

Cuprins

| | |
|--|-----|
| <i>Nota autorului</i> | 5 |
| <i>Prefață</i> | 7 |
| Capitolul 1. Nemuirea | 15 |
| Capitolul 2. George: Controlul mâniei | 29 |
| Capitolul 3. Victoria, Evelyn și Michelle: Sănătatea | 47 |
| Capitolul 4. Samantha și Max: Empatia | 73 |
| Capitolul 5. Hugh și Chitra: Compasiunea | 95 |
| Capitolul 6. Paul: Răbdarea și înțelegerea | 117 |
| Capitolul 7. Emily, Joyce, Roberta și Anne: Nonviolența | 133 |
| Capitolul 8. Bruce: Relațiile | 151 |
| Capitolul 9. Patrick: Siguranța | 165 |
| Capitolul 10. John: Liber arbitru și destin | 181 |
| Capitolul 11. Contemplarea și meditația | 199 |
| Capitolul 12. David: Spiritualitatea | 215 |
| Capitolul 13. Jennifer și Cristina: Iubirea | 233 |
| Capitolul 14. Gary: Viitorul | 253 |
| <i>Cuvinte de mulțumire</i> | 269 |
| <i>Despre autor</i> | 270 |

Prefață

De curând, am fost acolo unde până acum am călătorit doar în mod excepțional: în viitor.

Când Catherine a venit la mine ca pacientă, în urmă cu 24 de ani, și-a amintit cu o precizie uluitoare călătoriile în viețile sale anterioare, deși perioada scursă dintre ele era foarte mare, respectiv cea cuprinsă între mileniul II î.Hr. și mijlocul secolului XX, lucru ce mi-a schimbat viața pentru totdeauna. Mi-am zis: „Iată o femeie care își povestește experiențele și care face descrieri ale unor epoci de mult trecute, pe care nu ar fi putut să le cunoască în această viață, iar eu – psihiatru pregătit la Yale și Columbia și om de știință –, ca și alții, de altfel, putem să le validăm.“ Nimic din „știința“ mea nu putea să explice asta. Știam doar că pacienta îmi povestea ceea ce a văzut și a simțit efectiv.

Pe măsură ce tratamentul lui Catherine avansa, ea venea înapoi cu lecții primite de la Maeștri – ghizi imateriali sau spirite ce posedă o mare înțelepciune – care o înconjurau în timp ce ea era detașată de corp. Această înțelepciune m-a format și mi-a guvernat de atunci comportamentul. Catherine putea să meargă atât de mult în trecut, încât, ascultând-o, aveam o senzație de magie și mister.

Era vorba despre tărâmurii despre care nu știam că există. Eram entuziasmat, uimit și înfricoșat. Cine oare mă va crede? Oare credeam eu însumi? Eram nebun?

Mă simțeam ca un băiețel ce află un secret care, odată dezvăluit, ne va schimba pentru totdeauna modul în care privim viața. Totuși, simțeam că nimeni nu va asculta. Mi-au trebuit patru ani să-mi găsec curajul de a scrie în cartea *Multe vieți, mulți maeștri* despre călătoriile Catherinei și ale mele.

Mi-era teamă că voi fi exclus din comunitatea psihiatrilor, dar eram din ce în ce mai sigur că ceea ce scriam era adevărat.

În anii ce au urmat, certitudinea mi s-a întărit și mulți alții – pacienți și terapeuți – au confirmat adevărul celor descoperite de mine. Până în acest moment, am ajutat mai mult de 400 de pacienți, călăuzindu-i în viețile anterioare cu ajutorul hipnozei, astfel încât șocul faptului că reîncarnarea există și fascinația descoperirii s-au atenuat. Dar acum șocul a revenit și sunt reînsuflețit de implicații. Acum pot să-i duc pe pacienții mei în viitor și să-l văd odată cu ei.

De fapt, odată am încercat să o duc pe Catherine în viitor, dar ea nu a vorbit despre viitorul ei, ci despre al meu, văzând foarte clar momentul morții mele. A fost un lucru cel puțin tulburător!

– Când îți vei duce sarcinile la bun sfârșit, viața ta se va termina, mi-a spus ea, dar mai este mult timp până atunci. Mult timp.

Apoi a trecut la un alt nivel și nu am mai aflat nimic.

Câteva luni mai târziu, am întrebat-o dacă am putea merge din nou în viitor. Vorbeam direct atât cu Maeștrii, cât și cu subconștientul Catherinei, iar aceștia au răspuns în locul ei:

– Nu este permis.

Poate că viitorul ar fi speriat-o prea mult. Sau poate că momentul nu era potrivit. Eram tânăr și probabil că nu m-aș fi putut descurca la fel de bine ca acum cu pericolele speciale pe care le presupune progresia în viitor.

În primul rând, progresia în viitor este mult mai dificilă pentru un terapeut decât regresia, deoarece viitorul încă nu s-a întâmplat. Dacă pacientul trăiește o fantezie, și nu o stare de fapt? Cum o putem valida? Nu putem. Știm că, atunci când mergem în viețile trecute, evenimentele s-au desfășurat deja și, în multe cazuri, ele pot fi dovedite. Dar să presupunem că o femeie adultă vede că lumea va fi distrusă în următorii 20 de ani. „Nu am de gând să aduc un copil pe lume“, se gândește ea. „El va muri curând.“ Cine poate să spună că viziunea ei este reală? Că decizia ei e logică? Ar trebui ca ea să fie o persoană foarte matură ca să înțeleagă că ceea ce a văzut poate fi distorsiune, fantezie, metaforă, simbol, viitorul ca atare – sau poate o combinație a tuturor acestora.

Și dacă persoana își vede moartea peste doi ani, o moarte provocată, să spunem, de un șofer beat? Va intra în panică? Nu va mai conduce niciodată? Viziunea va provoca atacuri de anxietate? „Nu“, mi-am spus, „nu aceasta este calea“. Mă îngrijora posibilitatea de autosugestionare, dar și ce ar face persoanele labile psihic. Riscurile de a mă baza pe iluzii erau prea mari.

Totuși, în cei 24 de ani cât Catherine mi-a fost pacientă, și alții au mers, în mod spontan, în viitor – adesea către sfârșitul perioadei de terapie. Dacă aveam încredere în capacitatea de a înțelege că scenele la care asistă ar putea fi fantasmе, îi încurajam să continue. Le spuneam: „Este vorba despre evoluție și experiență și asta te ajută să iei decizii potrivite și înțelepte. Dar vom evita orice amintiri (da, amintiri din viitor!), viziuni sau scene legate