morții. Tatăl prietenului meu mi-a dat permisiunea de a mă ruga împreună cu el. A fost tot ce mi-a trebuit pentru a efectua o Iluminare. Ar fi fost greu să ajung cu mâinile în spatele capului său, pentru a atinge punctele de aprofundare și de eliberare, pentru că patul de spital era lipit de zid. Am efectuat Iluminarea stând într-o parte, ținându-l de mână, pur și simplu, și cerându-i în tăcere minții sale să activeze punctele de aprofundare, ori de câte ori apăsăm un anumit punct de pe mâna sa și să activeze punctele de eliberare, atunci când apăsăm un alt punct. Clientul meu era gata să participe la propria-i vindecare. Minte sa s-a conformat rapid, făcând legătura luminoasă necesară dintre punctele din mână și partea dorsală a capului.

Punctele de la încheietura mâinii asupra cărora lucrez se află pe aceleași meridiane de acupunctura ca și punctele de aprofundare și de eliberare. Punctele de aprofundare de la mână sunt localizate în afara încheieturii, pe cuta creată

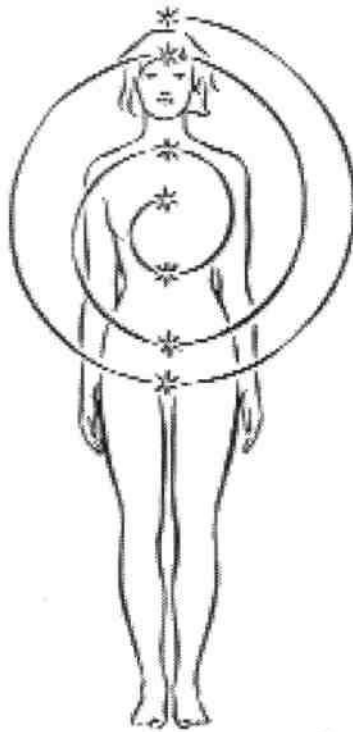
de îmbinare. Punctele de eliberare sunt localizate la aproximativ 2,5 cm deasupra încheieturii, deasupra și dedesubtul brațului. Am deschis chakra asupra căreia lucram și am închis-o atunci când am terminat. Tatăl prietenului meu se trezea după fiecare Iluminare și îmi spunea cât de bine dormise și ce visase. Mi-am învățat prietenul să officieze Riturile Finale asupra tatălui său, pentru că eu trebuia să plec. La întoarcere, am aflat că bătrânul a murit în timpul somnului.

Procesul de Iluminare aprinde energia din chakre și șterge înregistrările din Câmpul Energetic de Lumină. Acest lucru alină procesul de revedere a vieții în lumea Spiritului, pentru că mare parte din încărcătură a fost eliminată din amintirile emoționale. De vreme ce veți Ilumina toate cele șapte chakre, nu aveți nevoie să faceți un test pentru a descoperi o chakră compromisă. Atunci când ați curățat reziduurile din prima chakră, echilibrați-o prin rotirea în sensul acelor de ceasornic și treceți la chakra a doua, urmând același protocol în Procesul de Iluminare. Probabil că nu veți reuși să Iluminați toate cele șapte chakre, într-o singură sesiune - procesul poate fi îndelungat.

Corpul știe cum să moară, în același fel în care știe cum să se nască. În nouă din zece cazuri, Câmpul Energetic de Lumină se întoarce ușor în lumea Spiritului. În mod similar, nouă din zece nașteri sunt lipsite de complicații.

În timpul unei nașteri, un caz din zece nu prezintă un nivel de risc și chiar și nașterile naturale sunt în general planificate să aibă loc într-un spital, sub supraveghere medicală. Desprinderea chakrelor în timpul Riturilor Finale este necesară doar atunci când procesul nu survine în mod natural. Acestea sunt ritualuri pe care le veți efectua după moartea persoanei. Eliberați Câmpul Energetic de Lumină și sigilați chakrele imediat după moarte, astfel încât corpul luminos să nu reintre în cochilia fizică sau să devină contaminat de reziduurile energetice din corp.

#### SPIRALA CHAKRELOR PENTRU RITUALURILE FINALE



**1. Deschideți Spațiul Sacru, invocând toate cele patru direcții, Cerul și Pământul (a se vedea Capitolul 6).**

**2. Extindeți corpul luminos deasupra voastră și a persoanei.** Este important să lucrați în cadrul acestui spațiu de două ori sacru. Spațiul Sacru protejează persoana de energiile exterioare care distrag. Legendele oamenilor din pădure spun că, în momentul morții, fantomele flămânde ale tuturor celor pe care i-a rănit ori jignit muribundul se adună la patul acestuia și își cer partea. Ei îl urmează pe decedat, până când și-au atins scopul. Eu prefer să interpretez aceste fantome flămânde ca pe niște demoni psihici, ce reprezintă toate problemele noastre neterminate din trecut. Iată de ce e atât de important să ne încheiem conturile cu

viața. Când facem acest lucru, fantomele flămânde dispar. Iertarea le dizolvă, pur și simplu. Atunci când vă extindeți câmpul luminos asupra persoanei dragi, creați o insulă a liniștii, în mijlocul unei furtuni. În această insulă, rudele care au murit și vindecătorii din lumea Spiritului asistă muribundul. Șamanii din partea de nord a Amazonului au o vorbă: scopul întregii lor pregătiri este de a învăța cum să părăsească această viață, vii. Asta nu înseamnă că ei intenționează să-și ia corpurile fizice cu ei, ci că doresc să-și mențină conștiința intactă în timpul călătoriei.

**3. După ce persoana încetează să respire, decuplați cha-krele.** În mod ideal, această etapă ar trebui efectuată imediat după moartea persoanei și, în orice caz, nu mai târziu de patruzeci de ore de la ultima suflare. Imediat după moarte, chakrele încep să emită fire luminoase care le-au conectat cândva la evenimentele din trecut. Ritmul lor se schimbă. Creșterea frecvenței și vibrației fiecărei chakre poate fi simțită. Chakrele încep să se desprindă de corp, dar sunt stingherite de reziduurile din interior.

Pentru că energia chakrelor se schimbă foarte rapid, le desprindem urmând un anumit tipar, începând cu chakra inimii. Puneți-vă mâna pe chakra inimii persoanei, apoi învârtiți cu degetele în sensul invers acelor de ceasornic de trei sau patru ori, pentru a descolăci acest centru. Continuați cu plexul solar, apoi la gât, după care la chakra a doua, apoi la a șasea, la chakra rădăcină și, ultima, chakra coroană, în pașii descriși mai jos. Pe măsură ce desprindeți chakrele, imaginați-vă creând o mare spirală, cu inima în centru. Urmați acești pași, cu grijă.

**4. Desenați cu mâna arcul unei spirale, pe măsură ce treceți la a treia chakra, sau plexul solar, repetând procedura de mai sus.** Atunci când ați descolăcit chakra a treia, întoarceți-vă la inimă, simțiți chakra și retrasați arcul spiralei în jos, până la a treia chakra și în sus, la chakra gâtului.

**5. Repetați cu fiecare chakra în parte, întorcându-vă la inimă, după ce deconectați fiecare centru energetic.** Ultima chakra pe care o eliberați va fi coroana. Până acum ați desenat de mai multe ori o spirală mare, deasupra corpului. Câmpul luminos al persoanei dragi poate ieși prin oricare dintre cele șapte chakre.

**6. Împingeți energie prin picioarele persoanei, pentru a „a da un imbold” corpul luminos și al elibera.** Puneți-vă palmele pe tălpile persoanei, astfel încât palma dreaptă să stea pe talpa stângă și invers. Vizualizați cum energia iese din mâinile voastre și intră în trup. Câteodată, Câmpul Energetic de Lumină aderă la chakre, chiar și după ce acestea au fost descolăcite. Acest pas împinge Câmpul Energetic de Lumină și îl eliberează de corp. În majoritatea cazurilor, corpul luminos iese imediat după desprinderea chakrelor, iar efectuarea acestui pas, ori a următorului, devine inutilă.

**7. Desenați corpul luminos.** Mutați-vă la capul persoanei și țineți-l pe palme cu blândețe, vreme de câteva clipe, transmițându-i că poate pleca liniștită. Spuneți-i că totul e în regulă și că o iubiți. Țineți minte că vă poate încă auzi. Rostiți aceste cuvinte cu blândețe, dar cu fermitate. Retrageți-vă mâinile, exercitând o presiune ușoară asupra capului ei și extrageți corpul luminos prin chakra coroană. Veți simți o descărcare uriașă de energie, atunci când Câmpul Energetic de Lumină se va elibera din corp. Un student mi-a declarat că el și frații săi au trecut de la disperare la lacrimi de bucurie, atunci când Corpul Luminos al mamei lor a devenit liber. Întreaga cameră s-a umplut cu o pace pe care nu și-au putut-o explica. Corpul luminos nu iese întotdeauna prin coroană, ci prin chakra rea mai pregătită. Am văzut cazuri în care corpul luminos a plecat prin a doua chakră, sau prin chakra inimii.

**8. Sigilați chakrele, făcând semnul crucii cu degetul mare deasupra fiecărui centru.** Sigilarea chakrelor nu lasă corpul luminos să se mai întoarcă la corpul fizic, lipsit de viață. Pentru aceasta, puteți folosi apă sfințită ori uleiuri esențiale. Țineți minte că simbolul crucii este anterior creștinătății. El reprezintă sigilarea unei uși, într-un corp fizic ce nu va mai fi niciodată folosit.

În tradițiile creștine, putem găsi o practică asemănătoare, asociată cu ritualurile morții, numai că sensul ei a fost de multă vreme uitat. Preotul unge cu ulei fruntea și inima, făcând semnul crucii deasupra lor, cu apă sfințită. Este sigur că nu-și dă seama că prinde captiv Câmpul Energetic de Lumină în corpul fizic, legând spiritul de materie, într-o cochilie lipsită de viață. Atunci când se întâmplă acest lucru, persoana poate continua să se identifice cu trupul fizic, intrat în descompunere. Dacă face parte dintre cei 10% care nu s-au întors în lumea Spiritului în mod natural, s-ar putea să nu se elibereze până când corpul nu se descompune în întregime și nu mai există materie de care corpul luminos să adere.



Am oficiat Ritualurile Morții pentru prima dată - în afara ocaziilor în care l-am asistat pe mentorul meu - atunci când mi-a murit tatăl. Când a intrat în comă, mă aflam împreună cu el. Sora mea, mama și cu mine am rămas de veghe lângă pat, ținându-l de mână zile întregi și spunându-i că este iubit, că se va afla în siguranță, că nu trebuie să își facă griji pentru noi. La sfârșitul uneia dintre aceste sesiuni, sora mea și cu mine am ieșit pentru a ne lua ceva de mâncare. La întoarcere, am văzut că încetase să mai respire. Un tânăr preot roma-no-catolic stătea lângă pat, efectuând ritualurile finale. L-am scos cu blândețe din cameră și am încuiat ușa. Pe când desprindeam chakrele tatălui meu, am observat cum corpul luminos i-a ieșit prin inimă. De îndată ce chakrele au fost eliberate, corpul său luminos s-a desprins de trup. N-a fost nevoie decât să-i transmit un val de iubire prin tălpi. Atmosfera din cameră s-a schimbat. Am simțit o pace pe care am asociat-o mai mult cu catedralele, decât cu spitalele. Mama a încetat să mai plângă și toți trei ne-am îmbrățișat. Am simțit prezența tatălui meu în cameră și faptul că se eliberase de durerea îngrozitoare în care se afla de un an. L-am sigilat chakrele, am deschis ușa și l-am invitat pe tânărul preot să-și încheie ceremonialul.

### **AJUTORUL SPIRITUAL**

Vindecătorul trebuie să ofere asistență spirituală muribundului, într-o manieră cât mai discretă. Țineți minte că toată lumea din jurul vostru are nevoie de vindecare, și nu doar muribundul. Câteodată, familia va dori să vă asumați rolul de lider, pur și simplu pentru a evita să aibă de-a face cu moartea. Aveți grijă să nu fiți prinși în această situație neplăcută. Cea mai importantă sarcină a vindecătorului este de a menține Spațiul Sacru. În timpul procesului morții, fiecare sentiment este amplificat. Evenimentele dureroase din trecut, confuzia morții și suferința membrilor familiei din cameră nu fac decât să amplifice haosul. Atunci când mențineți o persoană dragă în Câmpul vostru Energetic de Lumină, creați o oază de pace. În acest calm, este posibil ca muribundul să-și revină, să-i recunoască pe cei dragi și să descopere vindecătorii întru Lumină, care îl așteaptă de partea cealaltă.

### **MOARTEA SIMBOLICĂ**

Șamanii învață călătoria de dincolo de moarte, prin intermediul Zborului Spiritului. Ei cred că este important să înveți calea către nemărginire acum, cât încă mai avem un trup la care să ne întoarcem. Ei efectuează ritualuri în care mor în mod simbolic și călătoresc în lumea de dincolo de moarte, unde primesc daruri vindecătoare, încărcate cu putere. Practicând Zborul Spiritului (în vest este numit experiență în afara corpului) și meditația, vraciul învață harta vieții de dincolo. De partea cealaltă a vieții, ei descoperă doar viață. Călătoria dincolo de moarte a devenit un simbol arhetipal al transformării și se găsește în fiecare cultură din lume. Această călătorie într-o realitate Divină este ilustrată de Hristos, care și-a petrecut trei zile printre morți, înainte de a reapărea pe Pământ.

Tradițiile orale are indigenilor abundă în povești care descriu provocările cărora le face față cel pornit în călătoria către Lumină.

Aceste teste conțin întâlniri cu figuri demonice, monștri cu mai multe capele, vârcolaci, fantome și năluci - pe scurt, toate personajele din-tr-un coșmar îngrozitor. Mitologia ne furnizează nu doar descrieri detaliate ale acestor întâlniri, dar și strategii folosite pentru a le rezolva. Dacă studiați poveștile cu atenție, veți descoperi că eroul obține succesul schimbându-și conștienta și nu prin bătălie. Atunci când Hercule s-a întâlnit cu Hidra, șarpele cu mai multe capete, a descoperit că, de fiecare dată când tăia un cap, răsăreau alte două. Un șaman din Amazon mi-a povestit despre întâlnirea sa cu o anaconda gigantică, în timpul unui Zbor al Spiritului. Oricât de repede fugea, șarpele continua să câștige teren. În cele din urmă, a ajuns în fața lui și și-a deschis gura ca o cavernă. Șamanul a văzut cerul gurii animalului și a fost convins că acesta îl va devora. În acest moment, tremurând de frică, a sărit în gâtul anacondei și a fost înghițit de marele animal. Corpul lui a fost strâns, până când toate oasele i s-au frânt. Apoi a descoperit că era capabil să vadă prin ochii șarpelui și să simtă textura pământului de sub burta animalului. Și-a încheiat călătoria sub forma uriașului șarpe, iar acum animalul îl ghidează, ori de câte ori pornește în Zborul Spiritului.

Fiecare religie are o lucrare ce descrie călătoria dincolo de moarte, însoțită de instrucțiuni despre felul în care poți obține eliberarea și detalii despre ce anume vei găsi, când vei ajunge acolo. Cele mai cunoscute sunt scrierile din Cartea Tibetană a Morților, care, asemenea omoloagei sale egiptene, este prețuită nu doar pentru descrierea detaliată a lumii Spiritului, ci și pentru că revelează secretul vieții. Hărțile sunt folositoare în moarte, dar ne ajută mai mult să

înțelegem misterul de a fi vii. Odată ce înțelegem continuitatea vieții prin eternitate, obținem eliberarea. Moartea încetează să ne bântuie și descoperim un Eu care sălășluiește în nemărginire.

## EPILOG

Machu Picchu a fost construit de Pachacutec, cel de-al nouălea rege incaș, care a condus un imperiu de dimensiunile Statelor Unite. Numele său înseamnă „înnoitorul lumii” și întruchipează esența profețiilor incașe, care anunță perioada de reînnoire de la sfârșitul timpului, sau *pachacuti*. Cuvântul *pacha* în limba incașilor înseamnă „Pământ” sau „timp”. *Cuti* semnifică „a întoarce cu susul în jos”. *Pacha-cuti*, prin urmare, se referă la un timp de mari răsturnări pe Pământ. Ultimul pachacuti a avut loc odată cu sosirea conchistadorilor spanioli, atunci când lumea indienilor a fost întoarsă cu susul în jos, iar ordinea a fost înlocuită de haos. Regii și șefii au fost uciși, vracii au fost transformați în sclavi, iar indienii au fost puși să lucreze din greu, pe plantații și în mine. *Următorul pachacuti*, conform șamanilor incași, a început deja, iar momentele de răsturnare și haos caracteristice acestei perioade vor dura până în anul 2012. În acest timp, lumea va fi din nou întoarsă pe dos. Paradigma prădării și jefuirii Pământului de către civilizația europeană se va sfârși, iar calea oamenilor Pământului va reveni. Conchistadorul va muri de propria-i sabie. Pământul își va recăpăta echilibrul.

Pentru incași, acest *pachacuti* înseamnă sfârșitul lumii, așa cum o cunoaștem. Chiar dacă profețiile menționează posibilitatea unei distrugerii totale, ele promet, de fapt, zorii unui mileniu de pace, care începe după această perioadă haotică. Un lucru foarte important pentru șamani este că profețiile vorbesc despre o ruptură a „materialului” din care e alcătuit timpul - o fereastră în viitor, prin care o nouă specie umană își va face apariția. Don Antonio obișnuia să spună că *Homo sapiens* a dispărut și că un nou om, *Homo luminus*, se naște chiar în acest moment, pe planeta noastră. Interesant este faptul că mentorul meu credea că evoluția are loc în cursul generațiilor - nu între generații, așa cum cred biologii. Aceasta înseamnă că noi suntem acel om nou. Noi suntem cei pe care i-am așteptat. Întrebarea nu mai este dacă putem face un salt înspre ceea ce devenim, ci dacă îndrăznim să-l facem. Don Manuel Quispe a ajuns la o perspectivă cu adevărat globală. El a înțeles că destinele oamenilor de pe Pământ sunt întretesute. El credea că profețiile incașilor - ca și ale indienilor Hopi ori ale maișilor - se aplicau la oamenii de toate culorile și la toate națiile. Ele aveau ca fundament *munay* - puterea absolută a iubirii.

De-a lungul anilor, Don Manuel m-a primit la cele mai private ceremonii ale sale. Îmi aduc aminte că l-am întâlnit pe cel mai bătrân vrac incaș - echivalentul lui Dalai Lama - în timpul unei ceremonii de lângă Cusco. Stăteam într-o ruină incașă, înconjurați de piscuri care se înălțau la peste un kilometru și jumătate deasupra noastră, deși ne aflam deja la o altitudine de trei mii trei sute de metri. Șamanul a ținut trei frunze de coca între degete și a început să se roage. Și-a suflat rugăciunile în frunze și a chemat spiritul munților și al Mamei Pământ. Aveam senzația că piscurile acoperite cu zăpadă erau prezente la ceremonia noastră. Brusc, nu se mai aflau în jur și deasupra mea, ci chiar lângă mine - sau poate că eu mă aflam lângă ele, în văile lor verzi. Vraciul credea că ceremoniile de vindecare și cunoașterea băștinașilor Indio aparțin întregii planete. Acest lucru mi-a fost clarificat în timpul unei expediții la muntele sfânt, Ausangate.

Ne aflam la Pachanta Pampa, pregătindu-ne pentru ultima porțiune de drum până la tabăra noastră, aflată la patru mii două sute de metri. În următoarele șase zile, aveam să trăiesc, să mănânc și să iau parte la ceremonii, alături de înțelepții incași. Muntele Ausangate se află la aproximativ șase mii șapte sute de metri deasupra nivelului mării și este cunoscut drept „muntele învăluit în furtună”. Coborârea noastră a avut loc în iulie, în mijlocul iernii din America de Sud. Potrivit legendei, norii care învăluie muntele continuu dispar, atunci când șamanii vin pentru ceremonie la *huaca*, un loc al puterii, aflat chiar în inima muntelui.

„Trebuie să acoperi ochii calului, înainte de a te urca pe el”, mi-a explicat indianul, într-un amestec de spaniolă și Quechua. „Se sperie ușor.” M-am uitat la calul meu, nișel mai mare decât un ponei și la bandana care îi acoperea ochii, apoi am murmurat în barbă: „Fir'ar să fie!” „E un tal bun”, a continuat indianul, observându-mi ezitarea. „Mic, dar bun. Caii mari își dau suflul, la această altitudine.” Am ridicat privirea și n-am văzut niciun petec de albastru pe cer. De fapt, arăta de parcă urma să ningă dintr-un moment într-altul. Nu părea ziua mea no rocoasă. M-am întors către bărbatul care îmi ținea calul și am spus: „Cred că voi merge pe jos. *Muchasgracias.*”

*Huaca* sunt locuri sfinte, dar periculoase, unde voalul dintre lumi se subțiază, unde percepțiile obișnuite despre timp și spațiu devin șterse. Există locuri unde *causay* - energia originară a Creației - se scurge în lumea noastră, unde șamanii pot influența evenimentele care au avut loc în trecut și unde pot citi destinul. Cele mai puternice *huaca* incașe se află pe Muntele Ausangate. În fiecare an, șaptezeci de mii de pelerini - mulți dintre ei vraci, atât femei, cât și bărbați - se întâlnesc pe acest munte, pentru cea mai mare sărbătoare indiană din continentele americane, Collor

R'iti, Sărbătoarea Stelei Zăpezii. Festivitatea se ține în zona „publică” a muntelui. Noi mergeam în inima muntelui, într-o locație de la picioarele ghețarului cunoscut doar de Don Manuel și de alți câțiva înțelepți. Mergeam să fim martori la citirea profețiilor incașe, despre vremurile ce vor veni.

La patru mii două sute d metri, fiecare pas este o meditație. După ce am mers trei ore pe jos, am regretat că nu am luat calul, fie el și legat la ochi. Binecuvântarea neașteptată a reprezentat-o faptul că am mers pe jos împreună cu peste cincizeci de șamani. Alături de mine se afla Don Emanuel. El mi-a explicat că incașii nu merg pe cai. „Sunt spanioli”, a spus. Ceilalți membri ai grupului o luaseră pe un drum mai lung, potrivit pentru cai. Noi am luat-o pe o cărare ce ne obliga să intrăm până la genunchi în râuri reci ca gheața. Cizmele mele cu membrană Gore-Tex erau ude și, pentru că scârțâiau la fiecare pas, femeile râdeau și arătau că sandalele lor, făcute din benzi de cauciuc, erau mult mai bune. Se uscau rapid la aer.

„Noi am trăit în munți de la începuturile timpului”, a explicat Manuel, „chiar de dinainte de fondarea orașului Cusco. După ce Nau-pa Runa, ființele de dinainte de lume, au fost izgonite de Copiii Soarelui, înaintașii noștri și-au făcut adăpost pe vârfurile munților. Întotdeauna am trăit cu *apus*, munții sacri.” În timpul cuceririi spaniole, un grup de șamani incași s-a întors în înălțimile munților, pentru a scăpa de Biserică și de conchistadori. Vreme de secole întregi s-a crezut că sunt o legendă, un mit din trecutul îndepărtat. Apoi, în urmă cu aproape cincizeci de ani, au coborât la sărbătoarea Collor R'iti și au fost recunoscuți de vraci, ca fiind ultimii Copii ai Soarelui. Legenda spune că, atunci când au apărut pentru prima dată, purtându-și ponchourile cu emblema regală a Soarelui, marea de oameni s-a împărțit în două pentru a le face loc, iar înțelepții i-au întâmpinat spunând: „Vă așteptăm de cinci sute de ani”.

Atunci când l-am întrebat pe Don Manuel de ce au coborât din munții lor înalți, mi-a spus că acest lucru fusese prevăzut în profeții. Vreme de cinci sute de ani au privit ce au făcut conchistadorii - cum au poluat râurile, au construit orașe, au determinat schimbarea vremii și alte semne. Mi-a explicat că lor li se încredințase o profeție care anunța sfârșitul timpului. „Oricine poate fi prezicător”, a explicat Don Manuel. „Noi a fost păstrătorii unor procese și ritualuri care explică cine devenim ca oameni, ca planetă. Aceste procese nu aparțin doar indienilor, ci întregii lumi. Sunt cunoscute drept *mosok karpay*, ritualurile vremurilor ce vor veni.”

I-am cerut lui Don Manuel să-mi explice în ce constau aceste procese. „Profețiile noastre sunt înscrise în piatră”, a spus el. „Noi nu avem un limbaj scris, așa cum aveți voi. Noi avem doar țesăturile și pietrele noastre. Dacă înțelegi Machu Pichu și pietrele din acel oraș străvechi, atunci înțelegi Cusco. Machu Picchu este o miniatură a lui Cusco. Dacă înțelegi Cusco, înțelegi întregul imperiu incaș.” În acel moment, a făcut o pauză și am profitat de prilej, pentru a mă sprijini de un bolovan, ca să-mi trag suflarea. Ne aflam la mai bine de un kilometru depărtare de Azulcocha, tabăra noastră de la Laguna Albastră, din inima muntelui. În jurul nostru se aflau *apachetas*, stive din pietre de rugăciune, construite de pelerinii care făcuseră aceeași călătorie ca și noi. Pietrele fuseseră așezate cu grijă unele peste altele, creând turnuri înalte de până la doi metri. Bolovanul de care mă sprijineam avea una dintre aceste *apachetas* deasupra, iar Don Manuel mi-a arătat că marcau intrarea într-un spațiu interior, inima muntelui. El s-a lăsat pe vine lângă mir? și și-a deschis *mesa*, colecția de pietre și obiecte încărcate cu putere, pe care fiecare șaman le poartă cu el. „Dacă înțelegi *mesa*”, a spus el, desfăcând cu grijă bocceluța și scoțând la iveală pietrele dinăuntru, „înțelegi Machu Picchu și profețiile”.

Șamanul își câștigă *mesa* în decursul propriei vindecări. Fiecare piatră reprezintă o rană care a fost transformată într-o sursă de înțelepciune și curaj. În acest proces, el își curăță înregistrările kar-mice din Câmpul Energetic de Lumină și reziduurile toxice care îi blochează chakrele. Eliberat din strânsoarea înregistrărilor trecutului, el poate fi informat de ceea ce va deveni. Din chakrele sale pornesc fire luminoase care deschid „textura” timpului și se ancorează în nemărginire. Prin aceste fire de lumină curg înțelepciunea și învățăturile despre trecut și viitor. Șamanul își amintește poveștile străvechi și pe cele care nu au fost spuse încă. Își poate construi un corp care îmbătrânește, se vindecă și moare în mod diferit. Poate deveni un incaș, un copil al soarelui, *Homo luminus*.

*Sfârșitul tiraniei exercitate de timp... Toate religiile din lume vorbesc despre asta. În iudaism, Mesia va veni la sfârșitul timpului. În creștinism, timpul s-a încheiat o dată cu venirea lui Hristos și se va închide din nou, la sfârșitul timpului, când,, viii și morții se vor ridica și vor fi judecați”. Este interesant cum toate presupun că timpul se scurge într-o singură direcție, că sfârșitul timpului este ceva care se va întâmpla atunci când vom rămâne fără minute și secunde.*

*Eu am descoperit că, pentru Antonio, Laura, Manuel și ai lor, apași afară din timp este un proces și nu ceva care se va întâmpla într-un viitor îndepărtat. Ingredientul său cheie îl reprezintă Procesul de Iluminare. În loc să țină deschis un Spațiu Sacru, vreme de câteva minute și să aducă energia cauzay pentru vindecare, ei intră în spațiu și se întorc la sursa pe care o numesc texemuyo. Prietenul meu, preotul iezuit, m-a tot bătut la cap să-l iau cu mine la această ceremonie, dar am refuzat. Aici, șamanul își regăsește acel Sine care nu a părăsit niciodată Grădina Edenului, care încă vorbește cu Dumnezeu, care nu moare. Sunt lucruri destul de greu de acceptat. Toată lumea așteaptă eternitatea, iar șamanii spun: „Ce zici de diseară?”*

*Problema cu timpul, așa cum îl cunoaștem noi, o reprezintă faptul că este legat de cauzalitate. Cauză și efect. Cine sunt eu astăzi este rezultatul a ceea ce s-a întâmplat ieri, sau în urmă cu zece ani. Printre blestemele care vin alături de cauzalitate se numără psihologii. Aceștia culeg buruieni care au fost semănate în timpul copilăriei noastre, rupând frunzele și tăind tulpinile, dar fără să smulgă vreodată rădăcinile. Ei continuă să recolteze patologii, uitând să planteze semințele posibilităților viitoare. Cauzalitatea te condamnă la banal și obișnuit.*

*Mă interesează această idee a relațiilor noncauzale. Antonio spune că el a fost cel care ne-a orchestrat întâlnirea. A susținut că ar fi fost imposibil să-l găsesc doar privind. În cinci sute de ani, conchistadorii și misionarii nu l-au găsit - după cum nu i-au găsit nici pe oamenii lui - așa că cine mă credeam eu, ca să reușesc acest lucru.”!*

*Seara aceasta este tocmai bună pentru a pași în afara timpului. Nemărginirea este răbdătoare și la fel și infinitul.*

**Jurnale**

## CUPRINS

Prolog.....	6
Partea I ÎNVĂȚĂTURILE ȘAMANILOR.....	10
Capitolul 1 Vindecarea și nemărginirea.....	11
Capitolul 2 Vindecătorii luminoși.....	18
Capitolul 3 Câmpul Energetic de Lumină.....	26
Partea a II-a LUMEA DE LUMINĂ.....	38
Capitolul 4 Chakre.....	39
Capitolul 5 Felul de a vedea al șamanilor.....	57
Capitolul 6 Spațiul sacru.....	70
Partea a III-a LUCRĂRILE ȘAMANILOR.....	78
Capitolul 7 Procesul de Iluminare.....	79
Capitolul 8 Procesul de extracție.....	89
Capitolul 9 Moarte, a fi pe moarte și dincolo de moarte.....	104
Epilog.....	116