

# Cuprins

Cuvinte de apreciere pentru cartea *Arta vindecării* / 4

Introducere. ÎNTREBĂRILE FUNDAMENTALE / 5

1. REVELAȚIA MEDICULUI / 17

O abordare diferită / 24

2. SURSA, SEMNIFICAȚIA ȘI FORȚA SIMBOLURILOR / 27

Simbolurile sănătății / 37

Sfatul medicului / 41

3. PUTEREA VIZUALIZĂRII / 43

Sfatul medicului / 49

4. VISELE: ATELIERUL DE CREAȚIE AL CREIERULUI / 51

Sfatul medicului / 64

5. DESENELE: CÂND CONȘTIENTUL  
ȘI INCONȘTIENTUL AU PĂRERI DIFERITE / 81

Metodă și teorie / 92

Sfatul medicului / 100

6. INTERPRETAREA DESENELOR / 101

Culorile și ce ne dezvăluie ele / 102

- Anatomia: înțelepciunea interioară  
a structurilor și a bolilor / 104
- Viitorul, moartea și intuiția:  
cunoaștere conștientă sau inconștientă / 107
- Natura: oglinda stării noastre interioare / 112
- Imaginea de sine: cum reușește stima de sine  
să ne afecteze sănătatea? / 116
- Tratamentul: percepția ne influențează experiențele / 123
- Familia: prima care ne ajută / 132
- Sfatul medicului. Pentru părinți  
și alți membri ai familiei / 136

## 7. ANIMALELE, PERSOANELE CARE VORBESC CU SPIRITELE ȘI PERSOANELE INTUITIVE / 139

- Sfatul medicului / 142
- Tot ce oferi primești înapoi / 142
- Comunicarea cu spiritele / 148
- Energia vindecătoare conștientă / 156
- Vieții îi urmează viața / 158

## 8. RĂZÂND ÎN HOHOTE / 161

- Sfatul medicului / 168
- Râsul cel din urmă / 169
- Fii contagios / 173

## 9. PREFĂ-TE PÂNĂ IZBUTEȘTI / 177

- Reprogramarea deprinderilor din copilărie / 185
- Programele în 12 pași / 187
- Trăiește în prezent / 188
- Să ne onorăm pe noi înșine / 190
- Să ținem un jurnal / 192
- Să ascultăm cu încântare / 193

10. CUVINTELE POT UCIDE SAU VINDECA / 195

Afirmațiile / 203

Afirmațiile subliminale / 205

Învață din nou să dansezi / 205

Adoptă o atitudine diferită / 207

Sfatul medicului / 208

11. ALEGE VIAȚA / 209

Sfatul medicului / 219

12. TRECEREA DE LA FINALUL VIEȚII / 221

Sfatul medicului / 230

13. SPIRITUALITATEA: HRĂNEȘTE-ȚI SINELE NEVĂZUT / 231

Sfatul medicului / 239

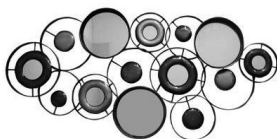
Epilog. ORICE SFÂRȘIT ESTE UN NOU ÎNCEPUT / 241

Dincolo de aparențe / 242

Amprenta viitorului / 244

*Mulțumiri / 249*

*Despre autori / 251*



# Introducere

## ÎNTREBĂRILE FUNDAMENTALE

„Dacă vrei ca mintea și trupul să-ți fie bine,  
începe prin a-ți vindeca sufletul; acesta-i primul pas.“

PLATON<sup>1</sup>

Ieri am fost să-mi înnoiesc permisul de conducere. Știam că voi sta la rând și că vor fi mulți oameni în aceeași situație ca și mine, nerăbdători să primească documentele mai repede, așa că nu prea mă trăgea inima într-acolo. Dar, la scurtă vreme după ce ajunsesem, o funcționară a strigat numărul de pe tichetul meu. Am privit cu surprindere în jur. Mulți dintre oamenii de acolo așteptau de mult mai multă vreme decât mine. Credeam că era rândul altcuiva. Dar funcționara a strigat iar numărul meu, așa că m-am îndreptat spre biroul ei.

Imediat ce m-a văzut, a zâmbit bucuroasă, recunoscându-mă. Și-a amintit că mama ei fusese operată de mine, cu mulți ani în urmă. Conversația a fost deosebit de plăcută și mi-a povestit cât de bine se simțea acum mama ei. La plecare continua să-mi mulțumească pentru faptul că îi ajutasem mama să se vindece. Nu se

---

<sup>1</sup> Citat în M.J. Knight, ed., *A Selection of Passages From Plato for English Readers*, New York, Macmillan, 1895, vol. 1, p. 2.

referea la operație sau la chimioterapie. Vorbea despre *viața* mamei sale. Nu era vorba despre trupul ei sau despre boală, ci despre lucrurile care au făcut ca viața ei să capete sens. Când am plecat de acolo mă simțeam foarte bine. Întâlnirea noastră nu fusese întâmplătoare. Fusese un dar. Nu există coincidențe.

Lucrurile pe care ți le voi împărtăși aici – faptele care m-au condus spre o nouă înțelegere a vieții – nu izvorăsc din credințele mele, ci din experiența personală și din munca mea cu pacienții și cu familiile lor. Mintea mea deschisă mi-a îngăduit să învăț mult mai multe de pe urma experiențelor trăite și să devin un vindecător mai bun decât aceia care au aceeași profesiune cu mine și care spun că nu pot accepta ceea ce nu este demonstrabil sau explicabil. Dacă nu ne dorim să acumulăm mai multă cunoaștere, nu vom învăța niciodată și astfel ne putem rata șansa de a ne trăi viața creativ. Așa că eu, unul, nu pierd niciodată prilejul de a-mi pune întrebările fundamentale. La ce mă refer când spun asta?

La întrebările pe care trebuie să ni le adresăm și care sunt: Cum facem ca invizibilul să devină vizibil? Ce parte a ființei noastre continuă să vadă atunci când ne părăsim trupul și trecem printr-o experiență din apropierea morții? Cum știm intuitiv ce planuri creează inconștientul nostru? Cum comunică persoanele înzestrate cu abilitatea clarviziunii și a clarcogniției cu oamenii și animalele care se află la mare depărtare sau care au murit? Cum reușește ansamblul de celule ce formează un organism să trimită semnale spre mintea conștientă despre nevoile și starea lor de sănătate? Și care este limbajul creației și al sufletului?

Partea invizibilă despre care vorbesc se regăsește la nivelul fizicului, mentalului, emoționalului și psihicului nostru. Cei mai mulți dintre noi devenim conștienți de armonia sau dizarmonia noastră interioară ca urmare a stărilor, sentimentelor și simptomelor pe care le avem. Apoi ne bazăm pe examinări medicale și teste de laborator pentru a ști ce se întâmplă în interiorul trupului. Dar să ne imaginăm pentru o clipă că am putea ști totul *înainte*

ca o afecțiune fizică sau o criză emoțională să ne atragă atenția. Cât de sănătoși am fi atunci și cât de vibrantă ne-ar deveni viața! Din pricina limitelor pregătirii medicale, rareori avem oportunitatea de a afla care sunt adevăratele cauze ale bolilor. Și totuși, este posibil să prevenim bolile și căderile nervoase.

Dacă pătrundem în inconștientul nostru, putem fi îndrumați spre o cunoaștere mai amplă. Practicile și tehnicile prin intermediul cărora reflectăm asupra interiorului nostru ne permit să comunicăm și să învățăm de la această inteligență superioară, indiferent dacă alegem să facem asta desenând, visând, meditănd, făcând exerciții de respirație sau apelând la orice alte metode care ne conduc spre tărâmul vindecător al înțelepciunii interioare.

Nu numai că este posibilă comunicarea cu această inteligență superioară, ci ea are loc tot timpul, fie că ne dăm seama sau nu, fie că ne place sau nu. Aceeași inteligență care permite celulelor să comunice în interiorul trupului omenesc se regăsește în toate formele de viață. Ea se caracterizează prin fluiditate și este pusă în mișcare atât prin intenție, cât și prin lipsa acesteia, traversând granițele materiei, ale timpului și spațiului. Această inteligență ne ajută deseori în modalități ce ne par simple coincidențe. Întâmplări de neexplicat, vindecări și mesaje salvatoare sau reconfortante ce apar exact în clipa în care avem nevoie de ele, așa cum mi s-a întâmplat mie ieri, când așteptarea de la biroul de înnoire a permiselor a fost scurtată și am primit în dar recunoștința acelei femei.

Pentru a recepta această comunicare, pe care o percepi fie prin simboluri, fie prin cuvinte, trebuie să-ți liniștești mintea, astfel încât ea să fie ca suprafața unui lac pe deasupra căruia nu adie nicio boare și pe care nu există niciun val care să-i tulbure oglinda. Astăzi am trecut printr-o experiență care este un bun exemplu. Soția mea, Bobbie, are scleroză multiplă de câteva decenii și eu sunt acela care o îngrijește. În unele zile am atât de multe alte lucruri de făcut, încât totul pare copleșitor. Uneori este foarte greu să continui să-mi păstrez credința și să urmez calea compasiunii. Mi-am