

*Nu este nimeni pe lumea asta
care să nu îl caute pe Dumnezeu*

– Hafiz¹

Îmi doresc să citești această carte ca pe niște scrisori primite de la iubitul plecat în călătorie. Fiecare secțiune a cărții descrie cum visele ne ghidează pașii prin marea călătorie spirituală a vieții – spre a ne înțelege pe noi înșine și călătoria iubirii. Cu toții suntem în această călătorie, chiar dacă știm sau nu. Nu este o opțiune; este o realitate profundă și de necontestat. Scrisorile de dragoste din această carte sunt menite să te ajute să treci prin acest pelerinaj al vieții cu mai multă claritate, înțelegere și grație.

Cei ca noi, care iau în serios această călătorie, își dedică timpul și energia pentru a o dezvolta și înțelege. Medităm, învățăm cum maestrii și misticii au parcurs drumul și ne străduim să fim conștienți de propria noastră cale spirituală.

Alții sunt mai obișnuiți cu această parte a vieții, frecvențând ocazional biserica sau urmând tradițiile religioase ale părinților. Și, din nefericire, foarte mulți dintre noi au ales să trăiască negându-și partea spirituală a vieții.

Totuși, nu contează ceea ce gândim sau facem. S-ar putea să fi abandonat sinele spiritual cu totul. Filosofia și religia ne-au învățat că s-ar putea să nu fi intrat niciodată în conștiința noastră de veghe. Asta nu schimbă nimic. Sinele nostru spiritual nu ne abandonează. Încă visăm. Somnul ne regenerează și visele tot ne ghidează, fără să vrem, pe drumul nostru.



Îndrumătorii visului

Cu cât ești mai conștient, cu atât vei deveni mai capabil să ai visele pe care merită să le ai.

– Sri Aurobindo¹

Cu cât spun mai mult povestea propriei mele scufundări în niveluri mai adânci de conștiință, cu atât mai mult întâlnesc oameni care au avut experiențe uimitor de similare. Faptul că citești această carte înseamnă că ești un visător și reflectă ideea că ești conștient de natura spirituală a călătoriei vieții tale. Într-adevăr, am putea merge atât de departe încât să spunem că știi că ești într-o călătorie mistică. Fiecare călătorie mistică autentică rezonază cu altă călătorie mistică. Îmi împărtășesc povestea în speranța că te va încuraja să o spui pe a ta.

Așadar, voi începe prin a-mi spune povestea de la mijloc. Probabil, primele părți ale acesteia sunt asemănătoare cu ale tale: am simțit chemarea de a-mi examina sinele spiritual și am pornit pe o cale. Nu am avut inspirația sau motivația de a merge în țări exotice în căutarea unui guru. În schimb, am citit cărți, am participat la seminare și am găsit câțiva profesori. De aici începe povestea.

Pe la mijlocul anilor '80 îmi trăiam visul american. Aveam o carieră foarte bună în televiziune, un soț minunat, o casă într-un cartier extraordinar, o fiică de 3 ani perfectă (cel puțin în ochii mei), un Saab decapotabil roșu cu patru



Povestea creației visătorului

Întregul univers își are originea în visul lui Vishnu.

– Zicere tradițională budistă¹

Nu am știut niciodată cum să denumesc acea perioadă a vieții mele. „Boală” părea un termen nepotrivit și inexact. Am luat în considerare alte posibilități, precum: perioada în care am visat conștient, marea mea trezire, anihilarea fostului meu ego. Toate aceste denumiri erau insuficiente și grandioase. Puteam să spun că a fost anul celor 2000 de vise – A2V. În orice fel i-aș fi spus, această perioadă a spulberat profund credințele mele anterioare și a șters modul în care mi-am trăit viața.

Când am început să vorbesc despre această experiență, eram disperată să găsesc pe cineva care să-mi spună ce însemnau toate acestea. Am căutat profesori care să-mi asculte visele și să-mi explice scopul. Retrospectiv, îmi amintesc că am fost panicată deoarece, în cele din urmă, nu a existat niciun sens și niciun scop mai mare. Și dacă eram bolnavă și deliram?

*Rațiunea nu poate înțelege niciodată dragostea lubirii,
nu poate dansa niciodată în nebunia incandescentă
a viziunii, nu poate deveni niciodată lucidă prin beția extazului.
Cu toate acestea, rațiunea nu poate renunța niciodată complet
la dorința de a înțelege...*

– Rumi²

Cuprins

PARTEA I

O POVESTE DE IUBIRE	7
Ce este sufletul?	9
Ce îmi spune această carte despre vise și suflet?	11
Visarea și luna	12
Calea mistică	13
1. Îndrumătorii visului	15
Femeia stea	19
Bunica ceașcă de ceai	21
Omul din exterior	22
Bunicul Jack	24
Sirena	25
Femeia din peștera de cristal	26
David	29
2. Povestea creației visătorului	32
Povestea creației visătorului	34
Femeia stea – visând vidul	34
Bunica ceașcă de ceai – visând noi începuturi	36
Omul din exterior – visând ordinea cosmică	38
Bunicul Jack – visând lumina	39
Sirena – sursa visului vieții	42
Femeia din peștera de cristal – visarea lumii în ființă	44
E timpul pentru un vis nou	47
3. Redefinirea visului	49
Redefinirea unui vis	50
Nu o lua personal!	52

Povestea visului	53
Practică și visare spirituală	55
Etapele și nivelurile visului	57
Prima etapă a visului: visul personal	58
A doua etapă a visului: visul colectiv	59
A treia etapă a visului: visul transformator	60
A patra etapă a visului: visul filantropic	62
Imperativul visătorului	63

PARTEA A II-A

VISAREA PERSONALĂ 65

Prima etapă	66
Căderea	68
Plasa de siguranță	69

4. Vise pământești 70

De ce nu-mi aduc aminte visele?	70
Visând ieri și mâine	73
Visând în stres și oboseală	76
Rezolvarea problemelor în vis	79
Verificarea și validarea visului	81
Atenție! Cererea unui vis nu funcționează	82
Nu deveni prea mareș pentru un vis banal	84

5. Visele psihologice 86

Visarea psihologică – visarea purificatoare	88
Ruptura	91
Avertisment: nu vă opriți aici!	93
Emoție și visare – o crăpătură în lut	96
Visele judecătorești – lecția compasiunii	98
Visând în spatele vălurilor dense	101
Vise din viața trecută?	103
Această muncă este reală	107

6. Visele lucide	108
Ai grijă! Nu încerca să controlezi totul!	109
Practicarea stării de luciditate	111
Practică schimbarea tiparului	112
Nu am avut niciodată un vis care să nu fie și coșmar	115
Fiind urmărit de lumină	117
Visătorul milos	119
Practică rugăciunea	120
PARTEA A III-A	
VISAREA COLECTIVĂ	123
A doua etapă	124
Căderea	127
Plasa de siguranță	127
7. Visele telepatic	129
Pericol! Puterea dezlănțuită a visătorului!	130
Pericol! Domnul repară tot este la lucru!	133
Și dacă informațiile sunt vești proaste?	134
Visarea reciprocă a realităților	139
Visându-ne reciproc visele	141
Visând existența	144
8. Visele clarvăzătoare	145
Ah, da! Există pericol și la acest nivel	146
Este ciudat	147
Legile mamei	149
Făcând noi prieteni	150
Ținând legătura cu prietenii vechi	151
Pregătirea tragediei	153
Singura rugăciune	154
9. Visele profetice	156
Ce este un profet?	157
Ce este un profet fals?	159

Trebuia să fie așa cum a interpretat	160
Noua vecină	162
O profeție pentru tine	165
Mă omori!	167
Responsabilitatea profetului	169
PARTEA A IV-A	
VISUL TRANSFORMATOR	173
A treia etapă	174
Văzând visul	176
Căderea	177
Plasa de siguranță	179
Nu te opri acum!	180
10. Vise vindecătoare	181
Evoluție în vindecare	182
Vindecarea prin muzică	186
Vindecarea prin natură	189
Vindecarea prin lumină	191
Vindecarea altuia	194
Ce să fac cu o vindecare?	196
Da, aici este pericolul!	197
Ești un vechi rătăcitor	198
11. Vise care te învață	199
Gospodina și curcanul	200
Visele didactice au ecouri și din alte niveluri de visare	202
Eu sunt scriitorul din vis	204
Orașul universului visului	207
Cine sunt îndrumătorii din vis?	210
Poți eșua la școala de vis?	214
Scriind în școala visului	215
12. Vise oraculare	216
Mâncând trandafirul	218
Existență și vibrație	221

Ascultarea oracolului pentru alții	222
Oracolul vizual	224
Oracolul muzical	225
Semnalele de pericol	226
Trecerea testului de umilință	227
Un dar al nopții	228
PARTEA A V-A	
VISAREA FILANTROPICĂ	231
A patra etapă	232
Căderea	234
Plasa de siguranță	235
13. Visele ceremoniale	236
Pașii unei ceremonii	238
Femeile în rochii acvatice curgătoare:	
declararea intenției	239
Magnificul mistreț sălbatic:	
organizarea gândirii – invocația	242
Farmacistul: adunarea uneltelor	244
O grămadă de flori sălbatice:	
setarea spațiului / alcătuirea altarului	246
Vasul prinde viață: acționând	248
Pericolul	249
Labirintul: comunitatea vindecă	251
14. Visele șamanice	255
Visele incubate	256
Părințenia șamanică	257
Schimbarea formei	260
Pregătirea drumului	262
Șamanul modern	265
15. Visele fenomenale	270
Amprenta fenomenală	272
Urmele bicicletei fenomenale	273

O porțiță	275
Mentorul meu	279
Vizita	282
Ce a fost asta?	283
16. Visele sufletului	284
Visele cu David	285
Voi ridica ochii	286
Schițând fața lui Hristos	289
Dumnezeu este la ușă	291
Visul lui Richard	293
Eliberare	295
PARTEA A VI-A	
LECȚII DE ACTORIE	297
la lecții spirituale de actorie	298
Dacă nu poți acționa, acționează ca și cum ai putea	300
17. Trăind visul	302
Visul pământului	303
Libertatea de a trăi visul	304
Libertatea de a explora haosul	304
Libertatea de a fi uimit	305
Libertatea de a dansa	307
Libertatea de a vedea clar	308
Libertatea de a ține minte	310
Libertatea de a te retrage	311
Libertatea de a fi iubit	312
Epilog	315
Note	320
Recomandări și referințe	326