

Dr. sc. Doris Eliana Cohen

ZAŠTO PONAVLJAMO POGREŠKE

iz prošlih života, u ovome i (možda) budućem

S engleskoga prevela

Tanja Tomić, dipl. psih.



Škorpion

Sadržaj

<i>Uvodna riječ</i> – Dr. med. Christiane Northrup	9
Predgovor	13
PRVI DIO: PONAVLJANJE	17
Uvod	18
Prvo poglavlje: Prošli životi	35
Drugo poglavlje: Inkarnacija i rođenje	55
Treće poglavlje: Sedam koraka ponovnog rođenja	76
DRUGI DIO: ŽIVOTNE TEME	93
Četvrto poglavlje: Teme u odnosima	95
Peto poglavlje: Zdravstvene teme	119
Šesto poglavlje: Teme vezane uz rad i posao	132
Sedmo poglavlje: Seksualne teme	149
TREĆI DIO: VLASTITA PRIČA	179
Osmo poglavlje: Pisanje vlastite priče	181
Deveto poglavlje: Prepravljavanje vlastite priče	203
Deseto poglavlje: Ponovno povezivanje s radošću	208
Pogovor	221
Zahvale	225
Bilješka o autorici	226

Prvo poglavlje

Prošli životi

Odrasla sam na Srednjem zapadu sa židovskim roditeljima, koji su me naučili da jednom kad umremo odlazimo u raj ili u pakao. Zato sam uvijek pokušavala biti pristojna i dobra kako bih osigurala mjesto u raju. Međutim, u djetinjstvu me vrlo ozbiljno brinula smrt, jer pomisao da ću završiti u paklu za sva vremena bila je potpuno zastrašujuća. Pitala bih se: "Što ako mi na Sudnji dan, bez obzira koliko se trudila, promakne mjesto u raju zbog jedne sitnice? Znači li to da ću cijelu vječnost provesti u paklu?" Kada sam malo porasla, pomislila sam kako nema smisla da bi Bog, koji je pun ljubavi i suosjećanja, mogao biti toliko okrutan da vječno protjera moju dušu u pakao samo zato jer je jedna mala stvar presudila u korist pakla!

Reinkarnacija

1970-ih započela sam proučavati knjige o smrti i umiranju, dok se napokon nisam susrela s knjigom o životu Edgara Caycea, američkog vidovnjaka kojeg sam spomenula u uvodnom dijelu ove knjige, a kojeg su zvali "spavajući prorok". Cayce bi legao na krevet i ušao u stanje transa, pružajući izuzetne uvide o zdravlju svojih klijenata, dajući im preporuke kako postići ravnotežu u ovom životu i iscijeliti emocionalne povrede koje su stvorile traume iz drugih života. Govorio je o prošlim životima i reinkarnaciji. Iako je reinkarnacija prkosila njegovim kršćanskim vjerovanjima, zbog informacija koje su se neprestano

pojavljivale u stanjima transa tijekom seansi, Cayce je napokon i sam počeo vjerovati u postojanje reinkarnacije. Nastavio je vjerovati u pojam Kristove svjesnosti: o ljubavi i svjetlosti koja nadilazi sve religije, rase i kulturne razlike.

Od tada, intenzivno sam počela proučavati koncept prošlih života i reinkarnacije. Zbog mojeg židovskog porijekla, utješilo me kada sam otkrila da mistični judaizam – kabala – ne samo da priznaje koncept, već ga i prepoznaje kao *gilgul nešamot*, reinkarnaciju duša. Konačno sam tada počela otpuštati svoje strahove o vječnom izgnanstvu u pakao. Mnogo nježnija i blaža je zamisao da svaka duša dolazi u ovaj život inkarnirajući se kao muškarac ili žena, Afrikanac, Azijat, Indijanac, bijelac, Latinoamerikanac ili Eskim, sve ovisno o poslu koji je duša odlučila obaviti tijekom svog boravka na Zemlji. Druge religije, poput hinduizma, također priznaju reinkarnaciju koja se zbiva u svrhu učenja i iscjeljenja.

Ako zamislite vašu dušu kako bira pohađati školu koja je specijalizirana za određenu disciplinu na kojoj vi trebate poraditi, tada mnoge stvari postaju jasnije. Primjerice, kada biste željeli studirati fiziku, zasigurno se ne biste upisali u poznatu umjetničku školu. Izabrali biste najbolje okruženje za takvo učenje, poput uvaženih sveučilišta MIT¹ ili Stanforda. Na isti način, ako duša želi naučiti lekciju o povjerenju, roditelji će se u obitelj gdje se ponovno odigravaju teme izdaje i gubitka.

Ovisno o tomu koliko dobro smo naučili lekcije, te jesmo li prošli ispite, naša duša može odlučiti vratiti se na Zemlju i upisati napredni kolegij. Ili može odlučiti uzeti potpuno novi kolegij, a vratiti se kasnije kako bi ponovno upisala kolegij iz kojeg je pala na ispitu. Koristeći metaforu školovanja i studiranja po semestru, jedan po jedan kolegij, koncept prošlih života jest ne samo razumljiv, već i iznimno koristan za razumijevanje života u sadašnjosti. Vrijednost uvida u prošle živote potrebna je jedino zbog razjašnjavanja sadašnjeg života, te iscjeljivanja i otpuštanja prošlosti koja nas može kočiti u sadašnjosti.

U suštini, povratak u prošle živote služi kako bismo mogli sagledati porijeklo naših ponavljanja. Većina duhovnih disciplina govori, da je Bog stvorio svaku dušu kao zasebnu iskru svjetlosti. Podario nam je slobodan izbor da djelujemo, reagiramo, stvaramo i sustvaramo s

¹ MIT = Massachusetts Institute of Technology – prim. prev

Božanskim. Ako posrnemo i padnemo, uvijek se možemo vratiti i pokušati ponovno, te (nadam se) uspjeti u učenju naših lekcija. U kabali, to se naziva *tikun*², što znači “ispravak”.

Sve duše se, jednog dana, namjeravaju vratiti kući, Bogu. Budući da posjedujemo dar, kao i odgovornost, slobodnog izbora, kad postoji između života, mi odlučujemo koju školu ćemo pohađati – odnosno, koju životnu situaciju želimo iskusiti u idućoj inkarnaciji kako bismo naučili lekcije kojima trebamo ovladati. Ta se procjena donosi uz savjetovanje s našim anđelima i duhovnim vodičima.

Vjerujem da nas dobrohotni i suosjećajni Bog ne osuđuje, već uvijek voli bezuvjetno. Znam da su moji prošli, sadašnji i budući životi izraz mojih izbora i mojih želja. Odbacujući strah od “vječnog prokletstva zbog jedne male stvari”, mogla sam početi slobodnije i potpunije živjeti jer sam prihvatila neizbježnost smrti, i više je se nisam bojala.

Moja priča

Odlučila sam se upoznati s procesom uvida u prošle živote putem otkrivanja vlastitih značajnih života. Taj pothvat započeo je prije gotovo trideset godina. Tijekom godine i pol dana pohađala sam tri seanse psihoterapije/hipnoze, od kojih je svaka trajala dva do tri sata. Ovakav intenzivni rad doveo je do toga, da sam u velikoj mjeri razvila razumijevanje o prirodi odnosa s ljudima u svome životu, uključujući onu sa svojom braćom i sestrama, te čak i onu s bivšim mužem.

Sljedeće mi je sjećanje iskrsnulo tijekom prve seanse odlaska u moje prošle živote.

Držim jedra svom snagom. Nalazimo se negdje u Indijskom oceanu, godina 900-ih prije Krista. Bjesni iznenadna oluja, i more postaje olujno bez ikakvog prethodnog upozorenja. Hlače su mi slijepnjene uz kožu, dok se iznad mene lome valovi i kiša pljušti po meni.

Ne uspijevajući sama usmjeriti čamac na sigurno, molim princezu, moju gospodaricu, da mi pomogne s jedrima. Ona čvrsto odbija, dovikujući: “Koliko neposlušna možeš biti?! Ti si moja sluškinja! Ne traži me da sudjelujem u nečemu tako ponižavajućem!”

² Tikun (hebrejski) – popravljavanje svijeta i sebe samoga, kako bi se duša i čitav svijet uzdigli na višu duhovnu razinu – obj. gđa. Dolores Bettini

Oluja sve više bjesni, i dok me nosi na drugu stranu broda psujem princezu i njezinu oholost. Snažni naleti valova smjesta me progutaju, i ja se utopim.

Otkrila sam da je osoba koja je sa mnom sjedila u čamcu jedna od mojih sestara u sadašnjem životu. Odrasla sam s dvije starije sestre, koje su me često tražile da im donesem čašu vode ili neku stvar iz druge sobe. Zanimljivo je da sam se uvijek opirala pomoći sestri čija duša je pripadala princezi u životu u kojem sam bila njezina sluškinja. Neizbježno bih joj odgovorila, potpuno spontano i bez ikakvog svjesno znanja: "Nisam tvoja sluškinja! Idi i uzmi sama čašu vode!" Također, ona je sestra s kojom sam imala najčešće ponavljanje obrasca sukoba i neslaganja, koji je bio prožet trajnim sestrijskim suparništvom. To, međutim, nije bio slučaj s mojom drugom sestrom.

Nakon što je regresija završila, i nakon što sam intenzivno proplakala iskustvo takvog stravičnog umiranja, prisjetila sam se da me je sestra, koja je bila toliko okrutna prema meni u prošlom životu, umalo utopila u sadašnjem životu u Sredozemnom moru u Tel Avivu, kad sam ja imala 15, a ona 19 godina. Ona nije znala plivati, otišla je u ocean, zahvatili su je valovi, te je počela mahati rukama i vikati u pomoć. Niti ja nisam znala plivati, no osjetila sam se ponukanom da krenem za njom i izvučem ju. Val je zahvatio i mene. Srećom, izbavio nas je obalni spasitelj koji nas je izvukao na plažu i pružio nam oživljavanje usta na usta, a time spasio naše živote.

Suština ovog ponavljanja postaje jasna: nesvjesno, moja sestra i ja ponavljamo situacije iz naših sadašnjih i značajnih prošlih života jer pokušavamo iscijeliti prošle traume. Ovaj put, kad smo ponovno stvorile scenu mogućeg utapanja, ona je bila ta koja je u opasnosti, a ja sam bila u položaju mogućeg spasitelja. U ovoj prilici sam radije nego da ponovno uspostavim dinamiku dviju suparnica koje su toliko ogorčene jedna na drugu da će dopustiti da se jedna od njih utopi – odlučila pomoći svojoj suparnici kako bismo prestale ponavljati pogubno rivalstvo iz života u život.

Prešla sam iz stanja onog koji reagira, u stanje gdje sam ja inicijator, odnosno umjesto da je proklinjem što me izložila smrtnoj opasnosti i što nije riskirala svoj život da me spasi, riskirala sam svoj vlastiti život kako bih je spasila. Izbor koji sam donijela doveo nas je bliže stanju

ravnoteže, time umanjujući silovito njihanje klatna. Iako će se naše suparništvo nastaviti odigravati u ovom životu i onim budućima, bit će to u mnogo blažem obliku od onog koji se odvijao u prošlosti.

Odnos s mojom sestrom bitno se popravio. Jednom kada sam postala svjesna zašto joj zamjeram, mogla sam otpustiti taj osjećaj. Napokon sam mogla osjetiti iskrenu ljubav i oprost u svom srcu za ono što se dogodilo u prošlosti i to primijeniti na sadašnjost. Od tada, moja sestra i ja bile smo u stanju uživati u povjerenju i bliskosti. Naravno, još se nismo u potpunosti slagale, no kvaliteta i priroda našeg odnosa se promijenila toliko da smo mogle otvoriti srce jedna drugoj.

Uspjela sam prevladati sve osjećaje boli i zamjermanja, jer sam shvatile da smo na nesvjesnoj razini obje radile na istom cilju: oslobođenju od patnje. Mi doista nismo željele povrijediti jedna drugu – mi smo željele pomoći jedna drugoj *zacijeliti!* Do dana današnjeg, iako se moja sestra i ja često svađamo i međusobno natječemo, gledam na to u pravom svjetlu, i svjesno izabirem raditi na daljnjem iscjeljivanju tog suparništva.

Iscjeljujuća moć ove regresije u prošli život utjecala je na mene u tolikoj mjeri, da sam počela koristiti tu tehniku u psihoterapiji s mojim klijentima. Iskustvo koje sam imala s Georgeom, prvim mojim klijentom koji je bio voljan sudjelovati u hipnozi, i koji mi je dopustio da ga uputim u značajne prošle živote, postalo je temeljem mog uvjerenja da vraćanja u prošle živote mogu biti izvanredna i što je bitnije, izrazito korisna za razumijevanje i bavljenje s problemima u sadašnjem životu.

Mnogo godina koristila sam se s velikim brojem tehnika koje sam, kao psiholog i psihoterapeut, naučila unutar tradicionalne, znanstveno bihevioralne i kliničke izobrazbe. Nastavkom izobrazbe nakon doktorata, otkrila sam da je regresija u prošle živote moćan izvor razjašnjavanja i iscjeljivanja. Naposljetku, iscjeljenje ovisi o tome hoće li pojedinci izabrati primijenu uvida dobivenih seansama na svoje sadašnje živote. Regresija u ranije događaje sadašnjeg života pokazala se vrlo djelotvornom, dramatičnom, i iscjeljujućom i za moje klijente. Traumatski događaji koji se dožive u ranom djetinjstvu često su zakopani u nesvjesnom. Regresijska hipnoterapija izvlači te traume na površinu, kako bi se ih moglo početi iscjeljivati.

Znatan oporavak i prijemljivost mog klijenta Georgea uvjerio me o vrijednosti, djelotvornosti i iscjeljenju koji su povezani s proučavanjem značajnih prošlih života.

Georgeova priča

George mi je došao zbog nesavladivih problema sa dvije bivše supruge, koji su doveli do dva razvoda. Četrdestogodišnji George bio je prizemljen, jednostavan i nemaštovit – s osobinama nekoga kome izrazito djeluje lijeva polutka mozga, logičan čovjek koji je radio kao računovođa. Iako sam otkrila da je terapija regresije u prošle živote vrlo korisno djelovala na mene, nisam smatrala da bi za njega ovakav tip terapije dobro djelovao. Smatrala sam da će njegov racionalni um spriječiti da sjećanja duše isplivaju na površinu – no, dokazalo se suprotno.

George mi je rekao da kod spolnih odnosa sa svojim bivšim suprugama, nije mogao održati erekciju. Bez obzira kakve je položaje, dodatne stimulacije ili pripreme pokušao, ishod je uvijek bio isti. Nakon iskušavanja raznovrsnih bihevioralnih tehnika koje sam mu predložila (imala sam izobrazbu i u seksualnoj terapiji), George se počeo opuštati i umanjivati neke od svojih strahova i tjeskoba. (Ovo se događalo godinama prije pojave viagre.) Nakon nekoliko mjeseci, došlo je do malog poboljšanja i on je prestao dolaziti na terapiju. Međutim, tri mjeseca poslije, George se vratio. Imao je novu djevojku, no još uvijek nije mogao dovršiti spolni odnos i ejakulirati. Priznao mi je: “Osjećam se bolje, no pravi problem nije riješen.”

Tada sam mu predložila mogućnost istraživanja njegovih prošlih života, koji bi mu potencijalno mogli pružiti bolju perspektivu situacije. To bi nas moglo konačno dovesti do ishodišta njegovog problema, i pomoći mu da riješi svoje seksualne i emocionalne poteškoće.

Bile su potrebne tri seanse kako bismo došli do Georgeovih značajnih prošlih života. U prvoj seansi, regresirao je u život u Francuskoj 16-og stoljeća kad je bio kockar i ženskar, koji je iskorištavao sve oko sebe. Zanimljivo je da je on u sadašnjem životu bio čovjek razmjerno skromnih mogućnosti, koji je radio s velikim svotama novaca, koji međutim

nije bio njegov. Kajao se zbog toga što je u tom prvom životu uvelike iskorištavao i zloupotrebjavao, i žene i novac.

U drugom životu do kojeg je George došao, bio je izrazito bogat, no završio je kao siromah, izgubivši sav novac i prijatelje. To je iznjedrilo problem povjerenja: kako može vjerovati ljudima, otvoriti im se i davati novac, kada su ga svi njegovi prijatelji izdali?

Ukazala sam mu na suprotnost između dva života, kao i lekcije koje je naučio. Išao je iz jedne krajnosti u drugu, od ženskara i osobe koja iskorištava do osobe koju su iskorištavali i zloupotrebjavali. Bio je to odličan primjer univerzalnog zakona klatna. George je počeo uviđati zapanjujuće izbore koje donosimo u biranju naših života kako bismo prevladali naša bolna iskustva. (Naravno, to radimo s namjerom i nadom u iscjeljenje i oporavak.) Duboki problemi s kojima je bilo potrebno baviti se bili su povjerenje, intimnost i odnosi sa ženama. Bili su to složeni dijelovi koji su zajedno pridonosili ukupnoj slici.

U Georgeovom slučaju, on je rješavao svoje probleme s novcem tako da je imao pristup velikim iznosima novca koji nisu pripadali njemu. Hoće li se moći nositi s izazovom rada s velikim novcem, a da ga ne krade ili zloupotrijebi? U slučaju kad bi u tome uspio, mogao bi napokon razriješiti taj karmički problem. Međutim, njegovi problemi sa ženama i njihovom napuštanjem još uvijek su se odigravali i u ovom životu, te sam sumnjala da je seksualna disfunkcija povezana s njima.

Dvije seanse koje smo imali bile su vrlo korisne, no ono što smo otkrili o tim prošlim životima još uvijek nas nije dovelo do suštine problema: zašto je George imao seksualnih problema s partnericama? Tijekom treće seanse, George je zagrebao malo dublje, i tada – odjednom – došli smo do odgovora. (Svijest dolazi kada smo spremni suočiti se i doživjeti je, tako da je George trebao dobiti uvid u druge prošle živote prije no što uspije podnijeti bol susreta s onim traumatičnim životom kojeg se trebao prisjetiti.)

U prljavoj, izoliranoj kolibi u šumi, tijekom 19-og stoljeća u Koloradu, George sjedi pogrbljen na rubu kreveta. Glava mu se njiše oslovnjena na lijevu ruku, dok bocu ruma pridržava prstima svoje desne ruke. Očajan je, sam i prožet kriunjom. Pothranjen i pijan, George se ruši na pod, gdje umire....

Jedne večeri, šest godina ranije, George se dotjerao za mjesečni seoski ples, koji se održavao niže u dolini. Živio je sam u kolibi koju je izgradio na vrhu planine, u šumi. Pogled je bio veličanstven, a zemlja bogata i plodna, no ipak je žudio za društvom žene. Čim je George stigao na ples, ugledao je najljepšu i najnježniju djevojku koju je ikad vidio. Imala je kourčavu crnu kosu i nosila žutu haljinu s malenim utkanim narančastim pupoljcima. George i mlada žena plesali su cijelu noć i ludo se zaljubili. Njegovi osjećaji prema njoj bili su snažni, a njegovo srce u potpunosti otvoreno. Uskoro su se ujenčali, i on ju je odveo u svoju kolibu na vrhu planine.

Devet mjeseci kasnije, George i njegova draga, koja je sad bila trudna, hodali su ruku pod ruku po livadi ispred njihove kolibe. Bez ikakve naznake djevojka je počela obilno krvariti, a nedugo zatim je i umrla. George je bio previše pogođen tugom da bi se mogao brinuti za dijete, koje je bilo bolno sjećanje na voljenu ženu. Dao je zato novorođenče prijateljima koji su živjeli u dolini.

Pet godina poslije, George je sjedio u spavaonici, pijan i plakao. U dubokoj depresiji, nalazio je malo utjehe u piću. Savladala ga je bol i stalno je mislio na samoubojstvo. Naposljetku, potpuno prestavši jesti, umro je od izgladnelosti.

Nakon što se George vratio iz regresije, upustili smo se u nešto što nazivam *kratkim rekapitulacijom*. Rekapituliranje je važna sastavnica rada koju koristim s regresijom u prošle živote, jer pomaže klijentima stvoriti poveznicu između događaja prošlih života i njihove trenutne situacije, kako bismo utvrdili koje lekcije su naučene, a s kojima se još trebamo baviti. Zašto je George osjećao toliku krivnju? Što je bilo toliko strašno da je dovelo do tako tragičnog kraja?

George je odmah odgovorio, da je njegova najveća bol proizašla iz činjenice da je napravio dijete svojoj dragoj. Da nije ostala trudna, ne bi ni umrla tijekom poroda. Nesvjesno, u *ovome* životu pokušao je izbjeći takav tragičan ishod ne dopuštajući sebi da oplodi drugu ženu. Nemogućnost zadržavanja erekcije i ejakuliranja u ženu osiguravala mu je da više nikad neće morati doživjeti istu sudbinu. Drugim riječima, ako njegova partnerica ne ostane u drugom stanju, ona neće umrijeti. Konačnim razumijevanjem izvora seksualne disfunkcije, George je

počeo koristiti Sedam koraka ponovnog rođenja (koje ću objasniti kasnije) kako bi se oporavio od traume, istovremeno koristeći vježbe disanja i druge tehnike, koje su mu pomogle oprostiti sebi svoje prijašnje ponašanje.

Tijekom naše četvrte i posljednje seanse, George mi je rekao: "Moja zaručnica vam se zahvaljuje, i ja također!". Nakon nekoliko tjedana, učinak regresija oslobodio ga je u tolikoj mjeri, da je napokon mogao imati potpune i zadovoljavajuće spolne odnose sa svojom sadašnjom djevojkom... koja je postala njegova zaručnica.

* * *

Tijekom doživljaja vlastitih regresija, preplavljivali su me izuzetno bogati prošli životi koji su bili vrlo detaljni. Budući da sam bila vrlo maštovita, te sam posjedovala dar da lako vizualiziram, u početku sam smatrala da mogu lakše pristupiti prošlim životima, nego što to mogu drugi. Međutim, George me naučio da to nije tako. On nije bio maštovita, kreativna osoba: no, s malo vodstva i nekoliko jednostavnih tehnika, i on je mogao doći do živopisnih sjećanja prošlih života.

Počela sam vjerovati da svatko može efikasno koristiti ove tehnike, i čak sam – tijekom godina uz mnogo različitih klijenata, različitih osobnosti – otkrila da taj proces nadmašuje mnoge metode u kojima sam formalno obučena i koje sam koristila: bihevioralnu terapiju, kognitivnu terapiju, i tako dalje. Moji klijenti uvijek su napredovali u rješavanju svojih problema, no nije bilo znatnih promjena dok se ne bi okrenula regresivnoj tehnici.

Vjerujem da razlog što taj pristup izuzetno pomaže, jest što on zadire u nesvjesno, u mjesto gdje obitava naša ukupna povijest. To omogućava osobama da se iscijele na mnogo dubljoj razini – odnosno, u samom središtu "luka".

Prilikom prisjećanja na prošle živote, potrebno je da taj proces vodi stručan i iskusan terapeut. Ako koristimo CD-ove ili kasete u istraživanju prošlih života, nećemo moći dobiti dovoljno značajnih informacija ili stići daleko u našoj potrazi za iscjeljenjem. Iako možemo otputovati i otkriti tko smo bili, gdje smo živjeli, i što smo radili tijekom nekoliko prošlih života, takvo znanje neće nam koristiti osim ako ne istražimo što smo naučili, što tek trebamo naučiti, i koje su naše traume.

Naše su traume toliko bolne da nam svjesni um ne dopušta prisjetiti ih se – jedino kada duboko prodremo u nesvjesno, otkrivamo naše najbolnije i najznačajnije povrede. Ako se počnemo otvarati prema traumatskim događajima, naše nesvjesno će nas zaštititi; trenutačno ćemo se odvojiti ili prijeći na nježnije i sigurnije uspomene tog života. Teško ćemo sebi dopustiti suočiti se s dubinom naše boli bez stručno obrazovanog terapeuta koji nas podržava, vodi i izvlači iz snažne patnje koju takva sjećanja ponovno stvaraju u nama. Naš nesvjesni um zna da je istraživanje skrivenih trauma, bez nekog pored nas, poput lutanja amazonskim kišnim prašumama bez vodiča, mape, ili alata koji nam pomažu, tako da nas sprječava da krenemo sami na takvo opasno putovanje.

Uvijek sam smatrala da sam izvrstan turistički vodič koji osobe može sigurno odvesti u dubine nesvjesnog, prošle živote i snove. Dobro sam obučena, te sam proputovala tim istim putem tisućama puta sa svojim klijentima. Također pružam povjerenje, jer nikada ne radim sama – uvijek mogu pozvati svoje anđele i duhovne vodiče koji su uvijek tu, pružajući mi uvide. Posjedujem znanje o zaštiti, sigurnosti i načinu kako svaki puta izbaviti klijenta i sebe iz prašume.

Ako sami krenete u “prašumu” nesvjesnog i ugledate primjerice tigra, reagirat ćete kao dijete i uspaničiti se. Nećete moći ostati u stanju hipnoze u koje ste ušli kako biste pristupili zakopanim sjećanjima. Moguće je i da se ponovno traumatizirate jer nećete znati kako izaći iz osjećaja panike, kako prodisati put van, te kako prepoznati lekcije koje trebate naučiti.

Otkrila sam da ne možemo pričati o našoj povijesti i reći: “Oh, što god se dogodilo, dogodilo se.” Umjesto toga, potrebno je sagledati sadašnjost, nabaviti alate za iscjeljenje, i naučiti kako se promijeniti. Ako ne iskusimo prošle traume s emocionalnim nabojem, nikada ih nećemo otpustiti. Zato, iako se ne smijemo otputiti u prašumu sami i bez vodiča, isto tako moramo posjedovati sredstva koja će nam pomoći istražiti njezine rubove.

Kasnije u knjizi, naučit ćete o alatima koje su moji klijenti smatrali korisnima u pomaganju da ponovno prožive emocije vezane uz prošle traume, u svrhu rješavanja svojih problema. Kakva god bila vaša trauma, morate pričati o njoj, doživjeti ju, osjetiti ju, i tada naučiti kako prijeći preko nje – sada.

U značajnim prošlim životima, u 95 posto slučajeva pristupamo traumatskim događajima. Ponekad, kada želimo ući u posebno ugodan život, možemo zatražiti da nam se prikaže nadahnjujuće iskustvo. Ali u većini slučajeva iskustva koja će iskrsnuti tijekom hipnotičke regresije su bolna i emocionalno nabijena. Mi postajemo svjesni tih emocija i iskustava, te ih tada otpuštamo. Proces oporavka tada može početi, a on će se produbljivati donošenjem svjesnih odluka u sadašnjem životu koje će unapređivati naše iscjeljenje.

Reinkarnacija u obitelji i skupine

Često se reinkarniramo sa članovima obitelji, jer energetski postoji mnogo sličnosti i povezanosti s ovim dušama, tako da nas privlači ponavljanje naših odnosa s njima. Duša koja je u prošlom životu bila naš brat, u ovom životu može biti naš suprug, naš otac može postati našom kćeri, i tako dalje. Reinkarniranje u obitelji je vrlo djelotvorno, iz razloga što nam omogućava riješiti "stare poslove" s ljudima s kojima smo bili prvotno povezani.

Vaša sadašnja obitelj vrlo vjerojatno je već doživjela vaše neuravnotežene emocije koje se tiču problema iz značajnih prošlih života. Ako je u prošlom životu baš otac bio taj koji je izazivao reakcije vezane uz autoritet, u sadašnjem životu on može biti vaše dijete, a vi možete biti u ulozi autoriteta. Lekcije ćemo na taj način naučiti na lakši i djelotvorniji način, jer je tema i energija poznata.

Inkarniranje u obitelji ili skupine pomaže očuvati energiju, dopuštajući nam da ponovimo priču, iako smo ovog puta u potpuno drugoj ulozi. Velika je vjerojatnost da će se isti problem pojaviti među ljudima u ovoj grupi. Nije potrebno napustiti našu obitelj i otputiti se u svijet tražeći nekoga tko će nam pomoći proraditi problem izdaje, jer članovi naše obitelji imat će isti problem.

Zato što mnogo toga znam o svojoj obitelji i našim povezanim pričama, opisati ću inkarnaciju koja otkriva jednu od naših zajedničkih tema:

Moje sestre, otac, majka i ja bili smo židovski robovi tijekom izgnanstva u Egipat, prije više od 3000 godina. Krenuli smo, zajedno, putem Obećane zemlje. Zaljubljena sam u egipatskog vojnika, koji je