

Как да се свързваме с отвъдния свят

Линда Уилямсън

Отвъдният свят е само на една ръка разстояние. Да развием способностите на медиум и да го достигнем.

На корицата:

Линда Уилямсън

Уважаван медиум с над 20-годишна практика, Линда Уилямсън е секретар на Спиритичната църква в Уимбълдън. Сътрудничи на най-авторитетните издания по парапсихология. Дългогодишен участник е в спиритичното движение. Написала е обширно изследване върху същността и ролята на медиуизма. Омъжена е и живее в Уимбълдън.

Линда Уилямсън разкрива своите методи на контактуване с отвъдния свят. Тя описва случаи от практиката си на медиум като доказва, че човек не е сам, че отвъдният свят е на една ръка разстояние. С конкретни съвети и техники тя учи как да се свързваме с нашите близки в отвъдното, които без да знаем ни помагат и закрилят. Показва ни и как да се предпазваме от опасни контакти.

Книгата е адресирана до всички, които не са обременени със закостенели схващания и искат да развият духовните си способности и дарбата си на медиум.

Съдържание

Част 1

Спонтанни контакти с отвъдния свят

1. Тънкият воал
2. Медиуми и участници в сеансите
3. Пътешествия в астрала
4. Повече от сън
5. Непосредствена близост
6. В търсене на доказателства

Част 2

Развиване на медиумните способности

7. Мостът на дъгата
8. Началото на докосването на духовния свят
9. Училище за медиуми
10. Работа на медиуми
11. Транс

Увод

Странно нещо е смъртта. Всички знаем, че някой ден ще се срещнем с нея, но се държим така, сякаш не съществува. Изключваме я от нашето съзнание и се преструваме, че е нещо, което може да се случи само на другите, например на някой страдащ от тежко заболяване или на жертва на автомобилна катастрофа. Но идва момент в нашия живот, когато вече не можем да избегнем мисълта за нея — изгубили сме близък човек. В такива случаи дори и най-големите скептици се питат дали действително смъртта е краят или има нещо след нея.

Обикновено този въпрос остава без отговор. Разбира се, следва период на траур, но след време

потушаваме мъката. Загубата може да остави след себе си празнота, която никога да не се запълни, но постепенно всичко си идва на мястото и животът продължава. Все пак някои хора не могат да оставят нещата така. Те изпитват необходимост да открият какво се е случило с този, който е починал. Дали просто е престанал да съществува, подобно на угасена свещ, или продължава да живее в друг свят? Ако е така, какво представлява този свят? Възможно ли е да се свържем с него? Често имаме усещането, че мъртвите са все още около нас, но тогава се поражда и съмнението. Наистина ли са тук, или това е само въображение?

Аз самата си задавах същите въпроси, когато почина баща ми. Тогава бях на двайсет и няколко години. Той боледуваше от рак и след няколко месеца почина. Бях доволна, че поне се е отървал от болките, но тъй като бяхме силно привързани един към друг, ужасно ми липсваше. Много добре си спомням погребението му. Беше студен и мрачен ден. Малката група близки, които го изпращаха, се бяха събрали около гроба и трепереха от студ. Докато тържествено спускаха ковчега в гроба, свещеникът промълви познатите думи „ще се превърнеш в прах и пепел“ без ни най-малко вълнение, все едно четеше футболните резултати. За разлика от семейството ми, аз все пак имах с какво да се утешавам. Още от ранно детство инстинктивно вярвах, че има живот след смъртта. Изглежда, съм била наясно с това, без никой да ме е учил. Винаги съм усещала присъствието на духове около мен. Понякога това определено ме е притеснявало, но сега го приемах като благословия, защото чувствах, че баща ми е наоколо. Понеже той винаги е бил практичен човек, можех да си представя какво си мисли: че всички тези глупости около погребението са напълно излишни. Ние не погребваме него, а просто износеното му тяло. Така че защо не престанем да скърбим и просто не си отидем в къщи да пием чай? Никога повече не отидох на гроба. Според мен от това нямаше никаква полза. Той не беше там. Много често чувствах, че е с мен, у дома. Спомням си, веднъж стоях на умивалника и миех чиниите — работа която той ненавиждаше, и го чух да казва с характерното си чувство за хумор: „Е, добре, че най-после се отървах от миенето на чинии“

Опитах се да кажа на семейството си, че той е тук, но никой не повярва на думите ми.

— Ти си въобразяваш — беше отговорът им.

Не мисля, че си въобразявах, но трябваше да съм сигурна. Вече бях увлечена от спиритизма и реших, че трябва да се задълбоча и да изуча всичко възможно в тази област. В крайна сметка така станах медиум.

Работата ми в момента налага да се срещам с много хора, които са преживели такава загуба. Повечето от тях никога преди не са ходили при медиум. Идват, защото са отчаяни, и не знаят какво могат да очакват — просто търсят утеха и се надяват, че смъртта не е краят. Като всички медиуми аз се опитвам да правя точно това — да утешавам. Постигам го, като настройвам съзнанието си към душите в отвъдното, стараяйки се да предам поздравите, любовта и посланията, които те искат да съобщят на близките си.

Тези послания по същество могат да бъдат тривиални, но понякога са точно онова, което човекът, или участникът в сеанса, както се изразяваме, иска да чуе. Хората от отвъдното не разказват за тайните на живота и смъртта. Те говорят простичко, за нещата от живота, точно както биха говорили приживе. В края на краищата, те са си все същите хора, каквито са били и преди. Не са се сдобили изведнъж с крилца и ореоли.

Но дори ако сеансът е добър и медиумът извлече информация, която иначе няма откъде да знае, пак може да не му повярват.

— Толкова искам да повярвам, но просто не мога да съм сигурна — ми каза една жена обляна в сълзи, която бе загубила съпруга си наскоро.

Отговорих ѝ така, както отговарям на всички, които се колебаят като нея:

— Не мога да ви докажа 100 процента, че има живот след смъртта. Мога само да ви предложа приетата от мен информация. Зависи от вас да докажете това на себе си.

— Как бих могла да го направя? — искаше да знае тя.

Насочих я да отиде при други медиуми и сама да прецени казаното от тях. Често убеждението се изгражда постепенно, когато човек присъства на няколко сеанса и това, което един медиум казва, в последствие бива потвърдено от друг. Също така я посъветвах да прочете книги, посветени на живота след смъртта. Полезно е да научиш за преживяванията на други хора и да разбереш колко е силно чувството да надживееш смъртта, независимо от скептицизма, характерен най-вече за тези, които никога не са се занимавали с проблема.

След това ѝ дадох още един съвет, който в крайна сметка може би беше по-важен:

— Ако наистина искате да бъдете сигурна, че човекът, който обичате, е оцелял след смъртта и продължава да съществува, тогава трябва да се научите сама да се свързвате с него в отвъдното.

Такъв съвет давам на всеки, който е преживял загуба на близък човек. Разбира се, че не всеки може да стане опитен медиум, някои просто не го искат! Но всички ние можем да развием известна чувствителност към отвъдните измерения. Веднъж осъществили контакта, дори и да не можете да виждате или чувате вашите починали близки, все пак ще чувствате присъствието им около себе си и това вътрешно убеждение ще струва повече от доказателствата на който и да било медиум.

Не всички хора, които идват при мен, са претърпели загуба на близък човек. През последните няколко години забелязах, че ме посещават все повече млади хора и причината е, че те вече са били в контакт с отвъдното. Това пробуждане настъпва съвсем спонтанно и естествено. Те не искат доказателства, че има друг живот, възприемат го като неоспорим факт. Онова, което търсят младите хора, е помощта ми, за да развият своите способности на медиум и да могат да ги използват правилно.

И така, тази книга е написана заради всички тях — хората, които искат да станат медиуми, хората, които са се разделили със свои близки, и онези, които просто са любопитни да узнаят повече за тайнствения свят, където се пренасяме след смъртта.

Разделила съм книгата на две части. Първа част разглежда спонтанния контакт с умрелите чрез сънища, видения, чуване на гласове и най-различни други начини. В нея ще прочетете разкази на обикновени хора, които — може би като вас — никога не са мислели, че имат пси-способности и в много случаи не са вярвали в живота след смъртта, но са били принудени да изменят възгледите си въз основа на това, което са преживели. Защото в действителност мъртвите много често се свързват с нас.

Във Втора част обяснявам как вие можете да развиете способността си на медиум. Не ви обещавам, че ще имате изключителен успех. Да станеш медиум не е все едно да се научиш да караш колело. Не е възможно да го постигнем с 10 елементарни урока. До каква степен ще се развиете, зависи от вашата вродена способност и желанието ви да се упражнявате. Но аз мога поне да ви покажа вярната посока — веднъж започнете ли, можете да се учудите на резултатите, които сте постигнали.

Преди да започнем обаче, за начинаещите може би ще е от полза да направим кратък обзор на темата какво се случва, когато умрем, и какъв свят обитават нашите любими починали хора. Забравете всичко, на което са ви учили за ангели и арфи, забравете идеята, че съществува рай някъде в облаците. Всичко е далеч по-интересно и е много по-близо до нас, отколкото предполагате.

ЧАСТ I

Спонтанни контакти с отвъдния свят

Глава I

Тънкият воал

Как ще узнаем какъв е отвъдният свят? — често питат хората. — Никой не се е върнал оттам, за да ни разкаже.

Но точно там грешат. Винаги е имало контакти между този и другия свят. Откакто съществува писаната история, може да се открият истории за духове, видения и посещения на безплатни същности — както ангели, така и демони. Библията е пълна със свръхестествени истории — явявания на ангели и на пророци, които говорят в състояние на транс. Иисус Христос се явява на своите ученици след смъртта си. Известната магьосница от Аендор всъщност е била медиум и Саул я е използвал, за да повика пророка Самуил. Медиуми е имало винаги, макар че са били смятани за вещици, за странни същества, с които е по-добре да нямаш работа — помислете и ще видите, че подобно отношение съвсем не е рядко и днес.

Откакто преди повече от 100 години се зароди спиритуализмът, до нас са дошли безброй описания на отвъдния свят чрез различни медиуми. Когато ги съпоставим, виждаме, че тези описания ни разкриват една доста пълна картина. Но това не е всичко, трябва да продължим нататък. Имаме и друг източник на информация — разказите на хора, които са имали *преживявания близо до смъртта* (ПБС), изпаднали в клинична смърт, които са върнати към живота с помощта на лекарите.

Преживявания близо до смъртта

Няма човек днес, който да не е чувал за случаите на клинична смърт. Тази тема привлече вниманието през 1970 г., когато американският лекар Реймън Мууди публикува своята книга „Живот след живота“. Той описа случаи на хора, завърнали се от смъртта, и удивителните им разкази за техния краткотраен престой в отвъдния свят. Оттогава насам много изследователи тръгнаха по неговите стъпки и вече са събрани хиляди случаи, а описанията коренно преобръщат мисленето и начина, по който хората възприемат смъртта и нейното настъпване.

Най-важното, което изтъкват хората, имали ПБС, е, че смъртта не е нещо, от което трябва да се страхуваме. Независимо колко ни е страх от мига на смъртта, той е лесен и безболезнен. Човек просто излита от физическото си тяло. Хората с ПБС говорят за смъртта като за освобождаване. Д-р Мууди цитира в книгата си думите на една жена, която се върнала към живота след инфаркт:

Започнах да изпитвам най-прекрасни усещания. Не чувствах нищо освен спокойствие, утеха и лекота — пълно омиротворение. Почувствах, че всичките ми грижи са си отишли и си помислих: „На мен ми е тихо и спокойно и никъде не ме боли“.

При различните случаи на клинична смърт преживяванията са индивидуални. Отделянето на духа от тялото е последвано от усещането, че пътуваш с голяма скорост по дълъг и тъмен тунел. След това човек чувства как се носи нагоре до тавана и гледа собственото си тяло, при случай на смърт в болницата вижда как лекарите и медицинските сестри правят опити да го съживят. Разбира се, съществува момент на изненада. Някои хора изпадат в състояние на шок и не могат да разберат какво им се е случило. Те се опитват да привлекат вниманието на хората около себе си и не могат да разберат защо никой не ги вижда. Други пък не изпадат в подобно объркване. За тях преживяването е блаженство. Те се чувстват абсолютно доволни и спокойни и наблюдават сцената с безразличие, сякаш физическото тяло вече няма никакво значение за тях.

Но независимо от реакцията при този внезапен преход, на всички им е ясно, че са живи. Те все още имат тяло, приличащо на тялото, което току-що са напуснали, но съставено от по-фина материя. То няма тегло и може да се движи без всякакви усилия в пространството и дори, също като традиционните духове, може да преминава през врати и стени. Това ново тяло не изпитва болките нито има недъзите на физическото тяло. Една жена, която до момента на смъртта била спяща, с радост открила, че може да вижда.

След като изброихме тези странни и объркващи факти, успокояващо е да се знае, че при всички случаи на ПБС някой посреща хората и им помага. Обикновено това е близък роднина, който идва, за да ги поздрави, или някой, с когото са били в много близки отношения. Случва се това да бъде ангелът пазител — дух, който е трябвало да се грижи за тях. Понякога този ангел им казва, че трябва да се върнат обратно в телата си, че още не им е дошло времето да умрат, при което те идват в съзнание. Но малко са хората, пренесени за кратко време в отвъдното.

Те попадат в един красив свят, който прилича на земния, но в идеализирана форма. В много от разказите се говори за прекрасни пейзажи, дървета, птици, цветя и великолепни сгради. Светлината е ослепителна, но не дразни окото. Често се случва да ги посрещне създание от светлина, което

някои описват като Иисус Христос. Очакват ги починали приятели и близки. Навсякъде цари мир и хармония.

Едно от най-пълните описания на ПБС е на Бети Ййди, написала книгата „В прегръдката на Светлината“. Бети е домакиня американка, която умира след операция. Минават няколко часа, преди лекарите да успеят да я върнат обратно към живот. Но когато идва в съзнание, тя си спомня за едно изключително и вълнуващо преживяване, по време на което духовни помощници я завели в една градина:

Когато излязох навън в градината, видях планини, красиви долини и реки в далечината. Моите придружители ме напуснаха, за да продължа сама, може би за да се наслажда на красотата на градината, необезпокоявана от ничие присъствие. Там имаше много дървета, цветя и растения, които сякаш бяха точно на мястото си. Аз се поразходих за малко по тревата. Тя беше свежа, хладна и изключително зелена, чувствах я жива под краката си. Но онова, което най-много ме впечатли в тази градина, бяха наситените цветове. Нищо на земята не може да се сравни с тях.

Духовете от отвъдното описват света, в който се намират, с подобни думи. Действително е учудващо как при положение, че преди не са вярвали в живота след смъртта и вероятно не са и чели книги на такава тема, хората, на които се случва ПБС, съвсем точно преповтарят разказите на духовете от другата страна на живота.

Може би не е изненадващо, че тези, които са имали привилегията да преживеят кратко и вълнуващо посещение в отвъдния свят, не искат да се върнат отново на земята. Те всичките говорят за колебанието си и за неприятния шок от връщането във физическото тяло. Връщат се напълно променени от преживяването. Загубват страха от смъртта и преобръщат целия си мироглед. Интересуват се по-малко от парите и от светските успехи, изпитват по-голямо състрадание към околните и имат цел в живота. Дори да не станат религиозни в традиционния смисъл, често развиват дълбока духовност, макар преди това да са били атеисти.

В някои случаи те стават медиуми и проявяват пси-способности. Д-р Мелвин Море, американски педиатър, който е изследвал случаи на клинична смърт в продължение на много години, е открил, че хората, преживели ПБС, развиват 4 пъти повече своите пси-способности в сравнение с останалите. Той открил, че някои от тях продължават да са в контакт с ангела пазител или с духовете на починали, които са срещнали в отвъдното, и са в състояние да ги извикат в случай на нужда. Според него причината е, че ПБС активизира тази част от мозъка, която ръководи паранормалните способности.

Доказателства за живот след смъртта?

Но дали наистина ПБС доказват живота след смъртта? Много хора вярват в това. Някои учени са се опитвали да го обяснят като халюцинация. Те твърдят, че мозъкът на умиращите е лишен от кислород и това води до хипоксия, предизвикваща състояние на делириум, при което може да се появят халюцинации. ПБС са били отнасяни и към едно състояние, наречено аутоскопия, когато пациентите, обикновено страдащи от мигрена, епилепсия или изключителен стрес, виждат проектирания си образ подобно на хората в състояние на ПБС, които виждат своето тяло отгоре, на един-два метра височина.

Тези твърдения обаче не дават обяснение на някои многозначителни факти. Преживяването близо до смъртта не е подобно на никакви известни в науката халюцинации, били те предизвикани от наркотици, упойка или по друг начин. Преживяването е логично, ясно и по-живо от сън. В разказите за ПБС има изключителна последователност, независимо от манталитета и националността на хората. Не е възможно всички да са били жертва на една и съща илюзия. Науката съвсем не може да даде обяснение на умствената и духовната трансформация, която настъпва след преживяването. Субектите не само че не стигат до умопомрачение, но когато се връщат във физическите си тела, напълно изменят своя мироглед, също като хората, които са имали дълбоко религиозно преживяване.

ПБС се случват не само на хора, които вярват в живота след смъртта. Между тях има както атеисти, така и вярващи. Всъщност някои религиозни хора се изненадват, тъй като преживяването е много различно от онова, което би трябвало да очакват съгласно религиозното си възпитание. Също така трябва да вземем предвид и показанията на хора, които при връщането си в тялото цитират разговори и събития, случили се по времето, когато те са били в клинична смърт, и впоследствие

фактите са били потвърдени. Излизайки от тялото си, някои от тях са се пренасяли извън стаята, където лежи физическото тяло, и са станали свидетели на събития в съседните стаи или дори на много отдалечени места.

Данадникнеш зад завесата на смъртта

Видяхме, че ПБС ни дават една доста оптимистична представа за смъртта. Но доколко е точна получената картина на отвъдния свят? Подозирам, че тя е доста ограничена — все едно да сравниш пътуване за един ден до Кале с постоянно местоживееие във Франция. Хората, които са имали ПБС, са могли само да надникнат за малко зад завесата на смъртта. За да узнаем повече, ние се нуждаем от информацията на тези, които живеят там.

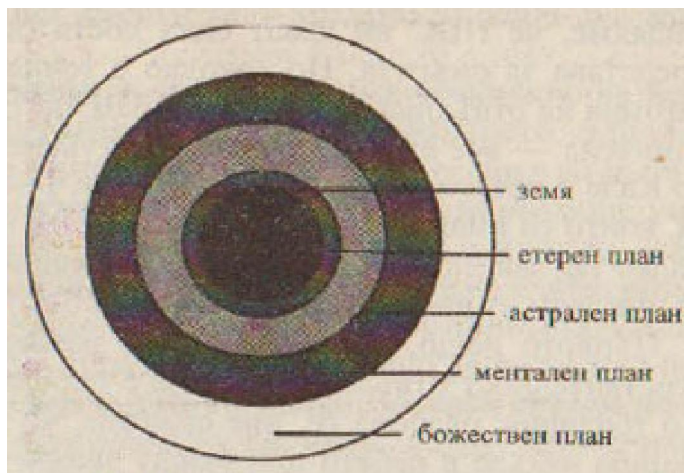
Първото нещо, което трябва да разберем, е, че в действителност отвъдният свят не е определено място. По традиция, разбира се, ние смятаме, че този свят се намира някъде в небето или между звездите, но това е също толкова невярно, колкото е например представата ни за Бог Отец — виждаме го като старец, седнал върху облак и гледащ надолу към земята от голяма височина. По-точно ще бъде да обясним отвъдното като различно състояние на съществуване, където времето и пространството, каквито ги познаваме, не съществуват. А това по една случайност дава отговор на друг, много често задаван въпрос:

— Как така там горе има място за милионите хора, умрели откакто свят светува?

За духовните измерения няма граници. Подобно на вечността те нямат нито начало, нито край.

Структура на отвъдния свят

Казах, че отвъдният свят не е определено място и затова не могат да му се дадат географски граници. За да ни дам идея за неговата структура, трябва да си послужи с аналог. Представете си множество концентрични окръжности, поставени една в друга. Всяка следваща окръжност е изградена от по-фина материя и вибрира с по-висока чувствителност от предходната.



Фиг. 1. Планове на съществуване

В средата е земята. Това е най-тъмният и най-плътният свят. Духовете от отвъдното казват, че е сив и тежък в сравнение със света, който те обитават, и при слизането до него те се чувстват като гмуркачи, спускащи се в дълбините на океана. Образно казано, етерният план е непосредствено след земния. Това е една неясна и мъглива област, която свързва земята с невидимите сфери. Когато умират, много от душите преминават през нея бързо, като през мъгла. Други се задържат там за известно време в състояние на сън, докато напълно се събудят за своето ново съществуване.

Съмърленд

Понеже няма плътни бариери за преодоляване при преминаване от един план в друг, етерното измерение се влива неусетно в астралното. Това ниво е много добре описано в разказите за ПБС. Обикновено именно там отива след смъртта си. В спиритичната литература мястото е познато като *Съмърленд*.

В книгата „Медиумите и отвъдното“ аз обяснявам донякъде какво представлява това тайнствено измерение. То е най-вече ниво на мисълта, създадено от същества от по-висше измерение, където новодошлите души могат да се чувстват като у дома си. Това е благословено място, светло е и, което е най-учудващото, прилича на нашия земен свят. Там няма механични

уреди, например коли или телефони, тъй като са излишни, но обитаващите мястото имат духовни тела, които наподобяват на земните, живеят в къщи и правят неща, които правим и ние тук, на земята.

Някои души остават за кратко време в Съмърленд, други могат да прекарат там векове — в това ниво времето няма значение. Но в края на краищата настъпва момент, когато трябва да продължат развитието си. Могат да се върнат отново на земята вече в друго тяло, за да придобият нови опитности и да научат нови уроци, или да се издигнат в по-високи измерения.

По-високи сфери

Тези по-високи измерения, които се намират над астралното ниво, са толкова различни от нашия свят, че е трудно да се опишат. Според окултното учение нивото след астралното е менталното. Най-високото измерение е Божествената сфера. Тя е състояние на Божественото съзнание, което не може да бъде предадено с човешки език, но може да се нарече Рай.

Все пак духовете, с които се свързват медиумите, не говорят от тези далечни измерения. Те съществуват само в астралното ниво. И макар че ние ги смятаме за по-знаещи, знанието им е ограничено и не са безпогрешни източници на мъдрост.

Някои души наистина идват от измерения над астралното ниво и ние ги наричаме водачи или учители. В някои религии ги наричат ангели. Те са били в духовното ниво дълго време и са се усъвършенствали повече, но все още не са достигнали последното най-висше ниво.

Подобие на ада

Ами ада, ще попитате вие. Нито за миг не мога да повярвам в традиционния ад от огън и сяра с малките демони в червени костюми, които забиват вилици в телата на хората. Но нещо като ад наистина съществува. Случаите на ПБС хвърлят светлина и върху този аспект на живота след смъртта. Много малка част от хората, изпаднали в това състояние, са имали негативни преживявания, в които се сблъскват с демонични фигури и кошмарни видения, изпълващи ги с ужас. Това не означава, че хората са били лоши. Те просто са имали възможността да надникнат в тези места на астралния свят, които обаче са по-скоро тъмни и студени, отколкото горещи и изпълнени с дим.

След смъртта, съгласно закона за естественото привличане, нас ни привлича нивото, което е най-подходящо за нас. Това са нива на мисълта, така че в известен смисъл ние създаваме своя рай или ад чрез нашата собствена личност, докато живеем настоящия живот. Много голяма част от хората живеят честно и заслужават почивка, но тези, които са били зли, причинявали са умишлено болка и страдание на другите, си плащат, като остават приковани в тази безрадостна област за известно време.

Никой досега не се е върнал и не е казал, че е бил изправен пред лицето на Бога, за да бъде съден, но преживелите състояние близко до смъртта говорят за преглед на живота — факти и събития минават пред очите им като на видеолента. Те не само трябва да видят какво зло са извършили, но и да почувстват върху самите себе си болката, която са причинили. Макар че по време на този преглед водачите им ги насочват с много любов и разбиране, за тях е болезнено.

Душите споделят също, че в определен момент е трябвало сами да правят преглед на изминалия земен живот. Те преживяват период на угризения и той може временно да тласне душата в ад, създаден от самата нея, но това е самоосъждане, а не възмездие от Небето. Важно е какъв човек си бил, а не примерно дали си ходил на църква. С други думи, обикновената старомодна доброта и сърдечност ще ви отведат по-горе в отвъдния свят, отколкото изпятите химни и молитвите, казани с празно сърце.

Схемата на отвъдния свят, която направих, очевидно е много опростена. Там има безброй нива и състояния и всичките са различни. Душата никога не отива да стои в едно ниво завинаги. Тя преминава от едно ниво в друго. Дори и злият човек, след като прекара период на покаяние и изкупление, в края на краищата има възможност да поеме нагоре към светлината.

Разказът на Триза

Преживяванията близки до смъртта не са рядкост. Откакто съм медиум, аз съм изслушала много хора да ми разказват как са умрели и са се върнали отново към живот. Много описания ми бяха дадени и докато подготвях тази книга. Една от най-възбуждащите истории ми беше разказана от Триза — ирландка, която живее в Лондон от много години. Нейната история е необикновена, защото тя е съпреживяла със своя чичо преминаването в отвъдното.

Чичото на Триза живял като отшелник в една хижа в планината. Като дете тя често го посещавала. Един ден го сварила много болен. На сбогуване му казала, както обикновено:

— *До скоро виждане.*

Старецът се надигнал на лакти и отговорил съвсем сериозно:

— *Да, ще ме видиш отново, Тосъл.* (Така я наричал галено).

Наскоро след това сънувах, че се изкачвам нагоре по хълма, където живееше той. Чичо вървеше до мен, но все едно, че вървахме в тунел и отивахме към светлина. Попитах го:

— *Мога ли да вървя с теб до края?*

Но той отговори:

— *Не, сега трябва да се върнеш.*

Аз не исках. Светлината беше толкова красива и излъчваше любов, не исках да се откъсна, но той настояваше, а аз никога не спорех с чичо Джак. Аз поех обратно, а той продължи и потъна в светлината. По-късно научих, че е починал в болница през същата тази нощ.

Зная, че когато моето време настъпи, ще видя светлината и няма да се страхувам — добави Триза.

Преди всичко на това ни учат преживяванията близо до смъртта — че смъртта е нещо, от което не трябва да се страхуваме. В своята книга „За живота след смъртта“ известната американска лекарка психиатър д-р Елизабет Кюблер-Рос казва:

Ние сме имали стотици такива случаи, от Австралия до Калифорния. Всички са преживели нещо, което може да се постави под общ знаменател. Ясно съзнават, че са напуснали своите физически тела, а смъртта, както се тълкува от науката, не съществува. Смъртта е просто събличане на физическото тяло, също както перерудата излиза от пашкула си.

Това е преминаване в състояние на по-висше съзнание, където човек продължава да усеща, да разбира, да се смее и да израства. Единственото, което губим, е физическото тяло, тъй като то повече не ни трябва. Все едно, че прибиращ зимното си палто, когато дойде пролетта, или палтото е износено и не искаш да го обличаш повече. Буквално точно това е смъртта.

Воалът между отвъдния и нашия свят е тънък. Когато влизаме във връзка с него, ние не говорим с ангели, нито пък имаме работа с духове, облечени в загадъчни плащове. Ние се свързваме с обикновени хора, които сме познавали и обичали. И сега ще се посветим именно на темата за общуването с тях.

Глава 2

Медиуми и участници в сеансите

Някои от хората, които идват при мен, са доста нервни. Всичко, което въобще знаят за медиумите, идва от филмите на ужасите или от разкази за призраци. Ето защо те имат много странна представа за това какво ще се случи по-нататък. Аз веднага разпознавам такива хора. Те влизат плахо в стаята и се оглеждат, сякаш очакват всеки момент иззад завесите да излетят призраци. Сядат на ръба на стола и чакат да загася лампата и да изпадна в транс.

Всеки път ги уверявам, че нямам никакво намерение да правя нито едно от тези неща. Това ги успокоява и впоследствие откриват, че съм сравнително нормална. Успокояват се също и от това, че моята котка, която обикновено седи до мен и заема стола ми, така че аз трябва да седна на дивана, не показва никакво безпокойство, а мърка тихо през целия сеанс.

Всъщност по време на сеанса не се случва нищо призрачно. Не карам моите посетители да се хващат ръка за ръка около масата. Просто седя и разговарям с тях. Моята функция е да бъда посредник — да се настройвам към психиката на съществата от отвъдното и да предавам възможно най-точно посланията им към тези, които ги обичат. Но аз разбирам опасенията на моите посетители. Темата за смъртта и живота в отвъдното буди страх и безпокойство, породени до голяма степен от непросветеност и суеверие.

Често срещани суеверия по отношение на медиумите

Едно от най-разпространените суеверия е, че медиумите призовават умрелите. На всеки медиум му е втръснало да слуша това остаряло клише. Умрелите са по-живи от нас в по-висшето измерение, където съществуват. Ние не ги призоваваме. Те идват при нас по свое желание, заради любовта и загрижеността им за техните семейства и приятели на земята. Нито един медиум не може

да ги извика от отвъдното, ако те не искат. Някои въобще не желаят да се връщат при нас и лично аз не ги осъждам.

Друго погрешно вярване е, че спиритизмът е опасен, тъй като е „забъркване в окултизма“. Това също е много овехтяло клише, което непрекъснато се повтаря. Под окултизъм хората обикновено разбират магьосничество и черна магия. Няма никаква връзка между медиумите и магьосничеството. Ние не призоваваме тъмни сили. Като заговорих за това, нека да кажа, че съвременните магове също не го правят, макар че и на тях им се създаде лоша слава. С това не искам да отрека, че съществуват зли сили. Ако се занимавате с вуду или сатанизъм, вие си търсите белята. Но няма нищо злоещо в простите, естествени контакти с хората в отвъдното, които обичаме. Има един духовен закон, който гласи, че подобните се привличат. Ако носиш злото в сърцето си, ти ще привличаш злото, но ако излъчваш любов, ще приемеш любов и светлина.

Страхът от обсебване също притеснява някои хора. Случаи на обсебване съществуват, но те са много редки. Когато разберете колко е трудно за тези, които се намират в отвъдното, да ни засвидетелстват своето присъствие, ще видите, че за духовете е почти невъзможно да обсебят тялото на даден човек. Възможно е обаче някой дух да проникне в съзнанието на човек от земята и да влияе върху мислите и поведението му. Това може да се случи на човек с лабилна психика или на страдащ от мозъчно заболяване. Някои болни с мозъчни разстройства, които твърдят, че чуват гласове, страдат от такъв вид намеса. Но нито един човек със здрава психика не може да бъде завладян или обсебен. Със сигурност не можете да бъдете обсебени от духовете на хората, които обичате. Медиумите не могат да бъдат обсебени дори когато изпаднат в транс. Те работят в доброволно сътрудничество с духовните водачи.

Дъската за спиритични сеанси (уййа)

Често ме питат дали ползвам дъската за спиритични сеанси, за да се свързвам с отвъдното. Дъската за спиритични сеанси носи името си от френската и немската дума за „да“ — „oui/ya boards“ и представлява равна дъска, по ръба на която са изписани буквите на азбуката. В центъра се поставя една обърната чаша. Участниците в сеанса поставят върховете на показалците си върху дъното на чашата и произнасят вековния въпрос: — Има ли някой тук?

После чашата се помръдва, като се предполага, че я местят духовете, и изписва послания. Има и друго приспособление, което се нарича планшет (от фр. *planshette* — летва за автоматично писане). Тя представлява триъгълна стойка, в единия край на която е прикрепен молив с две ролки, позволяващи му да се плъзга плавно по хартия. Употребява се по същия начин. Участниците в сеанса поставят върховете на показалците си върху стойката и тя изписва послания върху хартията.

Ако тези приспособления се използват от опитен медиум, могат да доведат до интересни резултати, но те са бавни и трудоемки начини за контакт с отвъдното. Представете си да водите разговор, като изписвате всяка буква. Все пак това не е играчка и бих посъветвала хората, които нямат опит, да не се занимават с тях. Най-малкото е губене на време. Често пъти се получават само безсмислени послания или неразбираеми драсканици. Дори да получите разбираеми послания, невъзможно е да се определи доколко идват от отвъдното и доколко са плод на вашето съзнание. Може да не бутате съзнателно стойката или чашата, но всъщност да изписвате нещо, без да си давате сметка, и тогава контактувате единствено с вашето подсъзнание.

Също така има опасност да привлечете духове, които не желаете да са около вас. В повечето случаи това не е опасно, но също така бихте могли да извикате някой низш дух, а те обичат да всяват страх и объркване, ако им се удаде възможност. Това е малко вероятно, защото, както вече споменах, ако ви подтикват любов и искреност, ще срещнете само и единствено добро. Но ако ви се струва игра и поканите да участват и други хора, техните подбуди може да не са искрени като вашите и тогава давате възможност на низшите духове да се промъкнат незабелязано. Далеч по-добре е да осъществявате контакт, като развивате своите способности на медиум, отколкото да разчитате на механични приспособления.

Спиритизъм

Спиритизмът има лоша слава. Обикновено го свързват с дребни старици, които правят сеанси в задните помещения на къщата си. Много хора не знаят, че това е обособена религия, възникнала в Америка през 1848 година. Тогава двете сестри Кейт и Маргарет Фокс откриват, че техният дом в Хайдсвил, щата Ню Йорк, е обладан от дух. Сестрите успели да влязат в контакт с него и той им разказал, че е бил уличен търговец, но го убили и заровили тялото му в мазето на къщата. По-късно

при разкопки били открити човешки кости и принадлежности за улична търговия. Новините за случилото се в Хайдсвил се разпространили бързо и подлудили всички. Из цяла Америка хората се опитвали да се свържат с отвъдното. Сядали около една маса, а духовете им говорели, като помествали масата или потропвали по нея.

Колкото и примитивни да ни се виждат, по онова време тези методи са били откритие. За първи път в историята обикновените мъже и жени разбрали, че е възможно да се свържат с тези, за които се знае, че са починали. Без съмнение до голяма степен са се самозаблуждавали. Масите, също както чашите върху дъски, могат да бъдат задвижвани от несъзнателното действие на участниците в сеанса. Също така съществували и измамници. Но имало и истински явления, които давали надеждни доказателства за живота след смъртта.

Спиритизмът скоро се разпространил от Америка в Англия и други страни. Изникнали много църкви и много хора открили, че притежават дарба на медиуми. С времето стилът на медиумите се променил. Почукванията по масата и тъмните стаички за сеанси били изместени от медиуми, които се свързвали по ментален път с отвъдното.

Днес във Великобритания и по целия свят има стотици спиритични църкви. Те провеждат служби, подобни на тези, които се отслужват в неконформистките Църкви - лишени са от формализъм и включват химни и молитви. При всяка служба се правят контакти с отвъдното, обикновено наричани ясновидски сеанси, в които медиумът предава на членовете на църквата малки послания от духовете на починалите.

За жалост има още какво да се желае по отношение на способностите на медиумите в църквите, защото често новодошлите си тръгват с недоверие. Но си струва да получиш една обща представа, като посетиш няколко църкви и видиш различни медиуми, тъй като някои от тях правят чудесни сеанси.

Всеки може да присъства на служба в спиритична църква и е излишно човек да нервничи. Службите не се провеждат на тъмно и няма да видите и следа от призраци. Атмосферата почти винаги е топла и предразполагаща.

Църквите предлагат и други дейности, като лекции, групови дискусии и т.нар. кръгове за развитие — за трениране на ясновидските способности. Също така съществува и група за духовно лечителство. Ако почувствате нужда от лечение, било то за сериозно заболяване или настинка, струва си да опитате, защото това лечение може да ви помогне на всички нива — духовно, емоционално и физическо.

Не всички медиуми се включват в спиритичното движение, макар че по-голямата част са негови членове. Те пътуват от църква на църква, провеждат служби, също така много от тях провеждат сеанси по домовете си. Аз самата се раздвоявам между работата си в църквите и провеждането на сеанси. Освен това водя семинари и работни групи за развиването на медиумни способности.

Възгледите на спиритизма

Основният възглед на спиритизма е, че душата остава да живее и след смъртта и е вечна. Доказателства се дават чрез връзките с отвъдния свят. Спиритичната философия за живота и отвъдното се основава на мъдростта, приета от много духовни учители. Това учение вижда позитивното във всички религии, но смята, че нито една от тях не съдържа цялата истина. Акцентът е върху това, че любовта и служенето са основа на всички религии. Целта на земния живот е да се учим и да израстваме, така че да станем по-духовни същества и да изявим божествената искра, която е във всеки от нас.

Спиритизмът се прекланя пред Исус Христос, както и пред останалите велики духовни учители. Съществува и християнски спиритизъм, който приема Исус Христос за най-големия от всички учители, макар че и това движение не се придържа към всички доктрини на християнската църква. Независимо от това църквата гледа с подозрение на спиритизма, особено евангелистите и фундаментаистите, които го считат за дяволска работа и смятат, че всички души, които общуват със земята, са маскирани демони.

Според мен е тъжно, че има такива предразсъдъци. През всичките тези години, в които работя като медиум, не съм срещала нищо друго освен любов от отвъдния свят. Видяла съм как хората се успокояват и как се изменя мирогледът им, като се убедят, че животът продължава. Само мога да кажа, че ако това е работа на дявола, тогава дяволът не е чак толкова черен.

Как могат да помогнат медиумите

Някои твърдят, че медиумите допринасят по-трудно да се превъзмогне загубата на близките, тъй като подтикват хората да продължават контактите си с тях. Моята практика показва, че това не е истина. Всеки, който е загубил близък човек, знае до какво отчаяние води една смърт. Най-много тежи мисълта, че никога повече няма да видим близките си, че те вече не съществуват. Разбира се, медиумите не са в състояние да отнемат болката, но могат да я облекчат, като покажат на скърбящите, че починалите продължават да живеят и че един ден отново ще се съберем е тези, които обичаме. По-лесно е да преодолееш скръбта, ако знаеш, че твоите близки са добре и са щастливи.

Разбира се, нашите починали близки не искат ние да си спомняме тъжни неща.

— Престани да цивриш, излез и се позабавлявай! — често предавам такива послания.

Най-трудно приемат подобни послания хората, които изпитват угризения на съвестта. Например, ако не са могли да се сбогуват с някой, който е починал внезапно, или им се иска приживе да са се държали по друг начин с човека, или пък съжالياват, че не са изразявали повече своята любов. Тук спиритизмът може да изиграе своята лечителска роля. Сеансът дава възможност на хората от двете страни на живота да си кажат каквото трябва и да излекуват раните.

По време на сеанс дойде майката на една жена и ми каза:

— Кажете на дъщеря ми да забрави за разправията, която имахме. Вината беше моя. Искам да знае, че още я обичам.

Лицето на дъщеря ѝ светна.

— Нужно ми беше да чуя това — сподели тя.

И ми разказа, че двете с майка си се разбирали, но имали спречкване. Искала да ѝ се обади, но преди да успее да го направи, майка ѝ получила удар и починала. Оттогава ѝ тежало, че майката може да не ѝ е простила. Сега вече можеше да се освободи от чувството за вина и да живее с чиста съвест.

От какво се интересуват участниците в сеанса

Непосредствено след смъртта на даден човек най-близките може да чувстват неговото присъствие в дома. Това се случва много често, но съм имала сеанси и с хора, които не са усещали присъствие. Първите, естествено, искат да узнаят дали това просто не е тяхното въображение. Винаги ги успокоявам, че усещането им е истинско и че техните близки искат да имат контакт с тях. Вярвайте на вашата собствена интуиция и не се оставяйте да ви втълпяват, че временно сте откачили и ще дойдете на себе си, когато преодолеете скръбта!

Първото желание на посетителите е да знаят как се чувства техният починал близък или приятел.

— Той спокоен ли е? — питат те.

Не обичам този въпрос. Той ми напомня за вярването, че умрелите спят спокойно в гробовете си в очакване на Страшния съд, което е много далеч от истината. Предпочитам да мисля за отвъдния свят като за място, където всичко носи радост. Там няма болести. Тези неприятни неща са свързани с физическото тяло и остават зад гърба ни, когато духът ни се освободи. Човек, който приживе е загубил крайник, го възстановява напълно в своето духовно тяло. Недъзи като глухота или слепота също изчезват. Често пъти душите от отвъдното казват:

- Възвърнах силите си отново!

или

- Мога да ходя отново!

Затова казвам на дошлите при мен да не мислят за близките си като за стари и болни, а да си ги представят силни и здрави, защото са такива в момента.

Няма общовалидно правило за това, кога мъртвите могат да се свържат с нас. Дори знам случаи, при които те се връщат преди погребението и живо се интересуват от подготовката на тяхното изпращане. За човек, починал от насилствена смърт, би било много трудно и контактува ясно. Хора, които са напуснали изведнъж физическите си тела, например при автомобилна катастрофа, може да са в състояние на шок и да не знаят какво се е случило с тях. Колко бързо ще преодолеят това състояние на объркване зависи от самите хора, но в отвъдното винаги им оказват помощ и обикновено те бързо приемат прехода. Имала съм контакти с жертви на катастрофи и всички те бяха успели да се нагодят добре към новата обстановка. Повечето ми казваха, че макар че

от гледна точка на земния живот произшествието изглежда като нещастна случайност, всъщност е било част от Божествения план.

Самоубийства

Хора, които посягат на живота си, често се изпълват със съжаление, когато преминат в отвъдния свят. Понякога те също са объркани. Интересно е, че повечето хора, които са имали негативни ПБС, са правели опит за самоубийство. Въпреки това всички самоубийци се посрещат в отвъдното с любов и разбиране и могат да се свързват с нас.

Един от най-вълнуващите ми сеанси беше с жена. чийто син тинейджър се бе самоубил. Тя се обвиняваше, че донякъде е било нейна грешка и че е трябвало като майка да предусети опасността. Нейният син й каза, че тя няма никаква вина, че е бил в тежка депресия и въобще не съзнавал какво прави. Каза също, че в момента е с дядо си и баба си, които се грижат за него. Разкайваше се за стореното, но беше започнал да се приспособява към ситуацията. Знаейки това, майката вече можеше да приеме случилото се и да не се обвинява.

Смъртта и децата

Смъртта на едно дете е ужасна трагедия за родителите, които чувстват, че на техния син или дъщеря е отнета възможността да пораснат. Но децата порастват в отвъдния свят, за тях се грижат или техни роднини или души, които са специално избрани да изпълняват тази функция. Те остават здраво свързани със своите родители на земята и израстват, превръщайки се в прекрасни души, които носят много спокойствие и просветление.

Животните

Животните също живеят след смъртта. Те имат душа също като нас. Във всяко същество, създадено от Бога, има душа. Само човешката себичност ни кара да мислим, че единствено хората сме надарени с душа. И животните могат да се свързват със своите стопани. Когато се „събудя“ в отвъдното, очаквам да се намеря сред моите любими котки, които мъркат и искат да седнат в скута ми.

Съпруги и съпрузи

Въпросът за брачните двойки се задава често.

Дали в отвъдното хората винаги остават със своите съпруги или съпрузи? — питат обикновено.

Не е задължително. Ако двама души са се обичали, що бъдат заедно в отвъдното, но ако не е имало истинска обич, ще поемат по различни пътища.

Понякога хората се притесняват, ако след смъртта на партньора си срещнат някой друг и искат да се оженят за него.

- Той ще ме ревнува ли? — искаше да знае една вдовица.

Мисля, че това е възможно, но никога не съм се натъквала на ревност в моите сеанси.

— Всичко, което желая, е да бъдеш щастлива. Доволен съм, че си намерила някой, който да се грижи за теб — беше посланието на съпруга й.

Един възрастен мъж дойде при мен притеснен, че неговата втора съпруга, която починала, може да се срещне с първата му съпруга. Не е нужно човек да се притеснява в такива случаи. Те се бяха срещнали и очевидно бяха се сприятелили.

Много се смях на реакцията на една жена, когато й казах, че съпругът й се среща в отвъдното с някаква си Моли.

— Пак ли се среща с тази жена? — избухна тя. — Очевидно Моли бе отколешна любов. — Ще го убия, като отида горе!

Често ме питат дали мога да се свържа с определен човек от отвъдното. Обикновено след такъв въпрос следва забележка от рода:

— Чичо Джим не ми се е явявал от много години и бих искала да знам защо леля Етел не ме е включила в завещанието си.

Не мога да се ангажирам с такива молби. Не всеки от отвъдното има възможност да ни отговори. И не всеки иска. Някои не вярват, че това е възможно — в отвъдното има също толкова неверници колкото и на земята. Обикновено тези, които идват на сеанс, са, както бихте очаквали, най-близките на присъстващия. Събира ги нишката на любовта. Но не е възможно да се дават гаранции. Някой път идват същества, които едва си спомняте, а най-близките ви може да не успеят да осъществят контакта.

— Минаха шест месеца, откакто почина съпругът ми — оплака ми се една жена, — и през цялото това време не се е опитал да се свърже с мен.

Поглеждайки я, не бях много учудена. Човекът не бе живял добре с нея. Мисля, че ѝ бе простил, но не можех да го виня, че страни от жена си.

Събеседниците от отвъдното

В началото на работата ми на медиум много се учудих, когато открих колко хуманни са душите от отвъдното. Те не идват при мен като светци или философи. Срещам обикновени мъже и жени, проявяващи естествена загриженост за тези, които са на земята, и говорят за обикновени неща. Много често критикуват спиритизма, че посланията от отвъдното са тривиални — но всекидневните разговори между хората на земята са точно такива или поне така изглеждат отстрани, въпреки че за самите участници са изпълнени със смисъл. Затова аз винаги говоря за „хора от отвъдното“, а не ги наричам „същества“ или „същности“. Ако, да кажем, вашата майка дойде да говори с вас, тя ще си бъде вашата майка, а не „същество“ и определено не е призрак.

Явяват се каквито са били на земята. Дори носят същото облекло. Това не е никак странно. Когато се намираме в астрала, ние създаваме облеклото си автоматично, чрез силата на мисълта. Ако искат да си създадат друг вид дрехи, не е проблем и отново го постигат със силата на мисълта си. Но обикновено идват в познато за участника в сеанса облекло — нещо, по което да може да ги разпознаят. Един мъж се появи в работно облекло, тъй като неговата дъщеря си го представяше така — облечен в мръсен гащеризон как поправя колата си.

Разбира се, те се променят след определен период от време, когато отидат в по-високите измерения. Астралното ниво не е статично състояние. Ако беше така, не би имало развитие. Човек, който е прекарал в астралното ниво дълги години, се променя. В основни линии си остава същата личност, но става по-мъдър и с по-широки възгледи. Духовните учители, прекарвали дълго време в това измерение, се свързват от по-високи нива, без да се интересуват много от светските подробности в живота на хората, а повече напътстват духовното им развитие.

Едно нещо ме притеснява в работата ми като медиум — ограниченията в общуването. Непрекъснато си давам сметка, че хората от отвъдното искат да кажат повече на своите близки, а моят мозък не е в състояние да го приеме. Не ги чувам, нито ги виждам физически. Общуването става на ментално ниво и това изключва езиковия проблем — аз получавам по-скоро мисли, а не думи, така че е без значение дали човекът, с когото се свързвам, говори моя език. За тях е все едно да говорят по телефонна линия със слаб сигнал, с много шум и прекъсване. Искат им се да седнат и хубаво да си поговорят с човека отсреща, но успяват само да предадат няколко откъслечни думи или кратки послания.

Общуването става по силата на любовта. Където има любов и искреност, контактът може да бъде направен и всеки, който е готов да отвори сърцето и ума си, може да изпита близостта с отвъдното — както ще обясня по-нататък в моята книга.

Глава 3

Пътешествия в астрала

Можем интуитивно да се досещаме, че невидимата част от нашето същество остава да живее и след смъртта — душа, дух, както и да го наречете, но не можем да го докажем. Или може би можем?

„Душа“ е една от думите, които най-силно смущават учените. Тя не се вписва добре в техните механични теории за вселената. Все повече обаче стават доказателствата и научните факти, сочещи, че нещо у хората съществува независимо от тяхното физическо тяло. Тези доказателства идват от изследването на преживяванията извън тялото (ПИТ).

Изследване на ПИТ

ПИТ са често срещано явление. Има много описания на хора, напуснали своето физическо тяло, макар и не винаги по време на сън, как се носят във въздуха в безтегловно състояние. Много медиуми твърдят, че са в състояние да правят това, ако пожелаят, и са били изследвани в лаборатории. Най-известният случай е Алекс Танус.

Парапсихологът Карлис Озис подложил Алекс Танус, колежански преподавател, на редица изследвания. Поставил го в звукоустойчива кабина и го помолил да се проектира извън тялото си, да отиде до една далечна стая и да опише някакви картини, специално поставени там. Съгласно

колежанската система за оценяване, верността на описание на картините достигнала 65%. По-нататъшните експерименти имали за цел да проверят дали той може да въздейства на физически предмети, докато е извън тялото си. При един от експериментите в отделна стая били поставени приспособления (термистори), много чувствителни към промяната на температурата. След като излязъл от тялото си, Танус успял да ги изключи. Друг експеримент включвал приспособления, чувствителни към светлината, които били разположени в тъмна стаичка в друга част на сградата. Когато той се измъкнал от тялото си, инструментите регистрирали внезапно и иначе необяснимо увеличаване на светлината.

Д-р Чарлз Тарт, един от пионерите — изследователи на изменените състояния на съзнанието, също е правил задълбочени изследвания на ПИТ. Един от обектите била „госпожица Z“, около 20-годишно момиче, което твърдяло, че още от детска възраст има преживявания извън тялото. Тарт направил една етажерка близо до тавана на лабораторията, където тя спяла, и поставил върху етажерката листче хартия, на което написал петцифрено число. „Госпожица Z“ излязла извън тялото си по време на сън и когато се събудила, могла да му каже числата.

Озис и Тарт са работили заедно с друг медиум, Инго Суон. Суон можел много подробно да опише картини и предмети, поставени извън обсега на неговото нормално зрение. За да изследва това качество по-добре, Тарт изобретил нещо, което нарекъл „оптическа кутия“. Кутията съдържала една картина, която представлявала хитро построена оптическа илюзия. Тя можела да се види ясно, ако човек застане точно пред кутията и погледне в нея през една малка дупка. Суон отново успял. Веднъж обаче се оплакал, че не може да види картината, тъй като в кутията било много тъмно. След като потърсили причините, открили, че той казва истината — осветлението в кутията не работело поради техническа повреда.

Всички медиуми, подложени на експерименти от Озис и Тарт, били свързани с електроенцефалографи, които отчитали мозъчната им дейност. Показанията на апаратите са още едно доказателство. Те регистрирали ниво на мозъчна активност, различно от това по време на сън или в будно състояние. Такива резултати били отчитани само в случаите, когато медиумите твърдели, че са имаш преживяване извън тялото.

Все пак някои друга изследователи не били убедени. Те предполагаш, че причината е някакъв вид свръхсензорно възприемане. Според тях медиумите проявявали ясновидство, като проектирани част от съзнанието си извън тялото. За да провери това твърдение, д-р Робърт Морис от Фондацията за пси-изследвания в Калифорния измислил гениален експеримент, който се основавал на известната пси-чувствителност у животните. Той помолил своя субект Кийт Хари да излезе извън тялото си, да отиде в друга стая, където неговите две малки котенца играели и да се опита да им привлече вниманието. Резултатите били изключителни. По времето, през което Хари твърдял, че е извън тялото си, двете котенца спрели да играят, седнали без да помръдват и започнали да гледат втренчено в празното пространство.

Експерименти от този вид са съществено важни в дискусиата има ли живот след смъртта. Никой не твърди, че ПИТ доказват съществуването на живот след смъртта, но определено ни насочват да мислим в тази посока. Щом можем да покажем, че известна част от нас може да функционира независимо от физическата ни същност, тогава защо тя да не може да продължи да съществува и когато тялото ни е мъртво. Ако приемем тази гледна точка, ПИТ е един вид репетиция за смъртта, а смъртта сама по себе си е едно непрекъснато проектиране извън тялото! Разбира се, хора които са преживявали ПИТ, са се убедили, че душата съществува. Д-р Скот Рого, който задълбочено е изучавал този въпрос, веднъж писа: „Никога не съм срещал човек, който да е имал преживяване извън тялото и да е останат материалист.“

Най-известният случай на проектиране извън тялото за всички времена е Силван Мълдун. Книгата му „Проекция на астралното тяло“, издадена през 1920 г., остава класика в тази област. Мълдун напуснал тялото си за първи път на 12-годишна възраст. Случило се, когато с майка му били в един лагер на спиритисти. По-късно той обяснява събитието с натрупалата се пси-енергия от медиумите в сградата. Бил задрямал необичайно рано и се събудил със странно усещане. Бил в пълно съзнание, но тялото му било сковано, сякаш залепено за леглото. После установил, че тялото му вибрира, ушите му пищели и почувстват голямо напрежение в главата.

Веднага след като си възвърнах слуха, започнах да виждам и бях направо смаян! Нямам думи да обясня своето преживяване. Аз летях! Носех се във въздуха неподвижен, в хоризонтално

положение, на около метър над леглото. Вече можех да разгледам стаята и точно си местонахождение в нея. Отначало виждах замъглено, но постепенно всичко се избистри. Знаех много добре къде се намирам, но всъщност не можех да контролирам странното си поведение. Бавно, на зиг-заг, все още със силно напрежение в тила, аз се издигах нагоре към тавана, все така в хоризонтално положение и напълно безпомощен.

Естествено аз вярвах, че това е точно моето физическо тяло, но смятах, че то е престанало да се подчинява на гравитацията. Състоянието ми беше много неестествено, за да го разбера, но все пак много истинско, за да го отрека — бях в съзнание, виждах и не можех да допусна, че съм полудял. Когато бях на около два метра над леглото, съвсем без да искам, сякаш движенията ми се управляваха от невидима сила във въздуха, бях изправен от хоризонтално във вертикално положение и след това смъкнат на пода на стаята. Там престоях, стори ми се, около две минути, все още без да мога да се движа със собствени сили, като гледах все на право. Бях все още астрално парализиран, после контролиращата ме сила отслабна. Почувствах се освободен, остана само напрежението в тила ми. Направих една крачка, тогава напрежението за миг отново се усили и захвърли тялото ми напречно на стаята. Успях да се обърна. И видях себе си като двама! Започвах да мисля, че полудявам. Върху леглото спокойно си лежеше друго мое аз. Беше трудно да убедя себе си, че това е действително така, но тъй като бях в пълно съзнание, не мога да се съмнявам в това, което съм видял.

Той помислил, че е починал по време на сън. В състояние на паника искал да излезе от стаята, но докато се опитвал да отвори вратата, открил, че преминава през нея. Влизайки от една стая в друга, трескаво се опитвал да събуди заспалите хора в сградата. Сграбчвал ги, викал ги по име и се опитвал да ги раздрусва, но ръцете му преминавали през тях. Те дори не чувствали неговото присъствие. Бродел из къщата в това състояние около 15 минути. После за свое успокоение почувствал как бива издърпван обратно в тялото си, където се събудил стреснат, усещайки пронизваща болка, „сякаш бях разрязан от главата до петите.“

Това живо описание съдържа много от характерните особености за ПИТ. Обикновено започва с усещането, че напускаш тялото си или през главата, или — в повечето случаи, като се носиш хоризонтално нагоре към тавана. В този момент излезлият извън тялото си може да погледне надолу и да види собственото си физическо тяло да лежи на леглото. Шокът от видяното го кара да се върне обратно с неприятно раздрусване. Обаче излизането от тялото може да стане несъзнателно и в тези случаи човекът открива, че се носи във въздуха в безтелесно състояние, обикновено в нормалното си физическо обкръжение, докато не бъде върнат отново в тялото си, сякаш е вързан за него с ластик. Това преживяване може да се окаже, както е открил Мълдун, и страшно. От друга страна обаче, субектите намират, че чувството на свобода, което изпитват при напускане на тялото, е опияняващо и се чувстват напълно спокойни.

Лични преживявания

Предполага се, че медиумите преживяват повече излизания от тялото отколкото останалите хора, тъй като не са така приковани към физическото ниво. Не зная дали това е истина. Много от медиумите, които познавам, са доста земни хора. Аз самата многократно съм била в това състояние и ще отбележа едно любопитно обстоятелство, което съвпада с казаното от Мълдун — проектирах се извън тялото си на места, където имаше много пси-енергия или когато бях работила интензивно на духовно поле.

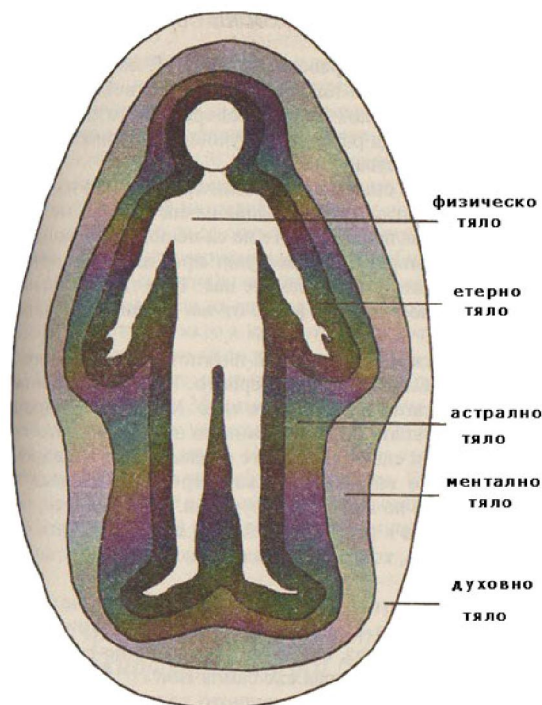
Това се случи за пръв път, когато бях на 20 години — във времето, когато започвах да развивам своите пси-способности.

Бях много уморена и тази нощ си легнах рано, без да измия чиниите, които бяха натрупани в умивалника. Това не беше нещо, което можеше да ме развълнува в ония години, но е останало в ума ми, или в съзнанието ми, защото посред нощ се видях да слизам по стълбите към кухнята.

Отидох до умивалника и започнах - както ми се струваше - да мия чиниите. Тогава открих, че ръцете ми преминаваха през чиниите, без да ги помръдват. Макар да беше странно, не се изплаших. Единствената мисъл, която премина през главата ми, беше „Това е губене на време“. След това се обърнах обратно и се изкачих по стълбите. Всичко в къщата си беше както обикновено. С единствената разлика, че аз по-скоро се плъзгах нагоре по стълбите, отколкото стъпвах. Когато стигнах до вратата на спалнята си, за миг загубих съзнание и после се събудих в леглото си.

Тогава осъзнах факта, че съм била извън тялото си. Така започна паниката. Бях парализирана, не можех да контролирам мускулите си. Беше ми много горещо и сърцето ми биеше бясно. Лежах така около няколко минути. Постепенно парализата ме напусна и пулсът ми се нормализира. Аз станах от леглото, този път физически, и си направих чаша чай, за да мога да дойда на себе си от шока.

Следващият случай беше две седмици по-късно. Този път напуснах тялото си в хоризонтално положение и постепенно се изправях във вертикално. Разхождах се из къщата, не ходех, а се носех на няколко инча от пода. Бях по-малко уплашена отпреди, тъй като междуременно бях прочела няколко книги за астралните проекции и осъзнавах какво ставаше всъщност. Както е при много от пси-преживяванията, осъзнаването е ключът към преодоляването на страха. Оттогава свикнах с тези „екскурзии“ и макар че не се стремя към тях преднамерено, започнах да ги възприемам като част от моя духовен живот.



Фиг. 2. Различните тела, от които сме съставени

Нашата духовна обвивка

Изследванията, направени върху ПИТ, повдигат един интересен въпрос. Какво е това, което всъщност напуска нашето тяло? За да отговорим на този въпрос, необходимо е да разгледаме духовната обвивка на човешките същества.

Така както съществуват различни нива или измерения на съществуване, по същия начин хората сме съставени от различни тела. Те не са нещо, което получаваме при смъртта. Съществуват през цялото време и са невидимата част на самите нас. Тези тела са разположени едно в друго и всяко от тях вибрира с различна честота.

Физическото тяло е най-плътното и с най-ниска вибрация. След него идва етерното. То е връзката между физическото и астралното тяло. Може да се нарече системата, която поддържа живота на физическото тяло, тъй като една от неговите функции е да влива във физическото тяло космическа енергия, необходима за поддържане на жизнените функции. Тази енергия, наричана прана в източните религии, е космическата сила на живота, която прониква във всички живи същества.

След етерното е астралното тяло, в което ние живеем след смъртта. След него идват менталното и по-висшите духовни тела, които ни свързват с по-развитите сфери на духа и накрая със самия Бог.

По време на ПИТ астралното тяло се откъсва от физическото. Ето защо това явление се нарича и астрална проекция. Някои медиуми могат да се проектират извън тялото си съзнателно, но на практика всеки човек преживява ПИТ всяка вечер по време на сън, тъй като тогава астралното тяло

се отделя от физическото. Разбира се, обикновено ние не усещаме, че това се случва. Само когато „се събудим“ извън тялото си, разбираме, че имаме преживяване извън тялото.

Астралната проекция не се случва само по време на сън, но също и когато човек се отпусне или дреме, т.е. в състоянието между сън и пробуждане. В тези случаи движението на астралното тяло извън физическото преминава гладко, като изхлузване на ръкавица от ръката. При катастрофа или удар по главата обаче се причинява такъв шок на целия организъм, че астралното тяло е принудено да се откъсне от физическото с голяма скорост. Например жертви на автомобилни катастрофи казват, че са имали чувството, че са излетели във въздуха и са можели да наблюдават сцената на произшествието отгоре, като в началото не са разбирали, че виждат собственото си тяло.

Хората, които медитират, също може да преживяват астрална проекция. Медитиращите по време на дълбок транс могат да почувстват как излизат извън тялото си или се носят из въздуха. В състояние на транс медиумите понякога виждат себе си отстрани. Един познат лечител ми каза, че веднъж по време на сеанс видял себе си в другия край на църквата как лекува пациент.

Преживявания извън тялото и преживявания близки до смъртта

За мен най-интересната страна на ПИТ е близката им прилика с ПБС. И в двата случая има безболезнено напускане на тялото и политане нагоре, като човек се носи към тавана. Субектите изпитват чувство на свобода и еуфория, не искат да се върнат във физическите си тела и губят страха си от смъртта.

Майра Колбър, която е медицинска сестра, ми каза, че по време на ПИТ е съпреживявала моментите преди смъртта заедно с един пациент:

Бях много близка с един пациент, който ми каза, че има рак, но аз не трябва да казвам на лекарите, че той знае за това. Въпреки това казах на старшата сестра и тя сметна, че трябва да работя с него колкото се може повече, защото той ми имаше доверие. Един ден бяхме много заети и когато болният ме повика, му казах, че ще отида да го видя по-късно, но не успях. През нощта се събудих и открих, че се нося над леглото си близо до тавана, и това не беше само въображение. Тялото в леглото изпитваше невероятно опиянение и радост, самото то и носещата се във въздуха същност бяха едно и също, но някак си аз отнякъде виждах всичко това. Веднага след това погледнах часовника. Беше 12.40 след полунощ. Когато застъпих дежурството на следващата сутрин, се оказа, че пациентът, моят близък приятел беше починал по същото време. Никога не съм говорела за това, но знам, че съм съпреживявала неговата смърт.

Подобно на ПБС, ПИТ дават една представа как може да се чувства човек, ако обитава духовния свят. Мълдун, който бил свикнал с астралните пътешествия, стигнал до заключението, че в това състояние той всъщност е призрак. Можел е да преминава през врати и стени, да се движи с голяма скорост, плъзгайки се или летейки, и да се пренася от едно място на друго чрез силата на мисълта. Чувствителността му се изостряла. Добивал уменията да вижда като рентген и можел да вижда предмети на голямо разстояние. Обаче само в редки случаи успявал да накара някой във физическия свят да усети присъствието му. Не можел да влияе на физически предмети, макар че веднъж с огромно усилие на волята успял да задвижи метроном.

Как може човек да е сигурен, че ПИТ е нещо повече от сън? И тук както при ПБС това е въпрос на лично убеждение, трудно е да се докаже пред другите. При ПИТ има такава жизненост, каквато няма при нито един сън и всеки който е бил в това състояние, ще го потвърди. Повече доказателства по въпроса са изнесени от медиуми като Танус и Суон в експериментите, описани в предишната глава. Има и много други случаи, когато човек се пренася на далечни места и впоследствие намира потвърждение на видяното. Телма Тренчард от Корнуол ми писа, за да ми разкаже едно такова свое преживяване. То се случило, след като продала пианото на майка си, към което била много привързана.

Като много други хора аз съм сънувала как излизам извън тялото си. В тези случаи знаех, че се намирам в друго тяло, което няма тегло. Но този път се видях в „светлинното“ си тяло в непознатата стая. Нямах представа как съм се озовала там. Стаята беше много голяма. Имаше нещо покрай стените, но не можех да видя какво. Вниманието ми бе насочено другаде. Средата на стаята беше празна. Подът беше дървен, от дълги дъски и бе застлан в средата с износен килим. По някаква причина бях с ролкови кьнки и се пързалях по дъските и килима напред-назад. Умът ми работеше по-бързо отколкото при обичайното състояние на съзнание. Не усещах триене върху дъските и килима, така че можех да се движа без всякакво усилие. Бях лека като перце и това

беше чудесно. Мислех си: „Сега знам как ще се чувствам, когато умра и напусна тялото си“. Един беззвучен глас ми каза: „Помни това, то е важно.“

Никога не съм се пързала, нито пък познавам някого, който ходи да се пързая. Така че беше много невероятно, че правех точно това по време на преживяването.

След около две седмици се разхождах надолу към селото и видях жената, която бе купила пианото, пред вратата на къщата ѝ. Тя ме повика и каза:

— Телма, заповядай вътре да видиш пианото. Похарчихме 80 лири за поправката му и сега изглежда чудесно.

Влязох вътре. Къщата беше построена в едната страна на старата каменоломна и там имаше мазе под нивото на пътя, за чието съществуване не знаех. Жената ме поведе по една доста стръмна стълба към мястото, където беше пианото. Погледнах и доста шокирана разпознах дъските на пода и износения килим. Казах ѝ:

— Каква прекрасна широка стая имате тук долу.

— Да — отвърна тя. — Когато внуците ми бяха малки, изнасяхме мебелите и те се пързаяха тук на ролкови кълки.

Значи аз бях извършвала нещо, което тя щеше да ми каже, че е вършено, 14 дни преди да ми го е казала.

Предизвикване на ПИТ

Има много различни начини за предизвикване на ПИТ, но нито един не е лесен за усвояване. Ако искате да опитате, има редица книги, в които ще намерите подробни инструкции. Но да ви предупредя — това е нещо, на което не трябва да се гледа несериозно. То може да бъде страшно и да ви разгупи сърцето. Може също да ви доведе до изтощение от липса на сън.

Техниката, която бих препоръчала за начинаещи, се нарича сънен метод. Той е създаден от Оливър Фокс през 20-те години на нашия век и е обяснен в книгата му „Астрална проекция“. Фокс, чийто метод днес бихме нарекли сънуване наяве, се самоинструирал точно преди заспиване да бъде в съзнание по време на сън. Когато успял да постигне това, той открил, че качеството на съня се изменя значително:

Изведнъж животът стана стотици пъти по-ясен и осезаем. Никога не съм виждал морето и дърветата да греят с толкова сияйна красота: дори и обикновените къщи изглеждаха живи и странно красиви. Никога не съм се чувствал толкова добре, с толкова ясна мисъл, изпълнен с божествена сила, така неизразимо свободен. Това усещане не може да се опише с думи; но то продължи само няколко секунди и аз се събудих.

За предизвикване на ПИТ можете да използвате и следния метод:

Изберете време от деня, когато е тихо. Най-удобни са вечерите, когато ви се доспива, но не сте толкова уморени, че да заспите веднага. Намерете място, където няма да бъдете обезпокоявани. Най-вероятно това е вашата спалня. Трябва да бъдете сигурни, че няма шум или други неща, които ви разсейват. Изключете телефона си, изпратете котката навън и предупредете строго семейството си никой да не влиза в стаята ви. Това е много важно, защото, ако се притеснявате, че някой ще ви прекъсне, няма да можете да се отпуснете достатъчно. Затъмнете стаята. Трябва да ви е топло, но не твърде горещо.

Легнете на леглото или на кушетката и се отпуснете напълно. Започнете с разпускане и свиване на пръстите на краката си, после ги успокойте. Направете същото с мускулите на ходилата. Раздвижете по този начин цялото тяло, докато се отпуснете напълно. Приковете вниманието си върху тавана над леглото и си представете, че се издигате, за да го достигнете. Не се напрягайте, просто си представете, че се издигате леко към тавана на въздушна възглавница и се носите из въздуха. Може да се наложи да опитвате много пъти, преди да постигнете резултат, но най-накрая ще почувствате, че се издигате хоризонтално нагоре, после ще преминете във вертикална позиция на около метър от леглото си.

Когато стигнете това положение, запазете спокойствие! Ако изпаднете в паника, ще се върнете веднага във физическото си тяло с неприятно друсане. Ако останете спокойни, ще можете да се обърнете настрана и да погледнете вашето физическо тяло, което лежи на леглото. Едва тогава можете да започнете да изучавате обстановката, но не бъдете толкова амбициозни първия път. Свикнете първо да се движите в астралното тяло. Разходете се из стаята. Опитайте се да излезете от

стаята (ще можете да преминете през затворената врата) и да отидете в другите стаи, да излезете извън къщата, на улицата.

Ако се чувствате добре, можете да навлезете и по-нататък в преживяването, но ви предупреждавам, че няма да ви бъде лесно. Някои книги, отнасящи се до астралната проекция, създават впечатление, че ако веднъж научите техниката, можете да потеглите към прекрасни екзотични приключения, да изследвате далечни места. Не искам да ви обезкуражавам, може би вие сте от онези щастливци, които имат природна склонност към такива неща, но за повечето хора реалността не е толкова вълнуваща, колкото я описват в книгите. Независимо от степента на подготовка на съзнанието и от силното ви желание, шокът от това да се намериш извън тялото си обикновено е достатъчен, за да ви накара да се върнете обратно в тялото си с голяма скорост. Дори ако успеете да преодолеете този страх, може би няма да стигнете по-далеч от задния си двор.

Седмици наред сте правили упражнението без успех, но не унивайте. Като се упражнявате непрекъснато, вие вгълпявате на подсъзнанието си идеята за излизане извън тялото и една нощ ще откриете, че ви се е случило ПИТ. Успехът често идва тогава, когато най-малко го очаквате — именно когато престанете да се опитвате повече!

Възможно е да искате да изпробвате съпреживяване на ПИТ с ваш приятел. Двамата заедно можете да практикувате гореспоменатите упражнения, докато почувствате, че сте ги овладели. Тогава изберете една вечер и си направете среща. Изберете място, което познавате добре — може да бъде спалнята на единия или на другия. Концентрирайте се, докато правите упражненията, и си пожелайте да отидете на избрано от вас място. Ако сте избрали стаята си, изпратете мисълта си да доведе и вашия приятел. Дори да нямате съзнателен спомен от срещата, когато на другия ден си разказвате преживяното и сънищата, потърсете в тях общи черти.

За всеки, който иска да развие своите пси-способности, изучаването на астралните проекции има голямо значение за по-доброто разбиране на духовната ни същност. Още една очарователна сфера за изучаване са сънищата, защото са повече от фантазии. Те са вратите към невидимия свят.

Глава 4

Повече от сън

Какво представляват сънищата?

Ние прекарваме 1/3 от живота си в сън. За тези от нас, на които не им се излиза от завивките през студените зимни утрини, дори е повече. В по-голямата част от времето сънуваме. Някои хора твърдят, че никога не сънуват, но всъщност просто не могат да си спомнят. Научните изследвания потвърждават, че всеки от нас сънува няколко пъти на нощ. И така, какво точно са сънищата?

Отговорът зависи от това дали разглеждате въпроса от психологическа или психична гледна точка. Разбира се, до известна степен сънищата са плод на нашето въображение, преплетено с преживяното през деня, нашите мисли, желания и страхове. Чрез тях ни говори подсъзнанието и може да ни даде важни прозрения, макар че понякога те са толкова забулени в символи, че са трудни за разгадаване. Някои сънища са пророчески или най-малкото дават знаци за нещата, които ще се случат. Но сънищата съдържат и друг елемент. Понякога те са объркващи спомени за нашите пътешествия в отвъдното.

Пси-поглед върху съня

Когато заспим, духовната ни част напуска физическото тяло, за да се зареди. Когато това се случи, ние фактически навлизаме в духовния свят, който, както вече видяхме, не се намира на далечно място, а е около нас през цялото време и си взаимодейства с нашия свят. По време на сън нашето съзнание се издига и пада, като се докосва до най-различни измерения и нива на духовния свят. Повечето от спомените за това изчезват още при събуждането. Някои впечатления се запазват, но подсъзнанието ни ги филтрира и ги свързва с неговите собствени фантазии. Няма нищо учудващо, че сънищата са често толкова объркващи и не се поддават на никакво психологическо обяснение.

Някои от усещанията, преживени по време на сън, са причинени от активността на астралното тяло. Когато сънуваме, че летим или се носим из въздуха, независимо от тълкуванията на Фройд, това е отражение на свободното излизане на астралното тяло извън физическото. Подсъзнанието регистрира това движение и го преработва в сън, така че може да сънуваме, че летим със самолет

или с балон. Когато сънуваме, че падаме, тогава астралното тяло изведнъж се връща във физическото. Като се съберат двете тела, се получава раздрусване, което ни събужда, затова винаги се събуждаме в съня си още преди да сме паднали на земята! Ако сме заспали и се стреснем от някакво внезапно движение или шум, това също довежда до мигновено прибиране на астралното тяло във физическото. От там идва и чувството на раздрусване, сякаш падаш върху паваж — то е познато на много хора.

Сънищата и ПИТ

Разликата между съня и ПИТ е буквално един свят. При ПИТ съзнанието е все още активно. Субектът, проектиращ се съзнателно, прилага волево усилие, за да освободи астралното тяло от физическото, и знае какво става. Когато напусне тялото, неговото внимание все още е фиксирано върху материалния свят, така че той вижда нещата във физическата им реалност.

ПИТ, които се появяват по време на сън, са по-различни. Отделянето на астралното тяло от физическото става тогава, когато съзнанието е „изключено“ и сънуващият не знае какво се случва. Ако съзнанието се „включи“ отново по време на проекцията, сънуващият идва на себе си и разбира, че е извън тялото. Тогава той *заявява*, че е преживял излизане от тялото. В действителност прави това, което, без да знае, прави всяка нощ.

По време на нормален сън съзнанието остава заспало. Ние наричаме това „безсъзнание“, но всъщност съзнанието ни функционира на различно ниво, при което сме в контакт с етерния и астралния план.

Сънищата и етерният план

В Глава I обясних етерния план като граница между физическия и духовния свят. Той може да се нарече земята на сънищата на астралния свят. Също така е и нашата земя на сънищата. Когато се движим през този план по време на сън, ние улавяме носещи се картини и звуци, но тъй като съзнанието ни е замъглено, всичко е неясно и пречупено. Тук можем да срещнем хора, които спят като нас и са извън телата си. Също така можем да срещнем и хора от отвъдното, но няма да можем да осъществим чист контакт с тях. Ние се срещаме и разминаваме като кораби през мъглива нощ и всеки има само бледа представа за съществуването на другия.

Видяхме, че след смъртта душите преминават през етерното ниво по пътя си към отвъдното. Подобно е и по време на сън. Ние можем да прекараме цялата нощ в етерното ниво, но понякога можем да се издигнем до астралното, където съзнанието ни се просветлява. То е все едно, че сме преминали смъртта. И обикновено отново забравяме всичко при събуждане. Като се връщаме към тялото си, трябва отново да преминем през етерния план и той заличава всичко от паметта ни, все едно че се изтрива магнетофонна лента. Но хората, които са се усъвършенствали в изкуството на астралната проекция, я използват като средство за изучаване на отвъдното.

Описанията на тези изследвания са забележително подобни на ПБС и контактите с отвъдното. Те разказват за красотата на природата там и как прилича на земята в идеализирана форма. Един от известните автори по темата е Робърт Монро, който описва своите приключения в книгата „Пътуване извън тялото“.

Зоните на Монро

Монро различава 3 отличителни зони. Зона 1 дефинира като „тук — сега“. Това е обикновеният физически свят. Макар че може да пътува на много мили от дома си, да посещава хора във физическия свят, които в някои случаи дори е накарал да усетят присъствието му, той рядко се среща с хора от отвъдния свят. На физическо ниво експериментира преживявания извън тялото, с които учените са запознати. Макар и да е в астралното си тяло, съзнанието му е насочено към материалния свят, така че вижда именно него.

Понякога Монро открива, че се намира в съвсем друга среда, която нарича Зона 3. Това е загадъчна територия, подобна на земната, но не съвсем същата и е населена от мъже и жени, които живеят обикновен живот. Той не може да прецени къде се намира тази зона, а аз самата не познавам друг пътешественик в астрала, който я е посетил. Експериментаторът предполага, че може да е някакъв вид паралелна вселена, но аз предполагам, че това е едно от многобройните астрални полета, тъй като ни е казано, че някои от нивата близо до земята изключително приличат на нашия свят.

Монро описва преминаването през етерния план и го нарича „мъгливо място“, където се среща с други спящи хора, също и с такива, които са умрели и още не са тръгнали към астралния план. Тук

се среща и с демонични същества, защото според онова, което е видял, части от етерния план приличат на ада и без съмнение се пораждат от нашите лоши сънища и кошмари.

Но отвъд тези мъгли се навлиза в Зона 2. Това място веднага може да бъде разпознато като астралния или духовния свят:

За мен това беше място или състояние на пълен покой и в същото време на изключителна емоция. Сякаш се носиш върху топли, меки облаци, където няма движение надолу или нагоре, където нищо не съществува отделно от другото. Топлината не е просто около теб, тя се съдържа и преминава през теб. Възприятията са заслепени и преизпълнени от Съвършената среда.

Монро твърди, че този свят прилича на земния в много отношения, но Там не съществува понятието време, както го разбираме ние. Всичко наоколо е създадено от силата на мисълта. Веднъж се озовал в нещо като парк, където стотици мъже и жени, все непознати, се разхождали наоколо — някои замислени, други изпълнени със спокойствие, а трети преценяващо се оглеждали наоколо. Научил, че това било нещо като зона на посрещането — наскоро починалите се срещали със своите роднини и приятели и те ги отвеждали до местата, където са разпределени.

Красотата на този свят дълбоко го развълнувала. Струвало му се, че се е прибрал у дома. Разказва с какво нежелание се връщал обратно в тялото и каква силна носталгия преживявал дни наред след това. Монро заключава, че астралният свят е нашата естествена среда, и когато астралното тяло напуска физическото, неминуемо ще се озове там, освен ако не го задържи земното съзнание.

Хората, преживели ПБС, признават своето нежелание да напуснат астралния план и да се върнат обратно на земята. Това е и една от причините, поради които се нуждаем от сън. Като гмуркач, който излиза над водата, за да си поеме въздух, ние имаме необходимост да се връщаме в нашия духовен дом, за да се освежим. Понякога ни остават откъслечни спомени и се събуждаме с чувството, че сме били някъде, където е било красиво — само да можем да си спомним къде! Но може би е добре, че завръщането през етерното тяло изтрива преживяването ни, иначе щеше да ни бъде много трудно да се примиряваме с този свят, който е толкова по-неприятен в сравнение с другия.

Срещи в астрала

Когато спим, ние често срещаме познати нам хора, които са починали. Тези срещи стават по различен начин и в различни измерения. Те могат да донесат голямо успокоение, но често ни изпълват с догадки, защото си спомняме само откъслечни фрагменти. Изпратиха ми интересен разказ от Памела Емсън, която се срещнала с баба си в един, както ѝ се сторило, невероятен жив сън.

Почувствах, че се движа надолу за няколко секунди, после открих, че се намирам отвън, беше на малко разстояние от мястото, където живееше баба ми. Беше тъмно и се изненадах, че се намирам там. Тогава разбрах, че нямах тяло и че съм една топка светлина около 30 см в диаметър. Носех се на около 1,2 метра над земята. В първия момент не знаех какво да правя, но бързо ми стана ясно, че мога да се движа във всяка посока, само чрез мисълта си. Започнах бързо да се движа напред и бях смаяна от скоростта. Чувствах вятъра около себе си. Тръгнах по пътя и отидох до къщата на баба ми. Поколебах се пред вратата — беше отворена както я оставяше, когато ме очакваше, но аз знаех, че тя е починала.

Обаче исках да я видя, така че влязох. Озадачи ме откритието, че къщата, която с майка ми бяхме разчистили, беше точно същата като по времето, когато баба ми беше жива. Мисля, че в този момент отново станах каквато съм обикновено във физическото си тяло, но не съм сигурна. Извиках по име баба, както правех преди, и тя отвори както обикновено:

— Влез, мила, в кухнята съм.

Почаках няколко секунди във всекидневната и баба ми влезе. Тя застана пред мен и аз бях щастлива, че я виждам. Тя ме попита:

— Същата ли съм?

Отговорих, че не се е променила, само дето е станала по-висока. Тя ми отговори, че никога преди не е правила такова нещо. Постепенно се смали, докато прие приблизително норматите си размери. Ние прекарахме, както ми се стори, доста време заедно. Спомням си, че разговаряхме, но за съжаление не мога да си спомня за какво. Много бих искала да си спомня. След това осъзнах

необичайността на ситуацията, в която се намирах, и ме обхвана паника. Казах на баба си, че ме е страх и трябва да си тръгна. Тя стана и каза:

— Преди да си тръгнеш, искаш ли да се запознаеш с един човек?

Тя се обърна и до нея стоеше жена, която ми се усмихваше. Тя беше неподвижна и не така „истинска“ като баба ми — все едно че я виждах през опушено стъкло. Бях почти сигурна, от снимките, че това е сестрата на баба ми, която беше починала четири години преди моето раждане. Като видях това, паниката надделя и излязох от къщата. Спомням си, че излязох оттам във формата на светлина и после нищо.

Този разказ показва колко често тези срещи са обърквачи. Сигурна съм, че Памела действително е видяла баба си, но изглежда, че в преживяването е включен елемент от съня, или може би нейната баба е пресъздала чрез мисълта си къщата, в която преди е живяла — кой знае?

Астралните срещи обикновено са по-истински и стават по-често в периода веднага след смъртта на любим човек. Това не е учудващо, тъй като тогава починалият е все още много близко до земята и може би копнее да се свърже с тези, които са останали там. Това може би е техният най-добър, фактически единственият начин за общуване. Когато сме в нормално, будно състояние, ние не знаем за тяхното присъствие, но когато напуснем тялото и се издигнем в астралния план, където те обитават, можем да ги срещнем без никаква пречка. Вероятно трудното от тяхна гледна точка е да ни помогнат да си спомним тази среща на сутринта.

Сънищата и срещите в астрала могат да бъдат смесени по много обърквач начин, тъй като нашето съзнание се колебае между едно или друго ниво. Една участничка в сеанс ми обясни как е сънувала „нещо повече от сън“ с баща си, който бил починал наскоро и към когото била много привързана:

Виждах го в далечината и знаех, че се опитва да ми каже нещо. но не можех да разбера нито една негова дума. Сякаш бях обвита в мъгла. Колкото повече се опитвах да го достигна, толкова по-далеч отиваше. Мислите ли, че действително съм го видяла?

Не можех да й отговоря със сигурност. Много често е невъзможно да отделим съня от действителността и, разбира се, много от сънищата не са нищо друго освен плод на нашата фантазия. Както при ПИТ, така и при сънищата човек трябва да се довери на своята интуиция, за да определи кое е истина и кое не. В този частен случай обаче, според мен тя е видяла баща си, но тъй като нейното съзнание е функционирало на етерно ниво (мъглата, която описва), не е била в състояние да разговаря с него нормално.

Преживявания в отвъдния свят

При редките случаи, когато за кратко време посетим отвъдното в съня си и се върнем оттам с ясни спомени, за нас това е едно прекрасно и незабравимо преживяване.

Мери Пултън е имала преживяване, което променило живота ѝ. Нейният 23-годишен брат загинал при катастрофа и Мери, която била много привързана към него, не можела да се примири със смъртта му. Един медиум ѝ казал, че трябва да престане да плаче и да остави брат си на спокойствие, за да може той да продължи нагоре по пътя си.

Няколко седмици след това сънувах сън. Наричам го сън, макар че не знам дали бях будна или спях. Видях един мъж в бяла роба, който стоеше до леглото ми. Той ми каза:

— Ще те заведе да видиш къде ще живее брат ти.

След няколко секунди се намирах в едно красиво място, приличащо на градина на манастир. Там имаше монахини. Една от тях ми каза:

— Ето, тук ще дойде брат ти да почива, тук ще е грижим за него, но първо трябва ти да го пуснеш.

После монахинята ми каза, че ще ме остави за малко сама. Можех да разглеждам, но да не преминавам една граница, която тя посочи в далечината.

Разбира се, любопитството на Мери надделяло и тя не могла да се въздържа да не види какво има отатък, за разлика от градината, това било мрачно и пусто място. По-късно научила, че това било едно от ниските нива на астрала, но тогава не го знаела. В паниката си повикала монахинята, която я завела обратно в градината. После дошъл човекът в бялата роба и я върнал у дома. *Можех да видя стаята си и себе си как лежа в леглото. Почувствах как се вмъкнах в тялото си. Мъжът ми каза:*

— Ще се срещнем отново някога в бъдещето.

След това станах друг човек. Съвзех се и престанах да плача за брат си и да се самосъжбявам.

По това време Мери не знаела нищо за медиумизма, но много години по-късно започнала да работи като медиум и отново се срещнала с мъжа. Той и досега е един от духовните ѝ помощници и работи с нея. Скоро след смъртта на баща ми аз самата имах едно преживяване, което бе толкова истинско, че и сега, след много години, все още е живо у мен. Вървах надолу по тъмен и тесен път, за който знаех, че е границата на етерното ниво. Около мен се виждаха неясни фигури, които ме изнервиха и аз започнах да бягам. Тогава осъзнах, че моята баба, починала, когато бях на 7 години, бе до мен. Това ме успокои и ние тръгнахме заедно.

Изведнъж мястото се освети, сякаш някой бе запалил мощна лампа. Озовах се в красиво провинциално селище. Всичко около мен излъчваше живот. Птиците бяха покрити с екзотични пера в живописни цветове, изпитах усещане за широта, свобода и спокойствие, тогава видях баща си. Толкова се зарадвах, че се хвърлих да го прегърна. Той беше съвсем истински и материален и изглеждаше така, както го помнех преди да се разболе. Поговорихме си малко, макар че не си спомням за какво. Той ме представи на някой, когото никога не бях виждала. Аз си подадох ръката, за да се здрависам с този човек.... тогава изведнъж се събудих и се намерих в леглото си, изпълнена с желание да остана там за винаги.

Хората, които са осъзнати, докато са във физическото си тяло, са склонни да правят по-често астрални пътешествия и си ги спомнят по-добре. Техните мисли са настроени към духовните измерения и тъй като астралното тяло се управлява от силата на мисълта, то мислите им ги отвеждат там. Но не е необходимо да сте медиум, за да имате преживявания от този вид. Любовта е основата на контактите и ако съществува нишка на обич между някой на земята и някой в отвъдното, тя ще ги привлече един към друг.

Мислите ви преди да заспите до голяма степен влияят върху това къде ще отидете в съня си и какво ще преживеете в духовните сфери. Така че, ако искате да се срещнете с вашите близки в астрала и да ви останат спомени, ви е необходима подготовка.

Опитайте се да медитирате няколко минути, преди да си легнете. (Упражнение за медитация е дадено в Глава 7). Съзнателно гледайте да не мислите за неприятностите си през деня и оставете съзнанието си да бъде спокойно. Изпратете мислите си към отвъдното, към тези които обичате, и ги помолете да бъдат с вас. Вие можете да експериментирате.

Може да искате да изпробвате техниката на Фокс при предизвикване на астрална проекция, обяснена в Глава 7. Пожелайте си да се „събудите“ по време на сън и да видите какво ще се случи.

Дневници на сънищата

Всеки може да тренира себе си така, че да си спомня сънищата, ако има достатъчно търпение и решимост. Упражнението си заслужава усилието, защото сънищата могат да ни научат на много неща както в психологически, така и в метафизичен аспект.

Добро начало е да започнем да си водим дневник на сънищата. Поставете бележник до леглото си и щом се събудите на сутринта или през нощта, запишете всичко, което си спомняте от своите сънища. Независимо от това колко фрагментарни или тривиални са те. Целта е да привикнете своята памет да възпроизвежда всичко, което се случва в състояние на сън.

Друг начин е да вземете касетофон и да се записвате на него, а после да си водите бележки на спокойствие през деня. Това е по-ефективно средство, защото сънищата са толкова крехки, че всяко посягане към листа и писалката може да ги прогони от главата ви.

Когато започнете да си водите дневник, първоначално може да имате малко неща за записване. От някоя нощ може да не си спомняте нищо. Но ако сте упорити, постепенно ще започнете да си спомняте повече и повече и вашите сънища ще станат по-истински.

Сънищата и астралните пътешествия показват, че ние сме повече от едно физическо тяло, повече от един мозък. Ние приличаме на айсберги. Само върхът — умът и физическото тяло — възприема е нормалните сетива. Отдолу под повърхността има толкова големи дълбини, до които може и да не стигнем никога. Дали си даваме сметка или не, ние постоянно сме в контакт с духовното измерение. За да го докажем на самите себе си, не е необходимо да взимаме уроци за развитие на пси-способностите или да изпадаме в дълбока медитация. Просто трябва да си отворим очите към духовното.

Глава 5

В непосредствена близост

Усещали ли сте някога нечие присъствие, чували ли сте глас от отвъдното, виждали ли сте дух? Ако е така, знайте, че не сте изключение и сте съвсем нормален. Тези спонтанни контакти с отвъдния свят се случват много по-често, отколкото можете да си помислите и не само на медиумите, но и на тези, които се смятат за пълни материалисти и дори не вярват в живота след смъртта. Отвъдният свят е около нас през цялото време и си взаимодейства с нашия. Ние навлизаме в него всеки път, когато заспим, и постоянно сме свързани с него, тъй като в същността си сме духовни същества. Така че не се изисква много — просто отваряне на ума, малка промяна в съзнанието, за да вдигнем булото и да хвърлим един поглед върху по-високите измерения.

Малките деца често имат природна склонност към осъзнаване на отвъдния свят. Техните измислени приятелчета за игра може да са деца от отвъдното. Много познато явление е детето да вижда починал дядо или баба и радостно да разговаря с него. Когато разкаже за това на по-възрастните, те се ужасяват и започват да се плашат.

Когато бях малка, често чувствах присъствие на духове около себе си. Моята баба почина, когато бях на 7 години, но за мен тя все още присъстваше наоколо. Обикновено си говорех с нея наум и ѝ разказвах своите болки, точно както докато беше жива. Изобщо не чувах какво ми отговаря, но бях убедена, че тя ме е чула и ме е разбрала. Не се страхувах, нейното присъствие беше топло и успокояващо. Този контакт ми се струваше абсолютно естествен, но когато споделих със семейството ми, те се разтревожиха, затова реших повече да не говоря.

При възрастните страхът е онова, което ни държи на разстояние от отвъдното. Той и неверието в съществуването на духовния свят изграждат бариера, която осакатява сетивата ни. Но понякога невидимият свят прониква през тази бариера. Това може да се предизвика от силна емоция, от копнежа да се свържеш с някого от другата страна или от желанието на другите да се свържат с някого на земята. Може да се получи също когато сме релаксирани, тъй като тогава съзнанието престава да ни предпазва и пропуска впечатленията ни оттам.

Срещи с хора от отвъдното

Има много видове контакти с отвъдния свят, като започнем от напълно ясни образи и стигнем до най-смътните, при които е трудно да се определи дали въобще усещаме присъствие. Най-очевидният пример е когато видиш дух, както например се е случило на Джой Кук, която видяла тайнствена жена, докато живеели във вилата, наета през лятото от родителите ѝ.

Трябваше да вземем ключовете от агенцията за недвижими имоти в едно красиво провинциално селце, „на един хвърлей от морето“, както ни бе казал агентът.

— Сигурен съм, че ще ви хареса, къщата е добре поддържана — каза агентът. Собственикът я оставил на свои стари приятели — три сестри, които живеят наблизо, и те ходят там всеки ден, за да проветрят стаите и да се погрижат за градината.

Щом видяхме живописната вила със сламен покрив, ние я обикнахме от пръв поглед. На входната врата ни посрещна синеока жена, която ни каза:

— Влезте. Ще ви разведа наоколо.

Видяхме една от сестрите да плеви градината, тя приятелски ни се усмихна.

На горния етаж, докато майка ми говореше с жената, аз отидох до прозореца на спалнята и погледнах навън към голямата градина. В най-далечния край имаше естествен басейн и там на една пейка под плачуца върба седеше стара дама с голяма сламена шапка на главата, прегърнала един пекинез.

Когато се върнахме в агенцията, за да върнем ключовете и да заангажираме вилата, агентът каза:

— Да, всички в селото се натъжихме от смъртта на старата госпожа Сандерсън. Тя беше странна жена — всеки ден се разхождаше из градината, носейки сламената си шапка, независимо какво беше времето, и не отиваше никъде без малкия си пекинез.

Традиционните духове, като обезглавени дами и монаси с качулки, се броят на пръсти в нашия технологичен век. Повечето са като духа на Джой Кук, обикновени мъже и жени, живели на земята в близкото минало. Аз никога не ги описвам като „духове“, тъй като думата предизвиква недоверие, примесено със страх. Предпочитам да ги наричам хора от отвъдното, тъй като те са точно това —

хора, които притежават човешки чувства и характеристики и които живеят в измерение на една стъпка разстояние от нашето.

Разбира се, те определено не ни мислят злото, но въпреки това се стряскаме, като ги видим. И аз все още се стряскам, а съм медиум. При моите първи стъпки като медиум това ми се случваше често. Както си ходех по улицата например, дори без да мисля за нещо, свързано с пси-явленията, изведнъж виждах някой да стои пред мене. Това продължаваше само секунда, но понякога фигурите изглеждаха толкова реални и плътни, че не си давах сметка, че не са живи — докато не изчезнеха изведнъж. Питам се защо това се случва. Защо тези хора се появяваха, когато най-малко ги очаквах, а не по време на упражненията в средата на хората, с които заедно развивахме пси-способности, когато умишлено се опитвах да ги видя? И защо виждах непознати, а не баба ми и баща ми, които знаех, че са близо до мен?

Консултирах се с една възрастна жена медиум. Тя ми обясни, че ако човек има вродени пси-способности, особено когато не използва дарбата си, енергията избива от време на време като например парата на кипящ чайник. Именно тогава изведнъж осъзнаваш нещо, което ти идва съвсем като гръм от ясно небе. Всичко, което човек вижда или чува по време на тези преживявания, се дължи изцяло на случайността. Може да види някой, когото познава добре, и да се чуди защо въпросният е избрал именно този момент, за да му се покаже. Всъщност хората от отвъдното вероятно са често около нас, но обикновено не можем да ги усетим. Дори в повечето случаи те се учудват, че сме ги видели. Много лесно можете да видите непознати, не защото те са важни за вас, а защото просто са се случили на това място и по това време.

Тези моментни приливи на пси-енергия издигат нивото на съзнанието ни до духовните измерения. Природните феномени медиуми са родени с един вид автоматична връзка с отвъдния свят. Всъщност понякога те не успяват да я прекъснат и имат трудности при завръщането си в нашия свят. Някои медиуми, които не могат да се нагодят, първоначално трябва да се научат да усилят възприятията си.

Джон Маккормак изживял най-голямата изненада в живота си, когато в един такъв проблясък видял баба си.

Много обичах баба си и тя мен, но се скарахме и тя спря да ми говори. Бях я обидил с нещо, когато бях на 16 години. За нещастие тя не прощаваше лесно и отхвърляше всички мои опити за помиряване. Тя почина няколко години по-късно, през 1954 година, когато бях войник в американската армия в Германия. Страдах много поради това, че е починала, без да сме се простили. Очевидно тя също е страдала, затова и се появи.

Една слънчева и топла неделя в края на май или началото на юни 1956-а около 11 ч сутринта вървах по пълна с хора улица в Ню Йорк. Бях се запътил към едно близко кафене, за да закуся. Както си ходех, поглеждах нехайно надясно към уличното платно — движещите се коли, магазините и хората бяха окъпани в слънчева светлина. Уличното платно беше широко около 13-15 метра, от двете страни имаше място за паркирани коли и четири ленти за движение. Точно от другата страна на пътя, в началото на пешеходната пътека, стоеше баба ми. Това ме закова на място. Тя стоеше с количката си за пазаруване, с черната си шапка, палтото и черните обувки — точно както се обличаше, когато отиваше на пазар. Тя изобщо не погледна към мен, и слава Богу, защото определено щях да се притесня.

Тази улица беше много натоварена, но аз не обръщах внимание на трафика, не знам дали в този момент виждах минаващите коли, помня само баба ми как стои там и чака да пресече. След това тя тръгна да пресича и аз едва не умрях! Чувствах как косата по врата и главата ми започва да се изправя! За щастие тя не пресече направо, а вляво от мен (нейно дясно), като остана на същото разстояние от моята страна на пътя и влезе в магазин „Ф. У. Уулдърт“, в който майка ми работеше по това време. Още щом баба ми изчезна от поглед, аз си плюх на петите и свих в гъгла към най-близката гръчма!

Скоро започнал да чува как баба му го вика по име. Това се случвало през нощта, когато всичко било тихо и той не мислел за нещо конкретно. В крайна сметка решил, че тя се опитва да му каже колко съжالياва за кавгата, както и за ината, затова ѝ казал, че я обича и ѝ прощава. След това изобщо не я чул, нито видял.

Видяхме, че мъртвите ни посещават по много причини и понякога, като бабата на Джон Маккормак, искат да се извинят за нещо сторено от тях на земята или да се помирят с някого. Те

могат да изпитват дълбоки угризения за болката, която са причинили, още повече че след смъртта разбират и осъзнават по-добре последствията от думите и постъпките си.

Често когато провеждам сеанси, от отвъдното се появява някой изпълнен с угризения. Един мъж, който бе напуснал семейството си, дойде да говори с дъщеря си и горчиво съжаляваше, че е съсипал живота ѝ. Дъщерята преживяваше подобна ситуация: съпругът ѝ, с когото бяха живели дълги години, я беше напуснал. Тя прости на баща си за пръв път и той ѝ обеща да направи всичко възможно, за да ѝ помогне.

Друга жена беше по-малко склонна да прости, когато на сеанса я свързах с майка ѝ:

— Тя беше толкова лоша с мен, когато беше жива — отвърна жената студено, — не искам да чувам нищо за нея, така че кажете ѝ да си ходи!

Може би е имала основание да храни подобни чувства, но според мен беше жалко, че сърцето ѝ е така студено. Чувствах скръбта на майката, че дъщеря ѝ я отхвърли. Ако бе намерила сили да прости, това щеше да донесе успокоение и на двете.

Човек, който е починал изведнъж, често е нетърпелив да се свърже с тези, които е оставил на земята. Подобно внезапно заминаване предизвиква шок и у близките. Толкова често се случва дошлите за сеанс, които наскоро са преживели внезапна загуба, да казват:

— Само да имахме възможност да се сбогуваме.

Хората от отвъдното обикновено се чувстват по същия начин. Имат нужда да изразят любовта си и да кажат онова, което е останало неизказано. Понякога може да искат да дадат практически съвет на близките си как да се разпределят нещата им.

Преживелите състояние близо до смъртта разказват какво е да можеш да виждаш хората на земята, но те да не могат да те видят и чуят. Хората от отвъдното изпитват подобно огорчение, знаейки, че близките им скърбят, а те не могат да се свържат с тях и да им кажат, че са в друго измерение и са живи. Много им помага, когато осъществят контакт и техните любими същества усетят присъствието им. Отвъдният свят е по-красив и по-щастлив от този, но хората там притежават същите човешки качества и изпитват същите чувства като нас.

Усет към присъствие от отвъдното

Не е нужно да сте надарени със специални способности, за да усетите присъствие от отвъдното във вашия дом. Това се случва непрекъснато. Усещането идва по различни начини. Можете да зърнете някого с крайчеца на окото си и когато се обърнете да го видите къде е, той е изчезнал. Или да чуете глас да ви вика по име — звук извън вас или в главата ви. Други общи симптоми са чувството, че ви наблюдават, или полъх на позната миризма.

От време на време може да има пси-явления в къщата — например шумове или местене на дребни предмети. Тук не става дума за действие на полтъргайсти, което е нещо съвсем различно и може да е злокобно. Ако в къщата си имате дух, който разхвърля мебелите наоколо, извикайте, без да се бавите, компетентен медиум. Говоря за онези загадъчни звуци и движения, дрънчене или потрепването на цветята, които също се наблюдават много по-често, отколкото предполагате.

Една жена ми каза, че подушила тютюна на умрелия си баща в неговата стая месеци след като той починал. Освен това всеки път, когато влизала в стаята, намирала снимката на майка си и баща си килната на една страна на стената. Всеки път я изправяла, но няколко минути след това тя пак се измествала. Това никога не се било случвало преди неговата смърт и престанало изведнъж, след като му казала на висок глас, че знае, че той е тук. Друга жена ми разказа, че намерила пръстена, подарък от мъжа ѝ, върху един шкаф, който стигала само ако се покатери на стол. На няколко пъти била оставяла пръстена на различни места и смята, че по този начин мъжът ѝ я предупреждавал да си пази пръстена. Една майка, чиято дъщеря починала млада, намерила цвете, поставено внимателно извън вазата върху шкафа. Била поставила вазата с цветята там в памет на детето си.

Не е нужно да се плашите от такива неща. Ако не можете да намерите каквото и да било естествено обяснение, просто приемете, че това са знаци, че вашите близки от отвъдното са около вас. За да местят предмети, значи им е необходима пси-енергия, която се намира в къщата. Така че ще трябва да свикнете с подобни прояви, ако вие или някой от околните ви притежава пси-енергия. Как произвеждат миризмите и парфюмите, наистина не знам. Все още не можем да разберем много неща в духовния свят. Нямам никакво обяснение например за интересния разказ на Ърнест Мейс Йоркшир.

Братът на господин Мейс, Норман, починал през 1991 г. Съпругата на Норман поръчала надгробната плоча. Тя била от вида, който се среща на всяка витрина на погребално бюро — с венец от цветя и монограм IHS, издълбан върху левия горен ъгъл. (Монограмът често се използва за украса на надгробни плочи и други християнски паметници — буквите представляват съкращение на надписа върху разпятието: „Иисус от Назарет, цар на Юдея“). Както много хора могат да забележат, този монограм върви с надгробната плоча, която са поръчали. Всички скулптори на надгробни плочи го поставят задължително и добавят името на починалия и някои други надписи по желание на семейството. Но когато надгробната плоча пристигнала, господин Мейс и снаха му едва повярвали на очите си, защото вместо IHS било написано NM. Свързали се с каменоделците и те били озадачени, че стандартно подготвената част от надписа е променена. Те определено нямали пръст. Предложили да заменят плочата, но семейството решило да остане така. Още по-заинтригуващ е фактът, че приживе Норман Мейс имал навика да слага инициалите си върху всички свои вещи.

Видения на смъртния одър

Часът на смъртта е времето, когато отвъдният и физическият свят са много близо един до друг. Понякога умиращите виждат приятели и близки, които идват да ги посрещнат и да им помогнат в отвъдното. Виденията на смъртния одър са изследвани от парапсихолозите. Най-известното изследване е дело на д-р Карлис Озис, чиято работа върху ПИТ е донесла много положителни резултати. Д-р Озис издаде своето изследване през 1961 г. под заглавието „Наблюдения на лекари и сестри до смъртния одър“. Той показва, че пациентите са били в пълно съзнание и с бистър ум. Няколко от тях казали, че виждат роднини, за които дори не са знаели, че са умрели. Други виждали красива земя, описанията на която съвпадат с тези на хората, имали ПБС и надникнали в отвъдното. Посетителите и виденията от отвъдното премахват страха от смъртта и правят прехода по-лек. Хора, които дежурят до леглото на умиращия, също могат да почувстват близостта на духа, стават силно чувствителни и понякога виждат същите видения и чуват музика от друг свят. Дороти Чапмън, медиум от Съри, започнала да се занимава със спиритизъм след едно преживяване край смъртното легло на нейния свекър.

Сестрата ни каза, че кризата ще бъде тази нощ, затова аз и съпругът ми Чарли дежурихме цялата нощ до него. Около 2,30 ч свекър ми започна да се бори за живота си. Чарли и свекърва ми бяха заспали, само аз бях будна.

Чух много викове от градината, някакви хора си подвикваха и се смееха, сякаш току-що са излезли от кръчмата. Помислих си, че ако скоро не престанат, ще изляза навън и ще им направя забележка! После се обърнах и погледнах през стъклената врата, която водеше към хола. Три малки момчета стояха в подножието на стълбата. Други хора се събираха в хола, влизайки от всички посоки, и заставаха зад тях. Тогава чух музика, най-прекрасната музика, която съм чувала някога. Тя продължи известно време, после постепенно заглъхна. В това време съпругът ми се събуди. Свекър ми си отиде в мир няколко часа по-късно.

Според традиционните представи духовете на умрелите се появяват в момента на смъртта, обикновено пред някоя нещастна жертва, която е на много мили разстояние и едва по-късно научава, че този човек е починал по същото време. Това вярване е в основата на всички разкази за духове, но не е лишено от известна истина. Парапсихологичната литература е изпълнена с подобни примери, на които е дадено наименованието „кризисни видения“. Бренда Маршъл, бившата президентка на колежа по пси-изследвания в Кенсингтън, писа в изданието на колежа „Светлина“ за смъртта на съпруга си.

Преди около 5 години, рано една вечер, седях в гостната и изпитах странна отпадналост. Това чувство не ме напусна, а се усили. Не беше като обикновената умора и аз останах в това състояние на спокойно очакване около два часа. Спомням си, че в момента, в който си легнах, изпитах чувство на облекчение, сякаш нещо желано се бе сбъднало, намек за удовлетворение от постигната цел, а след това се отпуснах и се потопих в лека мъгла. По това време моят съпруг пътуваше с кораб към Южна Америка и няхах причина да предполагам, че може да се случи нещо лошо. Едва на другата сутрин получих телеграма, че той е починал внезапно предишния ден по същото време, когато преживях умората, а по-късно научих, че отишъл в кабината си, като казал, че се чувства много уморен.

Не е трудно да се разбере защо се случват тези неща. Когато някой умира, мислите му се насочват към онези, които обича, със силното желание те да бъдат с него. Тъй като астралното тяло се движи чрез силата на мисълта, това желание го отнася моментално там, където той иска да бъде. Чувствата на умиращия са толкова силни, че човекът, към когото са насочени, прави ментален контакт или му се удава възможност да го види. Тъй като астралното тяло е копие на физическото, духът обикновено се показва какъвто е бил на земята, но понякога астралното тяло може да се види в мъгла — това без съмнение е причината хората да вярват, че духовете се разхождат загърнати в плащове!

Вече казах, че няколко дни след смъртта близките на починалия чувстват неговото присъствие най-силно. Това е съвсем разбираемо в обикновен човешки смисъл. Макар че когато човек почине, винаги някой го посреща в астрала, той все още е загрижен за онези, които е оставил на земята. Вече говорих за това, че умрелите имат необходимост да кажат на семейството си, че продължават да живеят, да уредят някои практически неща и да успокоят тези, които скърбят за тях. Тази необходимост ще ги връща към любимите им хора и към познатите им места. Трябва им време, за да се нагодят към състоянието, което ние наричаме смърт.

Когато любим човек е починал наскоро

Какво трябва да направите, ако изгубите ваш близък и все още го чувствате край себе си?

Първо, не се плашете. Мъртвият е все същият човек, а не призрак. Разговаряйте с него наум или на глас, ако предпочитате, и нека той да знае, че вие го усещате. Запишете си час за сеанс при добър медиум, за да му дадете възможност да се свърже с вас. Ако искате да поставите цветя на гроба му, направете го, но наистина не е нужно. Духът не е заровен под земята. Той е около вас, където и да сте, така че защо не поставите цветя във вашия дом, където той или тя биха им се порадовали.

Отделяйте за вашия близък няколко минути всеки ден, може би вечер, когато е тихо — седнете спокойно и мислете за него. Запомнете, че както той ви липсва, така и вие му липсвате, че ви обича, както и вие го обичате, и иска да ви прегърне и да ви целуне, да седне и да си поговорите. Не очаквайте да се появи изведнъж, нито да го чуете с вашия физически слух. Действително в началото въобще няма да почувствате, че имате контакт с него. Но след време, ако сте настоятелни, ще усетите, че сте го постигнали. Това няма да стане по очевиден начин и вероятно невярващото ви семейство ще си мисли, че халюцинирате, но не допускайте да ви откажат. Вие ще усетите контакта като един топъл вътрешен пламък. Щом веднъж сте го почувствали, вече ще знаете, че истинският контакт с отвъдното се различава от мислите, които произвежда вашето собствено съзнание. Тази разлика не може да се обясни — трябва да я изпитате сами.

Бъдете подготвени за факта, че съзнанието ви ще преминава от едно състояние в друго. Понякога ще усещате, че се свързвате, друг път умът ви ще бъде празен. Не се напъгайте, когато се чувствате празни. Просто останете спокойни и си записвайте сънищата. Запомнете, че сънищата могат да бъдат спомени от астралните срещи.

Със сигурност понякога ще ви е тъжно. Тази емоция не може да не се преживее, тя трябва да намери израз. Траурът бива оприличаван на ампутация — необходимо е време, за да зарасне раната. Дори чувствата, от които се срамувате — на изоставеност, злоба, гняв, трябва да бъдат по-скоро освободени, отколкото да бъдат натрупвани; тъй като давайки воля на емоциите си, вие ги преодолявате, а съм сигурна, че хората от отвъдното разбират тези нужди. Когато ние плачем, и те плачат с нас, но това са лековити сълзи, и любовта им ни подкрепя и ни извежда отново от сянката към светлината.

Колко време ще продължи усещането за нечие присъствие, зависи от самия човек и силата на връзката му с любимите хора на земята. Някои остават свързани с години, изчаквайки времето, когато обичаният човек ще се присъедини към тях в отвъдното. Други се разделят много бързо — те са нетърпеливи да открият приключенията в новия си живот.

Ако сте свързани сензитивно с някой от отвъдното, когото обичате, след време ще забележите промяна в него. Пак ще има любов и загриженост, но като че ли той ще е преминал в по-високо ниво на съзнание. От него ще струи повече светлина и радост. Когато почувствате тази промяна, не се опитвайте да задържите човека, като го молите да остане с вас или като искате непрекъснато да ви изпраща „послания“ чрез медиуми. Така нашите близки ни носят повече светлина и любов, тъй

като те самите се учат и израстват. Почерпете сила от това присъствие и нека тя ви помогне да изживеете живота си докрай, вместо да прилепвате към миналото.

В действителност вие няма да загубите контакта напълно. Понякога, например при специални годишнини, те ще се връщат отново при вас. Хубава идея е да отбелязвате някак рождения им ден или годишнината от смъртта, като поставяте цветя в дома си в тяхна чест. Близките ви ще усетят вашите нужди и ще направят всичко, за да ви помогнат, когато разберат, че ви е необходимо успокоение или съвет.

Тези съвети често идват по странен начин и ви карат да се питате дали някой не се грижи за вас или си е чисто съвпадение.

Медиумът Гуен Бисп ми даде типичен пример за това. Къщата, в която живеела, се нуждаела от ремонт, но нямала много пари и не можела да намери подходяща фирма. Тъй като не искала да избере напосоки някоя от „жълтите страници“, помолила за помощ починалия си съпруг. Не след дълго я помолили да излекува малко момче. Баща му се оказал майстор и ѝ предложил услугите си, като ѝ взел по-евтино. Макар че не взема пари за лечение, Гуен приема дарения и парите, които получила същия ден, били колкото да плати за ремонта на къщата.

Винаги когато имам проблем, моля за помощ и винаги нещата се подреждат по някакъв начин. Все попадам на някой, който може да ми помогне, или става така, че човек, с когото имам проблеми, променя поведението си. Естествено, не мога да докажа, че това се дължи на намеса от отвъдния свят, но се случва прекалено често, за да бъде просто случайност.

Как да помолим за закрила

От отвъдното могат да направят много, за да облекчат нашия житейски път. Не трябва да очаквате близките ви да изживеят вашия живот заради вас или да вземат отговорни решения вместо вас, но ако имате проблем и се помолите искрено, много често помощта идва.

И така, седнете и настройте съзнанието си към спокойствие и омиротворение. Изпратете мислите си към тези, които обичате, или към някой, който чувствате, че е най-близо до вас, и помолете за помощ. Не е необходимо да им обяснявате вашите проблеми — те вече знаят за тях. Опитайте се да усетите всяка мисъл, която ви идва в главата, но ако не усетите нищо, не мислете, че не ви отговарят. Може би причината е, че вие се напрягате да ги чуете, а всяко напрежение в мозъка ви създава ментална стена, през която те не могат да проникнат.

Отговорът може да дойде по-късно, когато се отпуснете. Някаква мисъл ще мине през съзнанието ви или може би ще се намери неочаквано решение. Като развивате своите интуитивни способности (ще ви помогнат някои упражнения от Глава 8), ще можете да получавате все повече напътствия по този начин. Може и да не стане веднага, някои проблеми няма да бъдат разрешени. Но най-накрая ще развиете усет, който ще ви помогне да подходите към тях по по-конструктивен начин.

Няма бездна между нашия и отвъдния свят. Тези, които обичаме, са „по-близо от дъха ни, по-близо от една ръка разстояние“. Не казвам, че като го знаете, по-лесно ще преживеете загубата на този, когото обичате. Няма да сте човек, ако не страдате, но ако сте наясно с всичко това, мъката може да има оздравителен ефект и да допринесе за вашата трансформация. Срещам много хора, преживели загуба на близък, и често съм се удивлявала, виждайки как не малко от тях са превъзмогнали скръбта, излезли са от нея обогатени и по-силни. Защото са погледнали на смъртта от духовната ѝ страна, като ново начало за човека, който е починал, а също и за самите тях. Открили са в себе си духовни заложи, за които до този момент не са подозирали, че притежават. Станали са медиуми, лечители или учители, които помагат на другите да открият спокойствието, което те са постигнали.

Теса Хюс ми разкри това най-добре. Годеникът ѝ Джон умира внезапно, след като му е направена рутинна операция на таза. Нейният свят изведнъж се променил, тя виждала пред себе си само мрачното бъдеще, макар че знаела, че той е с нея и ще ѝ помогне постепенно да започне нов живот. Седем години са минали оттогава и тя признава, че все още понякога я обзема мъка и гняв, че ѝ е мъчително трудно да живее без него. Но Теса е превърнала мъката си в средство за духовното си израстване. Днес работи като лечител и помага на други хора да излекуват своя дух. Тъй като тя е успяла, може да опише преживяванията си по следния начин:

Аз много ясно съзнавам, че след преживяването на тази любов съм станала по-чувствителен човек, и че всяка загуба води след себе си скръб, каквато до този момент не си преживявал. Така че

аз вероятно все още се боря да преодоля най-голямата мъка на моя живот. В крайна сметка това е един пречистващ душата оздравителен процес. Разбира се, когато ме боли, а то ме боли, много се ядосвам, че той умря и ме накара да изживея всичко това, но човек не може да върне времето назад.

Това трябва да е било най-обогатяващото преживяване в моя живот... най-голямата мъка и същевременно най-голямата възможност.

Надявам се, че съветът, който ви дадох в тази глава, ще ви донесе спокойствие, ако скърбите за някой, починал наскоро, и ще ви помогне да почувствате, че вашият любим човек е наблизо. Понататък ще обясня в детайли как да развиете това усещане и може би вие самият ще станете медиум. Но преди това искам да хвърлим поглед на обективните свидетелства за живота след смъртта. Съществуват много свидетелства, от най-различни източници. И някои от тях е изключително трудно да бъдат отхвърлени.

Глава 6

В търсене на доказателства

Често са ме питали кое е най-убедителното доказателство за живота след смъртта, на което съм попадала. Трудно ми е да отговоря на този въпрос, защото има толкова много информация, че се чудя откъде да започна. Един от най-интересните случаи ми бе разказан от лондонската спиритуалистка Елзи Маклиод.

В продължение на години Елзи е имала редовни сеанси с прочутия медиум Лесли Флинт. За Лесли, който почина наскоро, е ставало дума в предишните ми книги. Наричаха го физически медиум, защото можеше да произвежда ектоплазма. Това е странна протоплазмена субстанция, отделяща се от тялото на медиума по време на сеанса, чрез която духовете могат да се материализират, да преместват или повдигат предмети и др. В случая с Лесли ектоплазмата се използваше за произвеждането на „гласова кутия“ — приспособление, чрез което говорят комуникаторите от отвъдното и присъстващите на сеанса чуват гласовете им. Стотици хора имаха възможността да разговарят по този начин с близките си и разказите им могат да изпълнят цяла книга, но разказът на Елзи е изключителен.

Елзи имала приятелка фризьорка — госпожа Фоулдс. Знаела, че като дете г-жа Фоулдс била затворена в концентрационния лагер в Аушвиц и там преживяла такива ужаси, че сега дори не иска да си спомня този период от живота си. Един ден, докато Елзи си правела прическа, разговаряли на окултни теми и тя си спомнила за един сеанс с Лесли Флинт преди много години. На сеанса дошла една жена от отвъдното, която говорела с немски акцент и казала, че името ѝ е д-р Анна Гастер и че е загинала в Аушвиц. Елзи попитала г-жа Фоулдс дали познава д-р Гастер и тя отговорила, че я познава и че си спомня за нея с признателност. Лекарката скривала на няколко пъти г-жа Фоулдс и сестричката ѝ, когато „ангелът на смъртта“ д-р Менгеле обикалял из лагера. Елзи ѝ предложила да чуе магнетофонния запис на сеанса и г-жа Фоулдс и сестра ѝ успели да идентифицират гласа на лекарката.

Подобни доказателства са трудно оспорими. Нито медиумът, нито някой от присъстващите на сеанса са познавали доктор Гастер. Фризьорката никога не била споменавала името ѝ пред Елзи, докато не станало дума за въпросния сеанс.

Съществуват записи на стотици случаи, които е трудно да бъдат обяснени с телепатия, екстрасензорна перцепция и други подобни явления. Както казва Колин Уилсън, известен автор в областта на окултното и паранормалното, „очевидните физически доказателства за съществуването на живот след смъртта са толкова многобройни, че да бъдат отречени е равносилно да застанеш в подножието на Еверест и да твърдиш, че не можеш да видиш планината“.

Много от тези доказателства са събрани от Обществото по пси-изследвания (ОПИ). Основано през 1882 г. от група учени от Кеймбридж, то си поставя за цел да изследва всякакъв вид физически феномени, като се започне от драматичните случаи в стаята за сеанси (това е в периода на разцвет на спиритизма) до явяванията на духове и телепатията. Всеки изследван случай бил описван най-подробно и резултатите били публикувани в „Дневника“ и „Протоколите“ на ОПИ, както и в няколко солидни тома, включващи „Фантазиите на живите“ и труда на Ф.У. Майер „Човешката личност и съществуването ѝ след физическата смърт“. Следващите примери са взети от книгата на Майер.

През 1876 година един търговски пътник бил отседнал в хотел в град Сейнт Джоузсф, Минесота, САЩ. Било пладнe и слънцето приличало. Той седял на масата и не мислил за нищо определено, когато почувствал, че някой е от лявата му страна. Обърнал се и зърнал видението на сестра си, която била починала преди девет години. Когато я повикат по име, видението изчезнало, но преди това човекът забелязал странен червен белег като от ожулване на дясната страна на лицето. Бил толкова стъписан, че взел следващия влак за вкъщи и разказал случая на своите родители. Майка му припаднала и като дошла на себе си, обяснила, че когато премествала дъщеря си след смъртта ѝ, ударила лицето ѝ, но премълчала този факт.

През 1891 г. Конли — фермер от Айова, САЩ, бил намерен мъртъв в селскостопанска постройка извън града. Закарали го в моргата, където останали старите му мръсни дрехи, а синът пренесъл тялото му у дома. Когато чула за смъртта на баща си, дъщерята припаднала. Щом дошла в съзнание, тя попитала:

„Къде са старите дрехи на татко? Той ми се яви облечен в бяла риза, черен костюм и филцови пантофи и ми каза, че преди да излезе от къщи, бил зашил в сивата си риза голямо тесте пари, увити в червен плат от моя рокля, и че парите все още са там.“

Семейството мислело, че тя халюцинира, но за да я успокоят, взели дрехите от моргата. Тогава открили, че момичето ес казало истината. Към ризата било пришито тесте пари в червен плат, от който била направена и роклята на дъщерята.

ОПИ изследвали много медиуми, като проверявали валидността на комуникациите им с отвъдното и внимателно преценявали доказателствата. Те били щастливи да открият няколко отлични медиуми, между които е американката Леонора Пайпър.

Г-жа Пайпър вече била впечатлила силно няколко членове на Обществото, сред които психологът Уилям Джеймс, един от основателите на американското Общество по пси-изследвания, и световноизвестният физик сър Оливър Лодж, когато изследванията били продължени от скептично настроения Ричард Ходжсън от американското ОПИ. Един приятел на Ходжсън, Джордж Пелю, бил загинал при инцидент в конно надбягване през 1892 година. Ходжсън завел на сеанс на Елеонора Пайпър 150 души, които са познавали Пелю. Пелю идентифицирал чрез г-жа Пайпър всеки един от тях точно и показал, че е запознат с нещата им. Нито веднъж не се объркал и не посочил някой непознат за приятел.

Един от присъстващите показал на Пелю копче за яка и той веднага отговорил чрез г-жа Пайпър: „Това е мое. Майка ми ти го даде.“ Последното било отречено от приятеля на починалия, но по-късно се доказало, че е истина. Макар и скептик, Ходжсън бил принуден да признае, че приятелят му от отвъдното е разговарял с тях чрез медиум, изпаднал в транс.

Приносът на ОПИ за изследване на пси-явленията е безспорен. Макар че днес неговото внимание е насочено главно към ЕСП (екстрасензорната перцепция), архивите му са безценен източник на информация за всеки сериозен изследовател. Не трябва да се мисли обаче, че Обществото се състои само от вярващи. Някои от неговите членове са архискептици и подлагат на безпощадно изследване всеки случай с намерението да открият някакво алтернативно обяснение, а не да приемат духовната хипотеза. Макар че подобен подход дразни онези, които смятат, че съществуването на живот след смъртта е доказвано премного пъти, той поне означава, че в края на краищата всяко публикувано от Обществото доказателство не може да бъде отхвърлено с лекота.

Неканени гости

Едно изключително интересно явление, характерно за архивите на ОПИ, са неканените комуникатори. Както се разбира от наименованието, това са духове, непознати за присъстващите на спиритичния сеанс, които се явяват неочаквано. Понякога те дават информация за себе си, която по-късно се потвърждава. Един такъв случай бил изследван от д-р Алън Голд от ОПИ и е публикуван в книгата му „Медиумизмът и животът след смъртта“.

През 40-те години група съмишленици от Кеймбридж се събирали на семинари и водели подробни записки за всичко, което правели. Повечето от комуникаторите, с които са разговаряли, били техни приятели или роднини, но имало и доста „неканени гости“. Един от тях се нарекъл Хари Стокбридж и дал следната информация за себе си:

Втори лейтенант, присъединил се към войсковите части в Нортъмбърланд.

Умрял на 14 юли 1916.

Тайисайд, Шотландия.

Висок, мургав, слаб. Особеност — големи кафяви очи.

Живял съм в Лестър...

В Лестър се помни моето име.

(Попитали го какво обича и какво не обича:)

Всякакви задачи.

Четивата на Пепис.

Акварел.

(Попитали го знае ли къде се намира Поуис стрийт, която изникнала в съзнанието на двама от присъстващите:)

Знам я отлично. Спомените ми ме връщат там.

(Попитали го майка му с него ли е:)

Да.

Присъстващите на сеанса не се опитали да проверят информацията, но няколко години по-късно д-р Голд решил да тръгне по следите на незнайния посетител. Преглеждайки военните досиета, той открил, че втори лейтенант Х. Стокбридж от войсковите части в Нортъмбърланд е убит на 14.VII.1916 г. (В досието е записана датата 19-и, но смъртният акт, който д-р Голд изнамерил, удостоверява 14-и като точна дата). Преди смъртта си Стокбридж бил преместен в шотландския батальон в Тайнсайт.

Изречението „В Лестър се помни моето име“ се оказа по-трудно за доказване, тъй като името Стокбридж не е изписано на военния мемориал в Лестър. Обаче името му било изписано на паметната плоча в неговото старо училище в Лестър. Също така се установило, че Поуис стрийт се намира близо до мястото, където е роден.

Д-р Голд издирил живите роднини на Стокбридж, които потвърдили сведенията за неговата външност и че по времето, когато той се появил на сеанса, майка му била починала. Не било възможно да се установи дали се е интересувал от Пепис и от акварели, но изявлението му, че обичал всякакви задачи, се потвърдило от факта, че в училище печелел награди по математика и физика.

Никой от участниците в Кеймбриджския кръг не е имал достъп до тази информация, която д-р Голд събрал много по-късно и с големи усилия. Нито пък са имали причини да съчинят такава история, тъй като никога не са търсили гласност и не са публикували протоколите от своите сбирки.

Традиционното явяване на духове може да донесе поразителни свидетелства. Разбира се, някои явления ще бъдат сметнати за халюцинация, но това обяснение трудно може да се приеме в случаите, когато видението е забелязано от повече от един човек, дава информация непозната за присъстващите или оставя след себе си нещо осезаемо.

В книгата си „Живот след смъртта“ психиатърът д-р Елизабет Кюблер-Рос разказва как била посетена от духа на свой пациент. Това се случило в труден за нея момент — чувствала се неудовлетворена от семинарите за смъртта, които провеждала, и смятала да се откаже от работата си в университета в Чикаго. Един ден стояла в коридора с една колежка, чакайки асансьора, когато срещу себе си видяла позната жена. Това била нейна пациентка, починала преди 10 месеца. Когато колежката ѝ влязла в асансьора, жената попитала д-р Рос дали може да я придружи до кабинета ѝ. Тя се съгласила и тръгнала с нея, чудейки се през цялото време дали това наистина се случва. Когато стигнали до кабинета, жената казала:

— *Д-р Рос, дошла съм по две причини. Първо, да благодаря на вас и на преподобния отец Гейнс (красивия чернокож свещеник, с когото вечеряхме веднъж в атмосфера на пълна хармония), да ви благодаря на двамата за всичко, което направихте за мен. Но другата причина, поради която съм тук, е, че вие не трябва да спирате своята работа относно смъртта, все още не.*

Гледах я и не знам дали си мислех „може би това е г-жа Шварц“, давах си сметка, че тази жена беше погребана преди десет месеца, и не вярвах на всичко това. Накрая отидох до бюрото си. Пипах всичко, което беше реално. Докоснах писалката си, бюрото си, стола, и всичко беше истинско. Надявах се, че тя ще изчезне, но не изчезна. Просто си стоеше там и каза с мек, но настойчив глас:

— *Д-р Рос, чувате ли ме? Вашата работа още не е завършена. Ние ще ви помогнем и вие ще знаете кога да я приключите, но сега не спирайте. Обещавате ли?*

Мислех си: „Господи, никой няма да ми повярва, ако му разкажа това, дори и най-близкият ми приятел“. А трябваше да го разкажа на няколко стотици хора. Тогава ученият в мен победи и аз измислих нещо хитро, всъщност скроих една дебела лъжа. Казах ѝ:

— Знаеш, че преподобния Гейнс сега е в Урбана. (Това беше истина, той отиде да служи там.) Той ще се зарадва, ако му напишеш няколко реда. Нали нямаш нищо против? И аз ѝ подадох лист и молив.

Разбирате, че нямаше да изпратя тази бележка на моя приятел, но се нуждаех от научно доказателство. Допусках, че един мъртвец не може да пише мили малки писъмца. И тогава жената с най-човечната, не, с най-любовобилната усмивка, която улавяше всяка моя мисъл — а аз знаех, че това наистина беше обмен на мисли, и ако въобще някога съм го преживявала, то е било тогава — взе листа и написа бележка. После ми каза (без думи):

— Сега доволна ли сте.

Погледнах я и си помислих, че вероятно никога няма да мога да споделя с никого за това преживяване, но със сигурност ще го запомня. После тя стана и на тръгване повтори:

— Д-р Рос, вие обещавате да не прекъсвате тази работа.

— Обещавам — казах аз.

В момента, в който изговорих „обещавам“, тя изчезна.

Все още пазя тази бележка.

Един от най-добрите съвременни медиуми беше Естел Робъртс. През своята половинвековна кариера (почина през 1970 г.) тя даде успокоение на много хора. Известна е най-вече е публичните демонстрации на ясновидство, които извършваше в Роял Албърт Хол и Куинс Хол в Лондон. Вдъхваше голям респект у всички, които я познаваха.

Маргарет Уагстаф от Съри ми разказа за серия от сеанси на Естел Робъртс през 1950 г. Бащата на г-жа Уагстаф, сър Джон Маршал, който бил директор на археологическия институт в Индия, станал инвалид. Това го депресирало толкова много, че животът вече му се струвал безсмислен. Опитвайки се да му помогне, дъщеря му решила да му докаже чрез медиум, че има живот след смъртта. Той се съгласил при условие, че отиде при най-добрия медиум в Англия, който тогава била Естел Робъртс.

Първия сеанс Естел започнала така:

— Тук има много хора, които искат да се свържат. После назовава имената Джордж, Хюго, Уи, Ани, Хенри и други, всички скъпи родственици на баща ми — някои от тях никога не бях срещала, нито пък съм проявявала интерес към това по-старо поколение.

— Предай моите сърдечни поздравления на Джек и Флори послучай годишнината им днес — каза Уил.

Когато прочетох записките от сеанса на родителите ми — наричаха ги Джек и Флори в семейството — никой от нас не можеше да се сети за годишнина от рождение на тази дата. Но изведнъж татко възкликна:

— О, днес имаме годишнина от сватбата. Припомняйки си за годишнината от сватбата им чрез брата на баща ми Уил, ние също си спомнихме, че той беше единственият в голямата фамилия, който знаеше рождениите дни и всякакво други годишнини, и често пишеше стихотворения по повод различни чествания.

Лорд Кързън, вицекрал на Индия, бил голям приятел на бащата на г-жа Уагстаф и го подкрепял в неговата работа. Едно от посланията било от него:

Естел: Поздрави на вашия баща от Кързън. Той иска баща ви да знае, че се е срещнал тук с един от големите учители на Индия — Махамо... това е дума с 12 букви. Той се интересува от духовното благополучие на вашия баща.

Когато г-жа Уагстаф прочела посланието на баща си, той веднага идентифицирал името на Махамогалана — един от последователите на Буда; сър Джон бил помогнал за реставрирането на неговата гробница. В друг случай лорд Кързън припомнил на сър Джон един инцидент, станал преди много години:

Той помоли баща ми да си спомни за двата слона. Това естествено не ми говореше нищо, но когато му прочетох посланието, баща ми каза:

— О, да, разбира се, че си спомням. Кързън и аз бяхме застанали пред два огромни каменни слона. Аз се подхлъзнах и паднах върху гърба на Кързън. Заболя го силно и дълго време след това страдаше от болка в гърба. Нямаш представа колко зле се чувствах тогава.

Г-жа Уагстаф каза, че тези сеанси променили мирогледа на баща ѝ, който се излекувал от депресията и бил изпълнен с надежда и очаквания за много обич.

Идеята, че мъртвите могат да се обаждат по телефона, ми изглеждаше трудна за вярване, но има няколко странни случая, описани от Д. Скот Рого и други известни изследователи на паранормалното. В книгата си „Живот след смъртта“ Д. Скот Рого предава интригуващия разказ на една холивудска актриса, която помолила автора да запази името ѝ в тайна.

Когато била на 8 години, т.нар. г-ца Адамс била с родителите си на гости на приятелско семейство и празнували Деня на благодарността. Дъщерята на техните приятели била починала преди две години при автомобилна катастрофа и винаги се връщала вкъщи на този празник. Когато телефонът позвънял, г-ца Адамс вдигнала слушалката. Ето нейният разказ за случилото се:

Чух глас отдалече и телефонистката каза: „Приемате ли разговор за ваша сметка? “. Тя изрече името на приятелката на майка ми и името на починалата ѝ дъщеря. Това ме подразни, но аз казах: „Един момент.“ Повиках приятелката на майка ми. Тя дойде до телефона. Стоях и я наблюдавах, тъй като си мислех, че някой си прави шега с мен или с нея и.ш нещо подобно. Тя взе слушалката, после пребледня и припадна.

По-късно научих какво е станало. Мълчеше се около случая, но аз разбрах, че тя е чула дъщеря си, която била починала преди две-три години. Казала ѝ същото нещо, което винаги казвала преди да си дойде у дома: „Мамо, аз съм. Нужни ми са 20 долара, за да се върна вкъщи.“

Майка ѝ винаги ѝ изпращала по 20 долара за късмет. Тя казала, че е разпознала гласа. Обадили се в телефонната централа, но оттам отговорили, че нямат записано никакво обаждане.

В много случаи информацията от отвъдното е помагала за разкриване на престъпления. През 1979 г. в Илинойс, САЩ, медицинската сестра филипинка Тересита База била убита в дома си, откъдето били откраднати бижутата ѝ. Полицията не подозирала никой и изглеждало, че убиецът ще остане неразкрит, но приятелката на жертвата Реми Чура започнала да сънува един и същи сън, в който Тереза ѝ казвала, че била убита от мъж на име Алън Шауъри. Той бил подарил нейните бижута на приятелката си, чието име Тереза също назовала. След дълго колебание Реми Чура отишла в полицията и разказала съня си. Полицаяте провели разпит и претърсили дома на Шауъри и на приятелката му, където намерили бижутата на Тереза. Шаури бил осъден за убийството на Тересита.

Сеансите с медиуми могат и да ви оставят разочаровани. В някои случаи стандартният подход не е достатъчен и информацията, която стига до нас, е толкова обща, че може да се отнесе към всеки от присъстващите. Обаче има отлични медиуми, които дават такива доказателства, че могат да убедят и най-заклетия скептик, който иначе би дал всяко друго обяснение освен очевидното — че комуникацията с отвъдното е възможна и се осъществява.

Много е трудно да се опише силата на въздействието на един сполучлив сеанс. Добрият медиум не само ще съобщи достоверни факти за комуникатора от отвъдното, но също ще пресъздаде черти от характера му, които може да се сторят незначителни за случайния слушател, но са убедителни за човека, предизвикал контакта. Маргарет Роуз от Мърсисайд ми разказа за един сеанс на медиума от Енфилд Том Флин. Ще предам само малка част от него.

Съпругът на Мери — Тони — починал през 1993 г. Тя вярвала в живота след смъртта и усещала, че мъжът ѝ все още е около нея, но не изпитвала необходимост да се консултира с медиум. През 1995 година обаче нейна приятелка присъствала на чудесен сеанс с Том и ѝ записала час при него. За съжаление в последния момент Мери била възпрепятствана да отиде, но сеансът не пропаднал. Том го провел по телефона.

Том описа моя съпруг и го назова по име. Каза съвсем точно, че няколко дни преди смъртта Тони е имал болки по цялото тяло, но че си е отишъл в мир, като аз съм била до него и съм държала дясната му ръка. Том говореше за нарциси. Мъжът ми обичаше пролетните цветя и пролетта преди да почине ние отглеждахме нови видове нарциси и бяхме много горди с това. Каза също, че Тони бил маниак на тема обувки, което е истина, и че обичал ръчни часовници и картини.

Том каза: „Той знае, че сте се преместила в друга къща и че харесва прозорците.“ После спомена игрище за голф и попита дали Тони играе голф. След смъртта на Тони аз се преместих в

нов апартамент в една старинна сграда, която е много интересна и с необикновени прозорци — и те гледат към игрище за голф.

Имало още други интимни детайли, включително и послание, което развълнувало много Маргарет: „Кажете й, че тя е единствената жена, която някога съм обичал.“ Тони й бил казал тези думи много пъти.

Притеснявах се от разговора с Том — добави Маргарет, — но той беше много внимателен и ме накара да се отпусна. Сеансът ми се отрази много добре.

През изтеклите години съм била на много сеанси. Човек би си помислил, че нямам нужда от това, след като самата аз съм медиум, но винаги ми е интересен контактът с някой близък от отвъдното чрез друг, който не познава мен или него. Освен това по този начин душите имат възможност да кажат неща, които по някаква причина не са могли да ми кажат директно.

Един от най-хубавите сеанси за мен беше с известния лондонски медиум Роналд Хърн. Беше още по-впечатляващо, защото всъщност аз не присъствах. Написах писмо на г-н Хърн, молейки го да се свърже с моя чичо, която бе починал наскоро. Добавих, че си давам сметка, че не винаги е възможно да се свържеш с определен човек от отвъдното и че ще бъда щастлива да чуя каквато и да е новина за мен от там. Моят чичо обаче чу молбата ми. Две седмици по-късно получих касета със запис от г-н Хърн.

Нямаше съмнение, че беше се свързал с моя чичо. Описанието на Рон беше съвсем точно: много интересен мъж, винаги облечен елегантно, когато се появява на публични места, чаровна усмивка и изразено чувство за хумор, много честен. Сеансът е много дълъг, за да го възпроизведа от край до край, затова ще дам няколко кратки откъса с моите коментари:

Нещо особено относно косата му.

Имаше хубава глава с чисто бяла коса.

Сръчен.

Беше строител и винаги майстореше нещо в дома си.

Имаше ли проблем с гърдите?

Беше болен от левкемия, но разви белодробна инфекция няколко дни преди да умре.

Името Хари свързано ли е с него?

Казваше се Хари.

Махагонов кабинет с антики... много картини.

Колекционираше стари мебели и картини.

Един стар часовник... може да е бил на дядо му.

Остави ми часовника от дядо си.

Една правоъгълна маса. Той казва: "Много съжалявам за масата."

Той имаше една стара маса, която бе счупена, и аз трябваше да я поправам.

Много коли... интересувал ли се е от коли?

През целия си живот поддържаше стари модели автомобили, които бяха неговата гордост.

Усещам остра миризма на сирене.

Обичаше сирена, които силно миришат, за което семейството го вземаше на подбив.

Виждам два фотоапарата. Намерили сте ги след неговата смърт и сте се чудили за какво са му.

Докато чистех къщата му след неговата смърт, намерих няколко фотоапарата и се питах откъде ги е взел.

Той ми предава впечатлението за огромен букет цветя, подредени много красиво.

Върху ковчегата му имаше много цветя, които занесох у дома и аранжирах в негова памет.

Нямам нужда от слуховия апарат!

Беше силно оглушал, преди да умре.

Една много специална книга, подвързана красиво, може би е притежание на семейството.

Това е семейният албум, който сега е у мен.

Чувам хубава музика на орган. Той свиреше ли на орган?

Не, но аз свиря в църквата. И в такива моменти често той е в съзнанието ми.

Целият запис ми даде силно усещане за личността на моя чичо и за любовта и подкрепата, които той ми дава от отвъдния свят. Действително смъртта не разделя хората.

Как сами да установим контакт

Предадох само няколко кратки истории, избрани да илюстрират обхвата и внушителността на случаите, отнасящи се до живота след смъртта. Мога да дам още ред примери, но в края на краищата вярата, че животът продължава и след смъртта, е нещо много лично. За много хора не е достатъчно да прочетат или да чуят за преживяното от другите. Необходимо им е да направят своя собствена проверка и лично да установят контакт с някой познат от отвъдния свят.

И така, откъде да започнем? Най-лесният начин е да посетите местната спиритична църква. Адресът ѝ трябва да е в указателя. Ако не. Националният спиритичен съюз или Световната християнска спиритична асоциация ще могат да ви кажат къде се намира най-близката спиритична църква. Много от църквите се рекламират във в. „Пси-новини“.

Не се притеснявайте от думата „църква“. Службите са много свободни и никак не са отегчителни. Всяка от тях включва кратка демонстрация на ясновидство. Ако не сте почитател на химни (песни за възвала на Бога), повечето църкви имат и програма извън контекста на религиозните служби.

Ако имате възможност, редовно посещавайте църквата. Спиритичните църкви се стремят да сменят медиумите, така че вероятно ще можете да видите различни медиуми и ще откриете, че техният стил и подход варират в голям диапазон.

Също така ще ви бъде от полза да се срещнете с хора с близък до вашия мироглед, на които няма да изглеждате странни, защото искате да говорите с отвъдното.

Църквата ще може да ви препоръча медиум, с който да проведете частен сеанс. Това е по-благоприятен начин да откриете необходимото ви доказателство, тъй като условията са по-добри; осигурено ви е повече време и конфиденциалност. Опитайте се да подходите към сеанса с отворено съзнание. За да бъде успешен контактът, е необходимо да се установи много деликатен баланс между медиума, посетителя и комуникатора от отвъдното. Ако сте нервен или много емоционален вследствие на скорошната загуба, вие можете несъзнателно да нарушите баланса и да направите бариера. Помнете, че на вашите близки от отвъдното също може да им бъде трудно да се свържат с вас — и за тях това е първото посещение при медиум!

Не мислете само за един човек, надявайки се да чуете единствено него. По принцип, ако между двама съществува връзката на любовта, е възможно да се установи контакт, но това не винаги става. Той или тя може да не са там или пък медиумът да не е в състояние да ги свърже. Може да дойдат най-обикновени познати отпреди много години или роднини от времето преди да сте били родени. В повечето случаи вие сте ги привлекли, защото имат афинитет към вас поради някаква добре известна на тях причина, макар да подозирам, че някои идват на сеанс поради същата причина, която води при медиумите и хората на земята — просто от любопитство, да видят какво ще стане.

Когато оценявате качеството на сеанса, трябва да имате предвид трудностите при свързването. По начало нещата не могат да бъдат перфектни. Може да се допуснат някои грешки и неточности, но като цяло контактът трябва да има смисъл за вас. Използвайте собствената си интуиция и здрав разум, за да отсъдите дали това, което са ви казали, е истина. Дали чувствате, че са ви помогнали и че сте намерили успокоение? Един от показателите за сполучлив сеанс е да си тръгнете с надежда и окуражени и може би да получите прозрение за себе си и своя живот.

Необходими са ви няколко сеанса, преди да можете да сложите ръка на сърцето си и да кажете, че наистина вярвате в контактите с отвъдното. При много хора убеждението се изгражда в продължение на дълъг период от време. Такъв беше случаят с мен, когато почина баща ми. Бях на редица сеанси и посещавах местната спиритична църква. Малко по малко медиумите, които не знаеха нищо за мен или моето семейство, описваха баща ми, и понякога предаваха подробности, известни само на нас двамата. Един от тях ми каза, че той е с някой си Джой, име, което на мен не ми говореше нищо. Месец по-късно разбрах, че Джой се е казвал бащата на баща ми. Както и при много други неща, постоянството е ключът към успеха. Малко са хората, които са искрени в търсенето си и не успяват да получат убеденост. Тези, които отричат живота след смъртта, никога не са си правили труда да погледнат към доказателствата.

Добра идея е да си водите записки или да запишете сеанса на касетофон, ако медиумът няма нищо против. Понякога неща, които в момента са ви изглеждали маловажни, впоследствие може да се окажат от голямо значение. Ако получите информация за починали роднини, която не ви е известна, опитайте се да я проверите чрез други членове на вашето семейство. Ако такава

информация излезе точна, за вас това ще бъде едно добро доказателство. И бъдете търпеливи. През цялото време, докато търсите, вие изграждате своето познание за отвъдния свят. Също така, независимо дали го съзнавате или не, вие увеличавате своите пси-способности.

Пси-способностите са нещо, което е заложено във всеки от нас. Развивайки ги, ние не толкова придобиваме някакво ново умение, а по-скоро проникваме по-дълбоко в самите нас и разгръщаме една латентна природна способност. В следващата част ще ви покажа как вие можете да направите това и да придобиете своето собствено убеждение, че смъртта не е краят.

ЧАСТ II

Развиване на медиумните способности

Глава 7

Мостът на дъгата

В първата част на книгата видяхме как се преплитат двата свята и колко естествен е контактът между нас и хората от отвъдното. Обясних как да започнете да развивате усет за духовното измерение, като изграждате контакта си с вашите любими същества. Сега ще продължим нататък и ще разберем как може да се развие дарбата на медиум. Ще разгледаме всички аспекти на медиумизма, от свързването с астралния план (известно най-общо като ясновидство) до транс и т.нар. ченълинг, когато човек става проводник или канал на висша информационна енергия. Медиумът може да действа на много различни нива и едно от най-важните му умения е да разбира тези нива и да знае точно на кое от тях работи.

— Защо е необходимо човек да бъде медиум? — ме попитаха веднъж в интервю по Радио ББС — Шотландия. — Защо искате да говорите с умрелите?

Трябва да призная, че бях някак си изненадана от този, струва ми се, глупав въпрос. Първият отговор, който ми дойде наум, беше, че те не са умрели, иначе как бих могла да говоря с тях! Второ, скърбящите получават голямо успокоение, като знаят, че любимите им хора все още са с тях. Но медиумизмът е много повече от това. Като показва, че има друг свят, и като дава познание какво представлява отвъдното измерение, той премахва страха от смъртта. Също така обогатява сегашния ни живот, защото разбираме, че сме много повече от едно физическо тяло, което се разпада. Ние сме безсмъртни същности, в които е заложена Божествената искра, и всеки от нас играе роля в развитието на Вселената.

Преди години беше абсолютно необичайно да срещнеш човек, който да признае на всеослушание, че вярва в живота след смъртта. Когато започнах да работя като медиум, трябваше да понасям да ме третират като някакво изкопаемо. През последните години обаче се наблюдава забележителна промяна в нагласата на хората. Макар че естествено срещам много хора, които се колебаят, рядко попадам на някой, който да отхвърли напълно съществуването на живот след смъртта. Повечето са готови поне да се замислят за това. Много от тях, ако ги предразположиш и окуражиш, започват да разказват за своите пси-преживявания. Така че можем да смятаме за изолирано мнението на интервюиращия ме скептик, според когото да говориш с умрелите е нещо странно или налудничаво. Както сочат примерите, дадени дотук, много хора са преживели контакти с отвъдното по един или по друг начин.

Някои от тези хора искат да продължат и да задълбочат контактите си, като развият способности на медиуми, но не знаят как. Смятат, че това е рядка дарба, която се дава само на малък брой привилегирани. За щастие не е така. Медиуми от висока класа, също както и гениите в различни области, са рядкост и по правило талантите им се проявяват още в детска възраст. Но повечето хора могат да развият в някаква степен чувствителността си към духовния свят.

Наследени способности

Ако сте роден в семейство на хора с пси-способности, това помага, тъй като те често се унаследяват. Родителите на някои от най-силните медиуми, които познавам, са имали подобни дарби, макар че някои са се опитвали да ги потиснат в юношеска възраст и са се върнали към тях по-късно. Ако човек има родители с такава чувствителност, това помага и по други начини. Много деца естествено общуват с духовния свят. Ако семейството им проявява разбиране, техният усет към духовното се развива, но ако им се забранява да говорят за него, или, още по-лошо, ако им се заповядва да престанат да съчиняват истории, те започват да потискат талантите си. Понякога са ги

потиснали толкова силно, че ако пожелаят да ги възстановят като възрастни, им е трудно, тъй като трябва да преодоляват дълбоко заседналия в тях страх и съпротива.

Разговаряла съм с много медиуми и бих казала, че повечето от тях са притежавали такава чувствителност като деца. Рядкост е медиумизмът да се прояви изведнъж у човек, който никога преди не е имал никакви пси-преживявания. Срещала съм медиуми, които ме убеждават, че тяхната дарба е „паднала от небето“, без никакво предупреждение, но на мен ми е трудно да го повярвам.

За да стане човек добър медиум, трябва в някаква степен да е имал вродени способности и инстинктивна връзка, макар и слаба, с духовния свят. В този смисъл медиумите по-скоро се раждат, отколкото създават, макар че дори и най-малките способности могат да бъдат развити.

В много случаи става така, че една криза или травма в живота на човека събужда „заспалите“ способности и те се проявяват за първи път. Много медиуми откриват дарбата си, когато загубят свой близък. В желанието си да се докоснат до него те проявяват медиумизма си и след като веднъж са установили такъв контакт, продължават да използват способностите си, за да помагат на другите.

Не е задължително травмата да се дължи на загуба на близък човек. Болест или продължително и силно натоварване или безпокойство могат да имат подобен ефект. Забелязала съм, че това става с много млади медиуми. Те не познават болката от загубата на скъп човек, но са страдали по някакъв начин — при безработица, разрушаване на брак или любовна връзка, нещо, което е преобърнало живота им и ги е накарало да оценят какво е важно за тях и каква посока да поемат.

На мен ми се струва, че когато сме погълнати от материалното, ние не обръщаме внимание на вътрешния си свят, сякаш изграждаме стена около себе си. Едва когато ни се случи нещо драматично или трагично, стената пада и на повърхността изплува по-нежната, по-чувствителната интуитивна страна на нашата природа. Тъжната истина е, че най-големите уроци в този живот научаваме чрез страданието. Все пак често е възможно, когато обърнем поглед назад, да разберем, че такива събития са ни помогнали да постигнем пълнота, за каквато не сме и мечтали.

Призванието на медиума

Някои започват да работят като медиуми, без да са го планирали съзнателно. Канят ги да участват в група за развиване на медиумни способности и те приемат, като смятат, че ще им бъде интересно известно време и когато им омръзне, могат да се откажат. Разбира се, има хора, които решават, че това не е за тях, и напускат групата, но други остават и откриват за своя голяма изненада, че са по-надарени, отколкото са предполагали. Човек може да мисли, че сам е избрал да бъде медиум, но всъщност е избраник на духовния свят.

Може да е направил своя избор, преди да се роди. Възможно е неговите пси- или гадателски способности да са развивани в предишен живот. Водачите вероятно са били с него преди раждането и са го наблюдавали през цялото време, изчаквайки подходящ момент, за да го тласнат по този път.

Но независимо как си започнал, щом веднъж си избрал да бъдеш медиум, това е за цял живот. Човек може да иска да се откаже в определен момент, но винаги го връщат обратно в пътя с много любов, но твърдо. По невероятен начин представителите на духовния свят могат да ни върнат в пътя. Много пъти съм се отчайвала и съм заплашвала, че ще захвърля всичко, и точно тогава ще се появил някой, на когото не мога да откажа, да ме моли за сеанс, или пък църковната служба ще мине неочаквано добре. Изведнъж ентузиазмът ми се връща и разбирам, че искам да правя само това.

Защото да си медиум е призвание. Както хората отиват на лекар, когато са болни, така в мигове на нещастие се обръщат към медиуми за утеха. За да ви помогнат пълноценно, много зависи от вас. Разбира се, нито един медиум не може да бъде абсолютно точен, нито всеки сеанс напълно успешен, но от вас зависи да се настроите като фин инструмент, за да се осъществи връзката между двата свята.

Медитация

Целта на медитацията

И така, ако искате да станете медиум и смятате, че имате заложи за това, как да подходите? Първо, дори преди да започнете да участвате в сеанси за развиване на способностите, трябва да се научите да медитирате.

В наши дни медитацията е много популярна и се използва за различни цели. Някои хора си служат с нея като терапия за освобождаване от стреса и напрежението. Други я виждат като

средство за самолечение или начин да постигнеш просветление. Тя е много ценна при всички тези случаи, но за медиумите е от жизнено важно значение.

Първото и най-очевидното е, че трябва до такава степен да постигнете вътрешен мир и да издигнете нивото на съзнание, че да се настроите към по-фините вибрации на духовния свят. Колкото умът ви е по-спокоен и готов да приема, толкова по-точно ще разбирате какво ви се предава. Второ, медитацията ви помага да се докоснете до вътрешната си същност. Ще ви бъде източник на сила и, повярвайте ми, тя ще ви е необходима. Ще ви даде както стабилност, така и способността да разграничавате собствените си мисли от информацията, която идва от отвъдното.

И още нещо, медитацията ще ви направи по-мъдри. Във всеки от нас се съдържа безкрайна мъдрост, стига само да можем да достигнем достатъчно навътре в себе си и да намерим нейния източник. Една от задачите ви на медиум е да бъдете и учител. Това означава, че вие не просто предавате посланията от отвъдното, а и учите другите, като им разкривате какво сте и чрез начина, по който живеете живота си.

И накрая най-важното: Медитацията ви свързва с Божествената светлина и духовния свят. Няма значение дали сте спиритуалист или последовател на друга религия или философия, тъй като всички истински религии са основани на любовта и служенето. Ако искате да общувате с духовното измерение, трябва сами да станете духовни. Разбира се, че астралният план се състои от много различни измерения и някои от тях далеч не са толкова развити, но като медиум вашето намерение (надявам се!) е да се свързвате със същества от светлина, за да можете да издигнете себе си до тяхното ниво. Запомнете, че които си приличат, се привличат. Колкото по-високо издигнете мислите си, толкова по-красиви и развити са съществата, които привличате да ви помагат.

Не е задължително медитацията да ви е трудна. Може би не е необходимо да прекарвате часове в размисъл или да връзвате тялото си на флъонга, изпълнявайки най-различни сложни пози. Достатъчни са по няколко минути веднъж или два пъти на ден. Ако постоите, ще откриете, че тези минути стават неизменна част от живота ви. Същност след известно време ще започнете да се чудите как сте могли да живеете без медитация.

Духовното същество

По-късно в тази глава ще ви дам упражнение за медитация, което ще ви помогне да станете по-чувствителни към отвъдния свят. Но преди да направя това, искам да посея във вас някои идеи, да ви накарам да се видите като духовно същество, чийто истински дом е отвъд този свят.

Съвсем наскоро присъствах на групова среща на движението Нова ера. Те бяха смесена тълпа от хора от всички възрасти. В хода на разговора ръководителят на групата попита:

— Колко от вас вярват, че имат душа?

Всички вдигнаха ръце, някои по-колебливо от други. Една жена от задните редици изкоментира:

— Според мен е обратното. Аз съм душа и имам тяло.

Някои от групата се съгласиха с нея. За други идеята бе нова. Определено това е идея, която преобръща обичайния ни начин на мислене. Ние се идентифицираме с физическото тяло. В края на краищата, то е тази част от нас, която най-добре познаваме. Ние го храним, обличаме, тревожим се, когато е твърде дебело или твърде слабо, но тялото не е истинското ни аз. Душата има значение, не само защото продължава да живее и след смъртта, но и защото тя е, каквото сме всъщност тук и сега.

Писателят и философ сър Джордж Тривелиан, последовател на движението „Нова ера“, пише в книгата си „Опознаване на Бога“:

Тялото може да се разглежда като чудесно проектиран храм, в който божественото същество може да действа, докато живее в настоящия живот, в тежката и гъста материя. Тялото може, разбира се, да умре и да се разпадне, но това само освобождава духовната същност, за да се върне в духовния свят, от който е дошла.

Така в нашето общество, което се бои от смъртта, можем да разберем, че за тази същност, за това „аз“ просто няма смърт. Животът след смъртта е аксиома. Но по-важна е идеята за миналите животи. Вие сте съществували като развита душа, преди да се родите. На планетата Земя можем да гледаме като на терен за тренировка на душите в дългата еволюция от Грехопадението до пътя обратно към Бога.

Този пасаж повдига много интересни въпроси. Първо, какво разбираме под „душа“? Ние използваме думата, за да изразим същността на нещо. Дори казваме, че общителният човек е „душата на компанията“. Може би най-лесният начин е да обясним душата като вътрешна същност. Тя не се създава при раждането. Когато детето се роди, душата му вече е в тялото.

Мненията се разделят по отношение на това, точно в кой момент от зачеването до раждането душата влиза в плода. Може би при всеки човек е различно и зависи от желанието или неохотата на душата да се впусне в нов физически живот.

Дълбоко в душата са скрити спомените от нейните предишни съществувания на земята и от времето между тях, прекарано в отвъдното. Когато сме в съзнателно състояние, ние не си спомняме нищо от това. Древните са вярвали, че когато душите слизат на земята, пият от река Лета, реката на забравата. Тези спомени остават заключени в подсъзнанието. От време на време изплуват на повърхността по време на сънищата ни или при медитация, когато можем да се видим в някой от предишните си животи. Ако ни привлича дадено историческо време или култура, то е защото сме живели тогава или на това място.

Спомените могат да изплуват също така и при регресивна хипноза — връщане в миналите животи чрез въвеждане в дълбок хипнотичен транс. Това може да бъде много ценно терапевтично средство. Сегашната ни личност е сбор от всички наши минали животи и преживявания. Надничайки в тези скрити спомени, можем да разберем себе си по-добре. Някои от нашите страхове и фобии идват от миналото. Например, ако човек има страх от удавяне, вероятно се е давил в предишно прераждане. Ако някой непознат силно ни привлича, причината може да е, че сме се го познавали и обичали в миналото. Душата си спомня и го разпознава. Някои от хората, с които живеем сега, нашето семейство, приятели и любими същества, също са познати от миналото.

Малките деца могат спонтанно да си спомнят минали животи. Много често възрастните пропускат тези моменти, като ги смятат за фантазии. Когато детето е погълнато от новия си живот, тези спомени избледняват бързо. Личността на детето се развива под влияние отчасти на наследствеността, отчасти на възпитанието и средата. Но предишните животи на душата формират същността на новата личност.

Но хайде да се върнем назад и да си зададем въпроса откъде въобще идва душата? Според древните духовни учения ние сме създадени от Бога и сме капчици от Океана на Вечността. Бог е вложил във всичко създадено от Него частичка от Себе си. Тази вечна, неизменна част от нас е нашият дух. Наричаме го с много имена: Скъпоценния камък в лотоса, Безценната перла, Божествената искра.

Думите „душа“ и „дух“ често се смятат за взаимозаменяеми, но не е така. Душата е медиатор, нещо като външно облекло на духа, също както физическото тяло служи за облекло на душата, докато сме на земята. Отначало душата е обитавала близо до Бога в състояние на невинност. Но за да се развие, е трябвало да се отдели от Него, така както детето се отделя от своите родители, щом порасне. Така нашите души започнали дългото пътешествие на еволюцията, слизайки в продължение на еони постепенно надолу през различните нива на отвъдния свят, докато стигнат до астрала.

Но дори астралът, макар и толкова далеч от мястото на сътворението, не разкрил големи предизвикателства за душата, които да ѝ помогнат да научи всичко необходимо. И така тя приела физическо въплъщение и влязла във физическо тяло. Физическият свят е бил — и е — най-тежката част от пътуването на душата. Земята е най-тъмното, най-плътното от нивата. Тук е бойното поле на душата, където тя трябва да преживее страдание, бедност, болести и всички трудности, които не съществуват в никое от другите измерения. Ние сме идвали тук много пъти и ще продължаваме да идваме, докато научим всички уроци, на които може да ни научи земята. Но между два живота - а времето между животите е по-дълго от прекараното на земята — ние живеем в отвъдния свят, на който всъщност принадлежим.

Може би от тук произхожда легендата за грехопадението. Според Библията Адам и Ева били изгонени от Рая, тъй като посмели да ядат от Дървото на познанието. Можем да разгледаме тази история като алегория на човешкото слизване от духовния свят на земята. Така погледнато, грехопадението е било падане напред, една необходима стъпка, тъй като човечеството не би могло да се развие духовно, докато не изживее съществуването си на физическо поле и не се научи да побеждава злото с добро.

Навсякъде по света съществуват легенди за Златния век — райско време, когато хората са се разхождали рамо до рамо с боговете и живеели в мир и хармония с природата. Това също, тъй като в легендите се вплетени много неща, може да е дълбоко скрит в подсъзнанието спомен за рая в астралния свят, който човечеството е трябвало да напусне.

Идеята за смъртта като завръщане към дома е много хубаво изразена в разговора с отвъдното, предаден в книгата на Джейн Шъруд „Страната отвъд“:

Това е нашият дом, атмосферата на раждането ни, която сме постигнали с цената на битки, страдание, грехове, покаяние, изкупление и примирение. Най-последно сме у дома — в дома на нашия Баща, макар все още да не ни се дава Неговото присъствие. Мисля, че сега разбирам какво представляват големият глад и желание, които изпитваме към всичко красиво. Това е носталгия към дома, към незабравимото блаженство, от което е трябвало да се откажем. Това е болката, която чувстваме, сравнявайки Земята с неизбледяващия спомен за небето. Съмнявам се, че и най-злите, изгубени и скитащи се души са загубили този глад и желание, които рано или късно ще ги върнат обратно на стръмната пътеки към Родината.

Носталгията е чувство, което усещат много хора. Тя е най-силна през детството, макар че детето не разполага с много думи, за да я изрази. Много медиуми, лечители и силно сензитивни хора, с които съм разговаряла, признават, че като деца не са се чувствали у дома си на тази земя. Чувствали са се различни, някак си отделени от другите. Един мъж ми каза:

— Аз се чувствах като чужденец в чужда страна. Вярвам, че това е една от причините човек да се роди с дарба на медиум. Медиумите усещат отвъдния свят, тъй като дълбоко в себе си не са прекъсвали контакта си с него. За тях е естествено да са в съзвучие с отвъдния свят. Техните водачи и помощници са приятели и познати, които са познавали и обичали, преди да дойдат тук и които са поели задачата да ги пазят по време на земното пътуване.

Не искам да кажа, че земният живот е нещо депресиращо, или да създам впечатление, че трябва да го преинемем в очакване да влезем в астралния свят, въпреки че там ще сме по-щастливи. Аз харесвам сегашния си живот на земята и вярвам, че той трябва да се изживее пълноценно. Независимо от трудностите и грозните неща, този свят все пак е хубав и се нуждае, както никога преди в историята, от духовно извисени хора, които да се грижат за него и да спасят човечеството от катастрофа. Наистина всичко изглежда различно, когато разглеждаме този земен живот като един от многото, малка стъпка по пътя на вечното ни пътуване. Добре е, че знаем, че каквото и да ни се случи, колкото и трудно и болезнено да бъде, нищо не може да унищожи душата или да ни откъсне напълно от духовните ни корени.

Усещането за отвъдния свят е нещо, което носим н себе си. Само трябва да го преоткрием. Митовите за Златния век ни разказват за времето, когато небето и земята били свързани с моста на дъгата, изплетен от многото цветове, през които преминават душите. Когато Златният век свършил, човечеството загубило контакт с небето и мостът на дъгата изчезнал. Само свещеници, шамани и светци можели да преминават от другата страна и да се срещат с тамошните обитатели. Но мостът все още съществува. Той е нашата връзка с духовния свят, а също така и връзката с духовната ни същност. И медитацията е начинът да стигнем до тях.

Подготовка за медитиране

Ако никога досега не сте медитирали, хубаво е да започнете постепенно. За начало отделяйте на ден по няколко минути. По-късно може да опитате по половин час или повече в зависимост от времето, с което разполагате.

Но преди да започнете, опитайте се да подготвите съзнанието си. Ако сте в стрес, преуморени или обезпокоени, когато започнете да медитирате, не се надявайте да постигнете много. По-късно, ако ви стане постоянен навик, ще откриете, че още със сядането на стола и затварянето на очите ще се почувствате успокоени, но в началото може да се разсейвате лесно.

Добър начин да се подготвите за медитация е да отидете на разходка извън града или, ако това е невъзможно, в парка. Почувствайте близостта си до природата и оставете красотата ѝ да ви завладее. Ние всички сме част от космоса. Всяко живо същество, всяка птица, всяко дърво, всеки стрък трева е част от Божието творение и носи Божествена искра. Помилвайте листенцата на цветята и почувствайте мекостта им. Усетете силната енергия, която се излъчва от дърветата — облегнете се върху стъблото на голямо старо дърво и почувствайте как силата му се влива във вас.

Вдишвайте топлината на слънцето и знайте, че това не е само физическата топлина, а енергията на самия живот.

Ако денят е мрачен, облачен или дъждовен, едва ли ще ви се прииска да сте сред природата. В този случай се опитайте да слушате хубава музика или да четете книга, която намирате за вдъхновяваща. Важното е да не мислите за всекидневни грижи и неволи, така че съзнанието ви да се издигне към по-високо ниво.

Идеално ще бъде, ако можете да отделите една стая от дома си за медитация, но ако няма достатъчно място, изберете си един тих ъгъл и го направете свой. Там можете да поставите цветя, да закачите картина, която ви успокоява. Тамян, ароматни пръчици или масла могат да ви помогнат да си създадете уютна атмосфера. Има много музикални записи в стил Нова ера, които могат да послужат за добър фон.

Упражнение по медитация

Сега да пристъпим към същността на упражнението. Това упражнение е съставено така, че да ви отведе на пътешествие към центъра на вашата същност. Необходимо ви е само едно огледало. Не е задължително да е голямо. Малко огледало за дамска чанта е достатъчно. Изберете време, когато няма да бъдете обезпокоявани. Изключете телефона. Можете да смекчите светлината в стаята, но не и да я затъмните напълно. Седнете на избраното място. Разхлабете стегнатите дрехи, отпуснете се и поемете дълбоко въздух. Не бързайте и не мислете на този етап да се свързвате с отвъдното. Засега само се концентрирайте да опознаете себе си.

Сега се погледнете в огледалото. Концентрирайте се върху лицето, което виждате. Мислите, че го познавате добре. Виждате го всяка сутрин, когато застанете пред огледалото в банята, но доколко наистина познавате личността, която се крие зад него? Вгледайте се в очите. Казват, че очите са огледалото на душата. Също така казват, че ако почистиш огледалото на душата си, ще видиш лицето на Бога да грее в него.

Не забравяйте, че физическото тяло не сте самият вие. Кажете на себе си:

— Аз не съм това тяло.

И продължете да се вглеждате по-надълбоко.

Сега помислете за това какво чувствате. Щастлив или тъжен сте, спокоен или напрегнат? Често нашите емоции ни управляват. Те са по-силни от разума ни. Ние обичаме и мразим и смятаме, че не можем да се озаптим. Но емоциите са преходни. Онова, което е било важно в един момент, след година или дори още на другия ден се забравя. Не се критикувайте нито съдете себе си, просто наблюдавайте това, което чувствате. И знайте, че тези силни чувства на страст, страх или яд са само вълнение на повърхността на водата. Отдолу океанът е спокоен.

И така, направете крачка назад. Отделете се от своите емоции. Кажете на себе си:

— Аз не съм тези чувства. Аз ги притежавам, но те не ме притежават.

И се запитайте:

— Кой изпитва тези чувства?

Отново навлезнете дълбоко в себе си. Съзнанието е като кладенец. Колкото и надълбоко да достигнете, никога не можете да видите дъното, но въпреки това навлизайте колкото е възможно по-надълбоко. Оставете всички непрестанно заемащи ума ви мисли да заглъхнат. Не се опитвайте да спрете мислите си. Не е възможно да изпразните съзнанието си. Просто стойте и наблюдавайте мислите си, сякаш чакате да се развие един часовников механизъм. Това може да ви отнеме доста време, но най-накрая спокойствието ще дойде. И в тази тишина попитайте себе си:

— Кой мисли тези неща?

Опитайте се да се докоснете до най-дълбоката част на вашата същност и знайте, че това вътрешно същество сте самият вие.

Сега се обърнете към отвъдния свят, към тези, които са натоварени да ви закрилят. Не се опитвайте да определите кой кой е на този етап на медитацията, просто знайте, че ви наблюдават и закрилят. Изпратете им любовта си и се опитайте да доловите отговора им. Това не е нужно да става с думи или с картини. Достатъчно ви е усещането в сърцето. И ако почувствате, че това е подходящото време за вас и ако сте сигурни, че искате да станете медиум, безмълвно направете своя акт на посвещение. Можете да използвате следния текст или да го изкажете със свои думи:

Небесни Отче, приеми моето служение като оръдие на светлината. Направи от мен чист канал на съданията от светлина, които са около мен, така че да можем да работим заедно и да носим утешение, любов и изцеление на всички нуждаещи се и да докажем на света, че няма смърт.

Задръжте тези мисли в главата си, без да се разсейвате, около няколко минути. Когато прецените, че е достатъчно, благодарете и затворете съзнанието си, като си представите, че сте обгърнати в плътна мантия от бяла светлина (за повече подробности вижте упражнението в Глава 9, края). И накрая, за да се върнете напълно към земята, хапнете или изпийте нещо.

Всеки път, когато медитирате, затвърждавате връзката си с отвъдния свят. По този начин вие изграждате свой собствен мост на дъгата и го правите все по-здрав и по-сигурен. Все още ви предстои дълъг път, но сте поставили началото, направили сте най-важната стъпка. Сега да пристъпим към следващата. Вие медиум ли сте? Непосредствената ви реакция вероятно ще бъде да отговорите „не“, но в този случай бихте се подценили.

Глава 8

Начало на докосването до духовния свят

Шестото чувство

Аз нямам пси-способности, но... Колко ли пъти съм чувала това? И после говорещият продължава да разказва някакъв случай, потвърждаващ факта, че той наистина има пси-способности, макар и да се проявяват само в определени моменти. Да имаш пси-способности не е същото като да бъдеш медиум и това не е книга, която ще ви помогне да развиете същинския си пси-потенциал. Все пак, ако искате да развиете качества на медиум и да се научите да медитирате и да успокоявате съзнанието си, трябва да усилите психичните си възприятия, за да се настроите за връзка с отвъдния свят.

В тази глава ще ви предложи няколко упражнения, които може да опитате сами или с няколко приятели съмишленици. Тези упражнения са за развиване на медиумни способности. Но първо искам да ви кажа още няколко неща за това какво означава да притежаваш пси-способности. Откъде идват тези сили и как можем да ги разпознаем у себе си?

Може да мислите, че въобще не притежавате пси-способности, но не бъдете толкова сигурни. Фактът, че сте взели в ръце тази книга, говори, че се интересувате от неща, свързани с парапсихологията, и това е начало. Да притежаваш пси-способности, да имаш интуиция или „шесто чувство“, наричайте го както искате, не означава че притежаваш мистична сила, която никой друг от смъртните не притежава. Много хора — бих казала дори преобладаващата част от обществото, в някаква степен притежават пси-способности. Те са част от съществуването на нашата вътрешна същност или душа, а ние всички сме души, облечени в материални тела. За съжаление много хора отричат или не знаят, че душата съществува, затова не чуват, когато тя се опитва да им кажа нещо.

Признаците за наличие на пси-способности са много незабележими. Подказват ни се разни неща, но ние не им обръщаме внимание и всичко си е за наша сметка. Например излизате навън при хубаво време без чадър, въпреки че нещо ви подсказва, че ще вали — впоследствие се излива порой и се измокряте до кости. Или давате назаем пари на човек с честно лице, макар че имате усещането, че на него не му е за вярване, и никога повече не виждате нито парите си, нито самия него.

— Защо не се вслушах в себе си! — упрекувате се вие.

В такива случаи говори вътрешната ви същност и вие бихте си спестили много неприятности, ако я слушате.

Причината да потискаме шестото си чувство е обществото, в което живеем. Бог в днешно време е науката и тя е формирала мисленето ни така, че да не вярваме в съществуването на нищо извън материята — всичко останало се отхвърля като предразсъдък или халюцинация. Въпреки че съществуването на екстрасензорни сили, като телепатията, ясновидството, преживяванията извън тялото, е демонстрирано многократно в лабораторни условия, все още учените не приемат на сериозно парапсихологията и всеки учен, който започне да се занимава с изследвания в тази област, търпи подигравки от колегите си и рискува да провали кариерата си.

Това отношение се предава на широката публика и резултатът е, че много хора не си дават труд да признаят, че вярват в свръхестественото, защото някой ще им се подиграе. Всъщност няма нищо свръхестествено в това да притежаваш пси-способности. Изобщо няма нищо

„свръхестествено“ — това са чисто и просто природни закони, които все още не разбираме напълно. И вероятно са много малко хората, които не са имали пси-преживяване в живота си. Не е задължително това преживяване да е драматично. Може да е много просто, например да мислиш за приятел, когото не си виждал дълго, и той да се обади по телефона още същия ден. „Какво съвпадение!“ — казвате си вие. Аз не твърдя, че съвпаденията не съществуват — но обикновено при тях има нещо повече от чиста случайност.

Пси-сънища

Най-често пси-способностите се проявяват в сънищата. Ако си водите дневник на сънищата за определен период от време, ще се изненадате колко много от тях са били пророчески. Това не означава, че всичко се сбъдва до най-малки подробности, но ще разпознаете някои елементи.

Можете и сами да го проверите. Възможно е вече да си водите дневник на сънищата. Ако не сте го направили, то сега е подходящото време да започнете. Сложете до леглото си бележник или касетофон и записвайте старателно всеки ваш сън, доколкото си го спомняте. Проверявайте внимателно записките си, за да откриете евентуални предупреждения. Те могат да бъдат под различна форма. Може да сънувате нещо, което се сбъдва на следващия ден — да срещнете някой или дори да видите рисунка в някоя книга или нещо по телевизията. Често това са съвсем тривиални неща, някое незначително събитие може да бъде раздухано до голяма степен. Веднъж сънувах, че съседната къща гори. На следващия ден се подпали барбекюто на съседите и всичко беше одимено, но нямаше сериозни вреди.

Чувствителността към определена атмосфера е друг признак на пси-нагласа. Може да влезете в една къща и веднага да почувствате дали домът е тъжен или щастлив. Впечатленията, които приемате, може да се излъчват от сегашните обитатели или да са създадени от хора, живели там в миналото. Много хора с пси-чувствителност не обичат тълпите. Енергиите и мислите на всички суетящи се около тях хора ги потискат и безпокоят. Колкото по-чувствителни ставате, толкова непоносимо ще е за вас да сте в атмосферата на нервност и дисхармония.

Това дали сте късметлия или нещастен човек също е свързано със степента на вашата сензитивност. Някои хора винаги имат късмета да се намират на подходящото място в подходящото време. Съдбата им се усмихва. Ако възседнат кон, той финишира пръв. При други е точно обратното. Ако решат да участват в конно състезание, техният кон няма да улучи въобще стартовия коридор. Ако падне гръмотевица от ясносино небе, то ще бъде върху тяхната къща. Нашата вътрешна същност е по-мъдра от материалния ни ум. Ако се сблъскат интуицията и разумът, бъдете напълно сигурни, че ще се окаже вярна интуицията ви, а не разумът. Ако улавяте знаците на вътрешната си същност и се водите от тях, житейският ви път ще бъде далеч по-лек.

Изпробване на пси-способностите

Един прост начин да проверите вашите пси-способности е като вземете тесте карти. Разпръснете ги върху масата с лицето надолу. Успокойте мислите си колкото е възможно — всяко напрежение или налягане ще доведе до ментален блок. Вземете произволно една карта и се опитайте да познаете коя е.

Не отделяйте твърде дълго време за това. Първото ви хрумване вероятно ще бъде вярното. Ако нищо не ви хрумва, може да стимулирате мисълта си, като си задавате различни въпроси.

„Дали картата е червена или черна? Дали е поп или дама? Дали има много знаци върху нея или е почти неизписана?“

Може да получите ментална картина; или просто да се окаже, че „знаете“. Не правете упражнението много пъти едно след друго. Умът бързо се затормозява и отегчава и се губи концентрацията. Упражнявайте се по няколко минути на ден. Вярвайте, че можете да го направите, и ще успявате — не винаги, но достатъчно често, за да добиете кураж.

Същото упражнение може да се направи и с карти ТАРО. Различните изображения на картите дават възможност на подсъзнанието ви да работи със силни образи. Ще откриете, че по-скоро е възможно да доловите малък детайл от картата отколкото цялото изображение. Тъй като ТАРОТО е пълно със символизъм, възможно е символичното значение на картата да изплува в съзнанието ви. На този етап не бива да се опитвате да тълкувате картите или да предсказвате бъдещето нито на себе си нито на други хора. Тарото изисква дълго и задълбочено изучаване, а също така и силно развито интуитивно умение за интерпретация. Резултатите могат да бъдат подвеждащи или тревожни, ако се случи да извадите карти, които предупреждават за бъдещо нещастие.

Друг метод за упражнение е да се опитате да отгатнете съдържанието на получени от вас писма, без да ги отваряте. Задръжте плика между пръстите, без да стискате, или го притиснете до челото си. Вижте дали можете "да почувствате" за какво се отнася писмото или да добиете впечатление за личността на автора му. Можете да направите същото с подаръците, които сте получили за рождения си ден или за Коледа — задръжте пакета в ръка и се опитайте да отгатнете какво има в него. Ако развиете тези способности, направо ще подлудите всичките си близки и приятели!

Цветовите могат да бъдат много полезно средство за развиване на вашите пси-способности. Запомнете, че каквито и впечатления да получавате, те достигат първо до подсъзнанието ви и после се филтрират в съзнанието, защото подсъзнанието е много чувствително към цветовете. Вземете няколко ярко оцветени квадратчета от хартия или плат и ги сложете в отделни пликове. Разбира се, пликът трябва да е достатъчно плътен, за да не различавате цветовете през него. После вземете в ръка един от пликовете и се опитайте да отгатнете какъв цвят има вътре. Ще откриете, че по-лесно отгатвате цветовете, към които имате афинитет.

Опити за телепатия

Ако се съберете малка група приятели, можете да направите няколко опита за телепатия, или четене на мисли. Това ще ви направи по-стабилни и подготвени, когато започнете да развивате способности на медиум. Целият процес на свързване с отвъдното всъщност е телепатия между медиума и душите от отвъдното. Така че тези опити ще ви помогнат да разберете по-добре механизма на телепатията. Също така веднъж завинаги ще се разсеят предположенията, че медиумът получава телепатично информация не от отвъдното, а от съзнанието на участващия в сеанса. Няколко опита ще бъдат напълно достатъчни, за да се убедите, че това всъщност е по-трудно, отколкото да направите контакт с отвъдното.

Без съмнение вие и вашите приятели може да се сетите за много други упражнения, затова аз само ще ви предложа няколко неща за „отприщване“.

Вземете листове е цветна хартия и нека един от групата да се концентрира върху цвета и да го „изпрати“ телепатично към останалите. Човекът, който „предава“ цвета, трябва да се опита да го влее в съзнанието на другите. Мислете за неща, които можете да асоциирате с този цвят. Например, ако цветът е син, представете си синьо небе или синьо море и се опитайте да „предадете“ и тази идея.

Дайте на всеки член от групата по един бележник и молив и един след друг нарисуйте картина или геометрична фигура върху бележника, за да я предадете мисловно на другите — те трябва да нарисуват онова, което получават. Рисувайте прости изображения. Другите членове на групата могат да схванат най-общите линии, дори ако не разбират какво точно представлява нарисуваният предмет.

Нека един от групата да си намисли едно име. Да го напише в бележника си и да го повтаря наум. Вижте дали някой е приел името.

Макар че упражненията са елементарни, може да получите интересни резултати. Скоро ще стане очевидно, че някои от вас са по-добри при изпращането на образи, а други — при получаването им. Получаващите може да имат по-голям потенциал за медиуми, тъй като съзнанието им е по-пасивно и склонно да приема.

Такива опити ще ви помогнат също и да разберете някои от трудностите при контактите с отвъдното. Например сигурна съм, че ще откриете, че последното упражнение е познаването на имената е най-трудно. Подсъзнанието работи по-добре е представи отколкото с думи. Предаването на име, особено ако не е разпространено и приемащият не го знае, е много трудно. Ето защо медиумът може да не е в състояние да предаде името на комуникатора от отвъдното, въпреки че може да го опише съвсем точно. Той няма проблем с разпространените собствени имена, но много трудни за приемане са фамилните или чуждестранните имена.

Понякога приемащият може да получи представа не за изпращания му образ, а за нещо, което се асоциира с него. Например, ако нарисувате триъгълник и приятелят, на когото се опитвате да го предадете, се интересува от Египет, той може да получи впечатление за пирамида. И тук откриваме поука по отношение на трудностите, с които се сблъскват медиумите. Дух от отвъдното може да изпрати определена мисъл на медиума, която отприщва някаква силна асоциация в неговото съзнание и изкривява центъра на посланието.

Ще разберете също колко е важно да имате правилна ментална нагласа. Необходимо е да направите съзнанието си пасивно, за да можете да приемате, и едновременно с това да бъдете нащрек и да внимавате. Това е все едно да настройвате радио на вълните на отдалечена чужда станция, при което и най-малкото изместване на стрелката встрани води до изгубване на силата. Вие самите сте радиото и ако сте притеснени емоционално или сте твърде напрегнати, уморени или не се чувствате добре, тогава приемането не е „чисто“. Опитвайте се да сте спокойни и да се наслаждавате на това, което правите, без да се тревожите дали сеансът ще бъде успешен или не.

Психометрия

Един от най-добрите начини да развиете пси-способностите си в подготовката ви да станете медиум е да се упражнявате в психометрия. Всеки предмет задържа впечатления от хората, които са го притежавали или са работили с него. Психометрията е изкуство, което „разчита“ тези впечатления. Убедете няколко ваши приятели да ви донесат предмети, върху които да се упражнявате. Най-подходящи са бижута или часовници, тъй като металът съхранява по-добре бележите от пластмасата или плата. За предпочитане е нещата да не принадлежат на вашите приятели, ако ги познавате добре, а на друг човек, който те познават, така че да можете да проверите дали сте на прав път.

Вземете предмета в ръка и се съсредоточете върху мислите и представите, които той извиква във вашето съзнание. Опитайте се да си съставите представа за човека, на когото принадлежи. Отново можете да си задавате въпроси. Например, даги притежателят му е мъж или жена? Дали е млад или стар, щастлив или тъжен, слаб или дебел? Не отделяйте дълго време за въпросите, тъй като въображението ви ще започне да се намесва.

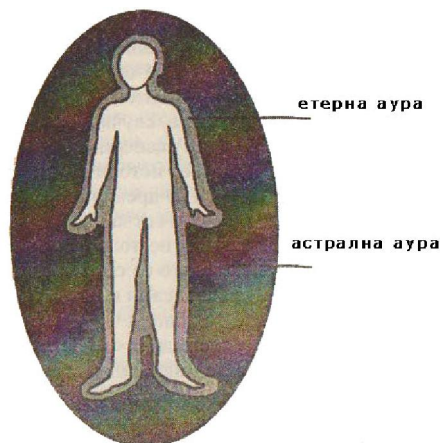
В съзнанието ви могат да изникнат само несвързани ментални картини, но все пак опишете всяка от тях, тъй като повечето, ако не всички, ще бъдат свързани с притежателя на предмета. Все едно че „надничате“ в съзнанието на човека и приемате впечатления за неща, свързани с него: хора, места, случки.

Интересно е да правите експерименти с много стари предмети, като камъни от исторически места, монети или всякакви предмети от древността, до които можете да се докоснете. В този случай впечатленията, които ще получите, ще бъдат не толкова за хората, а за историческото време, с което са свързани предметите.

Ако предметът е принадлежал на повече от един човек, то вероятно впечатленията ви ще са объркани. Най-силно ще усетите последния от притежателите или онзи от тях, който е имал най-силно изявена личност. Не обърквайте психометрията с медиумизма. Ако предметът е принадлежал на някого, който е починал, може и да сте в състояние да опишете човека, но не трябва да приемате, че задължително сте влезли в контакт с него; вие просто „разчитате“ предмета. Някои медиуми използват психометрията, за да си помогнат при установяването на връзка с души от отвъдното, но това не е добър начин, тъй като може да ви подведе да си мислите, че разговаряте с притежателя, а всъщност впечатленията ви да идват от предметите и от нищо друго.

Как да се научим да виждаме аурата

Аурата също играе важна роля при медиумите. Тя може да се обясни като енергийно поле с овална форма, което обгражда човешкото тяло. Състои се от различни слоеве, които съответстват на етерното, астралното и другите невидими тела, от които сме направени.



Етерната и астралната аура

Съществуването на аурата до някаква степен е потвърдено от науката. През 1908 г. д-р Валтер Килнер изобретил екран, състоящ се от две големи стъкла, между които имало разтворен въглищен катран и дицианин. През тях се виждащ аурата на пациентите. След като използвал екрана известно време, той постепенно развил „вътрешното“ си зрение и започнал да вижда аурата с просто око.

По-ново откритие е фотографията на Кирлиан. Този метод, разработен преди около 50 години от руснаците Семьон и Валентин Кирлиан, се базира на фотографиране на енергията, излъчвана от живите организми. Дали обаче се заснема аурата или някакъв вид излъчвано слектричество е обект на научни спорове, но резултатите сочат, че съществува някаква друга сила освен физическата.

Двамата Кирлиан например открили, че ако фотографират едно листо, което е разрязано на две, липсващата част от листото, т. е. неговата етерна обвивка, също се появява на плаката. Ако снимате ръцете на лекува, докато лекува, потокът енергия, излизащ от пръстите му, е по-силен и по-светъл, отколкото когато не лекува и не е насочил енергията си. При медиумите се наблюдава много интересен ефект. Ако медиумът носи венчална халка, когато се прояви снимката, на пръста се вижда бял „мехур“.

На много пси-събори може да се види уредът на Кирлиан и всеки може да направи отпечатък на ръцете. На такива места можете да попаднете и на ново интересно изобретение — камери, на които се вижда аурата. Това е нова техника, изобретена в Америка, и вече навлиза и във Великобритания. Виждат се цветовете на аурата, макар че е трудно да се каже доколко са истински. Винаги наоколо има консултанти, за да обясняват какво означава този или онзи цвят.

Независимо дали съществуването на аурата е научно доказано, тя е нещо, за което знаем подсъзнателно. Това се е отразило и в ежедневиия език. Казваме, че някой е „позеленял“ от завист или „почервенял“ от гняв. Ние инстинктивно сме привлечени от хората, с които нашата аура е в хармония, и избягваме тези, с които сме в дисхармония. Чаровниците имат силна аура, която се простира на голямо разстояние около тях, и привлича другите хора, които черпят от тази енергия. Обратно, някои хора са духовни вампири. Ако прекарате дори кратко време в компанията им, се чувствате изтощени, тъй като те са изсмукали жизнеността на вашето етерно поле.

Като се учите да виждате аурата, вие избистряте сензитивността си. Има много начини да се тренира това умение.

Упражнение, което помага да виждате аурата

Седнете в затъмнена стая и се отпуснете. Дръжте ръцете си пред вас, като допирате върховете на пръстите. После бавно отделете пръстите си и се съсредоточете дали виждате потоците енергия, които изтичат от тях.

За следващото упражнение се нуждаете от помощта на приятел. Отново трябва да затъмните стаята, но не много. Нека вашият приятел да седне, а зад него да има тъмен фон. Не го гледайте директно. Плъзнете поглед встрани, без да фокусирате нещо. Има начин за това, макар да е много трудно за обяснение, но когато започнете да го правите както трябва, веднага ще разберете

Това, което вероятно ще забележите най-напред, е сиво-бяла мъгла, дебела 5-6 см, която обгражда тялото. Това е етерната аура. Ако имате късмет, можете да видите повече — различните цветове ивици. Това е част от аурата, която съответства на астралното тяло.

Тълкуването на цветовете на аурата изисква цяла книга. Ако искате да вникнете още по-дълбоко в тази тема, препоръчвам ви да четете такива книги. Ако сте разочаровани от резултатите и очевидната липса на напредък, може да се успокоите с това, че много медиуми, включително и аз, изобщо не виждат аури. Аз все пак ги усещам, което е също толкова надеждно.

Може да откриете, че ви е по-лесно да усещате, отколкото да виждате. За да разберете дали е така, отново бихте могли да използвате помощта на многострадалния си приятел. Този път не е необходимо да затъмнявате стаята. Нека приятелят ви седне на един стол, а вие поставете ръцете си на 30 см над главата му. После бавно доближавайте ръце към главата му. Обикновено когато достигнете на 5-6 см от тялото му, се усеща леко противодействие, сякаш се натъквате на невидима бариера. Това е краят на етерната аура. Ако вашият приятел е добре развит физически или много жизнен, аурата може да се простира на повече от 5-6 см; ако е уморен или потиснат, аурата ще бъде слаба и по-трудно откриваема.

Проследете очертанията на аурата около тялото. Чувствате ли промяна в енергийното поле на определени места? Усещате ли някакъв определен цвят? Ако почувствате боцкане по пръстите, това може да ви покаже, че сте потенциален лечител.

Способността да усещате аурата ще ви е от помощ като медиуми, за да можете да се настройвате към хората, които идват при вас на сеанс. Също така тя ще усилва усета ви към астралния план. А тогава ще можете да се впуснете в най-важната част от пътуването си — изграждането на собствен мост на дъгата, който да ви свърже с отвъдния свят.

Глава 9

Училище за медиуми

Медиумни способности

Може би сте посещавали спиритична църква или сте присъствали на публична демонстрация на ясновидство и сте се питали как работят медиумите. Как стигат до тях имената и другата информация, която сякаш приемат по въздуха? В следващите две глави ще ви обясня как става това и как се развива такава дарба. Няма магическа формула, която да ви превърне в медиум, ако не притежавате заложби, но има изпитани и проверени методи, чрез които вие може да „събудите“ евентуални латентни способности. Ако ги прилагате и се заемете да работите усърдно, отделяйки необходимото време, ще успеете да построите мост към отвъдния свят, който ще ви даде възможност да станете надеждно средство за комуникация с отвъдното.

Още в началото трябва да кажем, че мотивацията е от решаващо значение. Нищо от това няма смисъл, ако използвате своите способности на медиум за слава и богатство или за да впечатлявате хората. Не се изисква нищо друго освен пълно отдаване. Айлин Робъртс, президент на Института на медиумите спиритисти, обяснява медиумизма като божествено призвание: „Медиумите са инструмент в ръцете на Бога. Това е свещена дарба. Много хора смятат, че могат да станат медиуми за една нощ. Те нямат нито желанието да се посветят, нито необходимият опит.“

Ако смятате, че искате да се отдадете на това поприще, и сте убедени, че това е пътят, който желаете да поемете, първото нещо е да разберете дали имате заложби за медиум. Ако сте опитали някои или дори всички упражнения в предишната глава и сте постигнали някакъв успех, то вашите пси-способности функционират. Но дали имате способности за медиум? Както отбелязах по-рано, двете неща се различават значително.

Може би вече сте имали контакти с отвъдния свят, подобни на споменатите дотук — да усещате присъствие, да чувате гласове или просто да усещате нещо, което ви е много трудно да обясните с думи. Независимо от това колко мимолетен е контактът, всички тези признаци сочат, че имате контакт с по-висши измерения и това за начало е достатъчно. Но дори ако нищо от този род не ви се е случвало и въпреки това искате да „се проверите“, последвайте импулса си — говори ви вашият собствен дух.

Като дете не съм имала изключителна дарба. Моята майка имаше пси-способности, макар че не си го признаваше, и аз вероятно съм наследила нещо от нея. От време на време имах предчувствия и сънища, които се сбъдваха. Също така като много деца усещах присъствие на духове и чувах гласове, които говореха в главата ми, но те бяха едва доловими и се преплитаха с фантазиите ми. Когато се увлякох от спиритизма и реших, че искам да стана медиум, това беше всичко, с което разполагах, преди да започна да изграждам моста.

Групи за развиване на способности на медиум

За щастие на мен ми бе даден добър старт. Една жена медиум от църквата, която посещавах, ме взе под крилото си и ме покани да посещавам нейната група за развиване на медиумни способности. Това беше началото на един дълъг процес на обучение, който продължава непрекъснато, защото, колкото повече научаваме за общуването с отвъдното, толкова повече осъзнаваме, че все още само драскаме по повърхността на огромно познание. Сега, когато развивам медиумни способности у други хора, мога да им предам наученото от мен. Не твърдя, че съществуват единствено моите методи. Казвам само, че те действат, и се надявам, че ще помогнат и на вас.

Първият ми съвет към всички бъдещи медиуми е да посещават местната спиритична църква. Медиумизмът е заразен като заушката. Тази среда ще стимулира способностите ви и също така ще

ви даде възможност да видите какво правят медиумите. След това трябва да си намерите група за развиване на медиумните способности. Възможно е подобна група да има и във вашата църква. Ако не, много организации, като Колежа по пси-изследвания и Асоциацията за спиритизъм във Великобритания предлагат курсове за обучение (вижте адресите в края на книгата). Когато решите да се включите в група, вие може би ще бъдете поканени на интервю, за да преценят способностите ви и да се види дали ще си допадате с другите. Когато аз ръководя тези интервюта, не търся хора, които „не са за тая земя“ и летят по облаците. Интересуват ме уравновесени и разумни хора, които имат искрено отношение. От друга страна, вие трябва да бъдете сигурни, че групата е подходяща за вас. Трябва да я ръководи медиум, на когото вярвате и чиято работа уважавате. Няма значение на каква възраст се присъединявате към групата, никога не е твърде късно човек да научи нещо. Ако обаче не можете да я посещавате редовно, по-добре не се записвайте. Ако здравето ви е нестабилно, също недейте да посещавате такава група. Става въпрос включително и за душевното ви състояние. Ако страдате от депресия или изживявате стрес, почакайте, докато животът ви отново се нормализира. В процеса на развиване на медиумните способности чувствителността ви ще се повишава и това ще се отрази неблагоприятно върху физическото и душевното ви състояние, ако то не е стабилно.

Възможно е да развивате способности на медиум самостоятелно, но е далеч по-добре да сте в група. Има няколко причини за това. Първите етапи на развитие са много объркващи, докато се опитвате да разберете кое е истинската информация от общуване и отвъдното и кое е продукт на вашето подсъзнание. Водещият групата ще ви напътства. От полза ще ви бъдат също подкрепата и съдействието от страна на другите членове на групата. Група от хора излъчва много пси-енергия и това ще стимулира вашите способности да се развият по-бързо.

Човекът, който води групата, би трябвало да ви покаже в какво се състои работата на медиума. Казвам „би трябвало“, тъй като често ми се оплакват, че не ги учат на това — вероятно защото обучаващите медиуми сами не го разбират добре..

— Ние просто си седим и медитираме — оплака ми се един разочарован член на такава група — и чакаме всичко да стане от само себе си като с магическа пръчка. Сигурна съм, че работата не се състои само в това, нали?

Далеч не се състои само в това. Вярно е, че само чрез медитация и опити да достигнете до отвъдния свят могат да се развият способностите ви. Ако обаче разберете механизма на процеса и се научите да тренирате съзнанието си, ще ускорите много развитието на медиумните си способности.

Най-важното е да запомните, че духовният свят е около нас, но вибрира на по-висока честота от физическия. За да се свързваме с него, трябва да повишим вибрациите си, или да издигнем нивото на съзнанието си, така че да сме в хармония с по-висшите измерения. Не става въпрос да „достигаме“ същества, витаещи някъде по небето, а да разширим съзнанието си, така че да виждаме и чуваме извън физическите сетива. Целта на тези упражнения е съзнанието ни да започне да приема информация от отвъдното.

Един от начините да разберете този процес е като направите аналогия с моста на дъгата, който споменах в Глава 7. Медиумите изграждат половината от този мост само като повишат вибрациите си и „се настроят“ за отвъдния свят. Душите от отвъдното от своя страна трябва да понижат своите вибрации, за да могат „да влязат в обхвата“ на възприятията на медиума. Надеждата ни е двете страни да се срещнат някъде по средата и да изградят моста, за да могат да се разменят съобщения.

Съобщенията се приемат телепатично. Душите от отвъдното създават ментална връзка, като „запечатват“ мисли, думи или картини в съзнанието на медиума. Ако вече сте правили телепатичното упражнение в Глава 7, разбирате колко е трудно и можете да си обясните защо получаваните чрез медиумите послания често са толкова неясни и незадоволителни. Комуникаторите могат да предадат само толкова, колкото съзнанието на медиума може да приеме. Дори тази ограничена информация често е изкривена или е толкова накъсана, че граничи с безсмислицы. С повече упражнения приеманата информация става по-ясна, но не очаквайте, че ще започнете да виждате и чувате духовете така, сякаш са хора от плът и кръв. За да го можете, трябва вие самите да принадлежите на отвъдния свят.

Има три вида приемане: ясновидство, чуване на гласове и усещане на духовете. Ясновидството, което буквално означава „ясно виждане“, е способността да виждаш духовете, макар че думата се използва като най-общ термин за медиумизма и за способността да предричаш

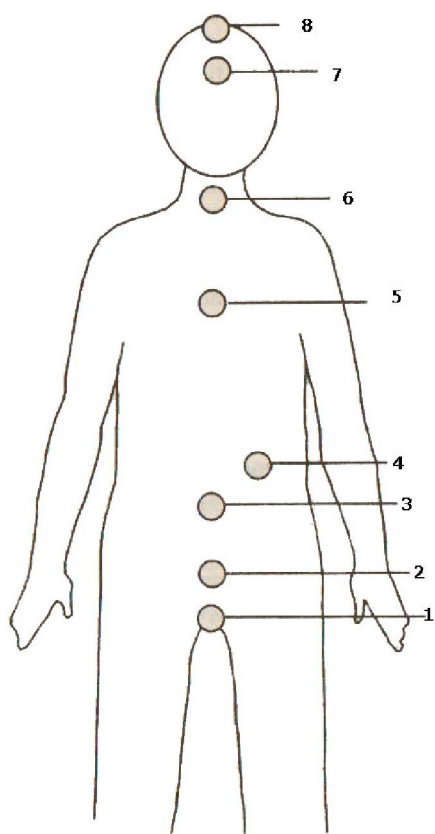
бъдещето. Вторият вид приемане е способността да чуваш гласовете на духовете. Те може да се чуват и като от външен източник, но по-често се чуват в главата. От време на време може да чувате музика, камбани или други звукове. Третият вид приемане е способността да усещаш присъствието на духовете. Това е най-често срещаната дарба при медиумите макар че рядко я признават за изключителна способност. Ако усетите нечие присъствие или нещо приятно в атмосферата на стаята или сградата, значи сте усетили присъствие на дух. Медиумите може да притежават една или всички тези способности заедно.

По-късно ще ви дам упражнения за развиване на различните видове приемане на информация, но първо искам да обясня друга важна страна на медиумизма — психичните центрове.

Психични центрове

Има седем основни центъра. Те се намират в етерното тяло и са разположени по линията на гръбначния стълб. Всеки от тях има различна функция и действа на различно вибрационно ниво, от най-ниски до най-високи вибрации. Заедно те регулират притока на физическа и психична енергия в тялото и създават връзката между материалното тяло и по-високите измерения. Когато човек израства духовно и психичните му възможности се развиват, тези центрове се активизират.

Центровете се наричат чакри — от санскритската дума „колело“, тъй като в аурата се виждат като пулсиращи цветни колела. За по-пълно изследване на този въпрос ще са необходими няколко глави, затова в библиографията съм посочила едно подходящо заглавие. Тук ще говоря за центровете само доколкото имат отношение към медиумизма.



1. корен
2. сакрален център
3. слънчев сплит
4. център на далака
5. сърдечен център
6. център на гърлото
7. център на челото
8. „корона“

Психични центрове

В основата на гръбначния стълб се намира „коренът“ — най-долната чакра. Това е центърът, от който черпим физическа енергия, необходима за живот. При изпълнените с жизненост хора този център е напълно отворен и активен. Ако центърът е блокиран или увреден поради нараняване или травма от детството, жизнеността на човека е занижена. Малко по-нагоре се намира сакралният център. Той управлява сексуалността и инстинктите. В някои учения за втора чакра се приема и далакът. Това е филтърът на психичната енергията и има значение за астралните проекции и ПИТ. Ако центърът е прекалено отворен, човек може да има чувството, че „не е съвсем на земята“, или че не е добре заземен във физическото тяло.

Слънчевият сплит е следващият център и се намира точно под гръдния кош. Там се регистрират всички наши емоции и усещания. Ние казваме, че „ни се повдига“ или „ни свива корема“, когато сме нервни. Тъй като слънчевият сплит е свързан с храносмилателната система, подобни проблеми могат да доведат до гастритни реакции. Негативни емоции като страх и гняв могат да се заключат в този център и да причинят напрежение и ограничаване на притока на енергия.

Медиумите са особено уязвими и податливи на смущения в слънчевия сплит. Понеже са с изострена чувствителност, те реагират по-силно от другите хора на обиди и атаки. Ако центърът е по-отворен, медиумът непрекъснато ще получава информация от отвъдния свят и от астралния план, което ще доведе до „изсмукване“ на жизнеността му — оттук и необходимостта от „затваряне“ на центъра след всеки сеанс (упражнението е дадено в края на тази глава).

Сърдечният център, както се досещате, е свързан с физическото ни сърце. Говорим за хора с „широко сърце“ или ако са стиснати, че „не им се откъсва от сърцето“. Това е центърът на състраданието и съчувствието. Ако сте отдадени на работата си и имате желание да служите, този център ще се отвори от само себе си. Макар че съчувствието към другите е необходимо, пазете се да не се отвори прекалено много, тъй като ще станете свръхчувствителни към емоциите на другите. Лечителите често имат такъв проблем и могат да „прихващат“ физическите състояния на пациентите си.

Когато сърдечният център се активизира, може да освободи много емоции. Ето защо, когато правите първите стъпки за развиване на пси-способностите, често ще се случва да изпадате в странни настроения, включително и в депресия. Затова трябва да бъдете емоционално стабилни, преди да започнете да развивате психичните си дарби.

Центровете на гърлото и челото са най-важните за медиума. Гърлото влиза в употреба при чуването на гласове. Активизира се при художниците, писателите, изобщо при творците. Центърът на челото, известен като третото око, управлява ясновидството. Свързан е с хипофизата и епифизата — тези малки мистериозни жлези, които са загадка за учените.

„Короната“ се намира точно над главата. В източната философия наричат чакрата хилядолестния лотос. Ореолът на светците, както ги рисуват по картините, е изображение на този център, който е светъл и бляскав при духовно извисените хора. Той ни свързва с по-висшата ни същност и с по-висшите измерения на духовния свят. Ако имате извисени духовни стремежи, центърът все повече ще се отваря и така ще вървите все по-нагоре към Божията сила.

Свързани, всички центрове образуват централен стълб, по който тече енергия от основата на гръбнака към короната над главата. Тази енергия се нарича „кундалини“. Понякога я оприличават на змия, която лежи увита на кълбо в „корена“ — основата на гръбнака. Когато центровете или чакрите се стимулират чрез медитация или развиване на пси-способностите, змията се размотава и се плъзга нагоре по гръбнака, като активизира последователно всеки център и достига до хилядолестния лотос, откъдето, както твърдят, разпръсква благодат и просветление.

Представители на движението Нова Ера твърдят, че кундалини е много опасна енергия и е по-добре човек да не я отприщва. Това не е без основание. Ако кундалини се задейства твърде бързо е помощта на съответните йогийски упражнения за дишане, ще се получи ефект като при пренатоварване на електрическа верига, което води до физически и ментални увреждания. В някаква степен кундалини е активна при всеки човек. Тя е част от системата, чрез която „прана“ е разпределена около тялото, и без нея не бихме могли да живеем. Особено активна е при творците, хората с пси-способности и медиумите и фактически формира основата на всички психични явления. Ако медиумните способности се развиват правилно, кундалини започва да се издига естествено, увеличавайки силата на медиума.

Упражнение размотаване на змията

Следващото упражнение е много подходящо за начало на груповите занимания, тъй като помага за психичното „отваряне“ и прави съзнанието способно да приема. То може да се изпълнява заедно от всички под ръководството на водещия.

Затворете очи и поемете дълбоко въздух няколко пъти, като отпускате цялото си тяло. Започнете с пръстите на краката. Напрегнете мускулите си, после ги отпуснете. Насочете вниманието си към глезените и направете същото. Повторете упражнението с всяка част нагоре по тялото си, напрегайте и отпускайте. Обърнете особено внимание на слънчевия сплит и се освободете от всякакви емоции. Завършете с очите и мускулите на лицето.

Сега седнете изправени, като внимавате да не се напрегате повече, и се убедете, че гръбначният ви стълб е изправен. Съсредоточете вниманието си върху основата на гръбначния стълб. Поемете дълбоко въздух и докато вдишвате, си представяйте енергия, която идва от земята, навлиза през ходилата на краката ви, движи се по продължение на краката ви и стига до основната чакра. Представете си, че чакрата е цвете, което се разтваря, и вижте дали усещате нежна топлина в тази част на тялото.

Сега издишайте и докато вдишвате отново, изтеглете енергията нагоре до слънчевия сплит и почувствайте как листенцата се отварят. При следващото вдишване качете енергията до сърдечния център, и така нататък до гърлото и третото око, като всеки път си представяте как всеки енергиен център се отваря. При последното вдишване изведете енергията най-горе до короната на главата —

хилядолистния лотос, после я оставете да се излива като светлинен водопад от всички центрове по цялото тяло, изпълвайки го с жизненост.

Починете малко, след това отново съсредоточете вниманието си върху короната. Взели сте енергия от земята. Сега вече ще изтеглите духовна енергия от по-високите сфери. Представете си златна светлина над главата ви и я оставете да слиза до всяка чакра последователно. Почувствайте как изпълва всяка ваша клетка с любов. Тази светлина ще засили енергията и благосъстоянието ви. Също така ще бъде най-добрата ви защита срещу негативно отношение, било то физическо или психическо. Тя приема форма на щит и ще отблъсква всеки негативизъм, насочен срещу вас.

Почувствайте как двата потока на енергия се съединяват в сърдечния център. Сърцето е точката на равновесието. Ако си представите тялото като кръст, сърцето е пресечната точка на двете прави. Когато този център е напълно активизиран, всичко, което правите, ще бъде мотивирано от любовта.

И така, за да завършим, задръжте вниманието си върху сърцето. Изпратете своите мисли към тези от отвъдния свят, молейки ги да слезат тяхната енергия с вашата и да ви помогнат да се срещнете с тях на моста на дъгата.

Водачи и медиуми

Когато започнете да посещавате групите за развитие на медиумни способности, без съмнение ще ви бъде казано, че имате много и най-различни водачи. Обикновено за водачи се цитират монаси и монахини и те, разбира се, неизбежно са индианци и китайци. Подобни описания предизвикват неударим смях у скептиците, но аз като медиум също виждам именно такива фигури. Всъщност усещам присъствието на една монахиня, който е много близо до мен и ми помага. Така че вярвам, че има същества в астралния план, които се нагърбват със задачата, макар и неблагоприятна, да работят с медиумите по такъв начин. Що се отнася до екзотичните им костюми — може и да са били индианци, китайци или каквито искат, доколто са живели на земята. Казва ни се, че много от водачите се подбират от раси, които на земята са притежавали много духовна мъдрост и естествена склоност за свързване с отвъдния свят.

Но съм сигурна, че те самите не се нуждаят от подобни земни облекла. Дрехите им са форма, която приемат заради нас. Водачите идват от измерение, където идеята за личността вече не е актуална, но подобно на актьори се обличат в костюми, за да ги разпознаем в определена роля — показват ни се по начин, по който по-лесно ще ги възприемем. Един водач може да е бил и англичанин, но понеже медиумите се обучават да очакват индианци и тем подобни образи, водачите послушно приемат такава форма.

Водачите често казват, че принадлежат към група сродни души — „семейство“ души, тясно свързани помежду си, които след много земни животи като отделни личности започват да се сливат в една същност. Тези групи работят на различни духовни полета, за да помагат на човечеството. Водачът е тяхната връзка със земята. Чрез него групата предава своята колективна мъдрост. Медиумът може да принадлежи към такава група и в този случай обичта помежду им е много силна и общуването е по-лесно.

Всеки медиум има група водачи около себе си, които му помагат в работата. От време на време съставът на групата може да се променя. Някои от водачите остават при медиума за кратко време или идват само за определена задача. Други остават до края на земния му живот. Обикновено това са основните му водачи и връзката на медиума с тях е по-специална. Той ги обиква и им се доверява, и макар че не живеят живота му вместо него, нито пък вземат решения по светски проблеми, те винаги присъстват наоколо и оказват подкрепа и ръководство.

Водачите отговарят за развитието на медиума. Те настройват съзнанието и стимулират психичните центрове. Когато медиумът работи, осъществяват връзката с душите от отвъдния свят, които могат да бъдат също толкова объркани, емоционални или невежи по отношение на механизма на общуването с хората на земята и да не могат да се свържат направо.

Водачите вършат и много друга работа зад кулисите. Например, когато човек запише час за сеанс при медиум, те подсигурият, доколкото е възможно, свързването с душите от отвъдния свят или осигуряват връзката с онези души, е които човек много иска да се свърже. Подготвят психически медиума и ако е необходимо, подготвят атмосферата на мястото, където той ще работи. С други думи, въпреки че сеансът може да ви се струва въпрос на случайност, при която медиумът се свързва с който му попадне от отвъдното, всъщност всеки сеанс е най-внимателно дирижиран.

Упражнение за опознаване на водача

Най-важният контакт, който трябва да осъществите като медиум, е с вашия водач. Щом веднъж опознаете същността, която работи с вас, ще можете да установите партньорство, което ще ви помогне да преодолявате всички трудности, ще улесни контакта ви с другите души от отвъдното и ще направлява живота и работата ви, докато сте на земята. Следващото упражнение ще ви помогне да узнаете кой е вашият водач.

Седнете спокойно, без значение дали сте в група или правите индивидуална медитация, и пожелайте да узнаете кой е водачът, отговарящ за развитието ви. После почакайте и вижте какво идва в съзнанието ви. Не очаквайте нищо предварително, не си представяйте как изглежда той и не се разочаровайте, ако не ви се яви двуметров индианец! Възможно е да ви се даде името, да получите ментална картина или просто представа, впечатление за неговата личност.

Както и да дойде, запазете връзката здраво в съзнанието си. Концентрирайте мислите си като лъч светлина, който преминава по моста на дъгата към вашия водач. Слейте съзнанието си с това на водача ви. Почувствайте как се пренасяте над моста, докато се срещнете с него от другата страна, и следете какви мисли и идеи идват в главата ви.

Ако сте с групата, с позволенията на ръководителя може да изкажете тези мисли или думи на глас. Това се нарича „вдъхновен говор“ и в състояние на транс може да се засили (и двата аспекта са обяснени в Глава 11). Всеки път, когато започвате медитация, сеанс или осъществявате контакт, повикайте водача или водачите си, за да ви помогнат. Те са силата ви и ако работите с любов и искреност, никога няма да ви изоставят.

Когато за първи път присъствате на групови занимания, може да се почувствате малко неловко или объркани, тъй като няма да знаете какво да очаквате или какво се очаква от вас. Особено когато сте поканени за нов член на вече установена група. Най-малкото трябва да знаете достатъчно за медиумизма и да си давате сметка, че няма да видите духове да изскачат отвсякъде наоколо!

Всъщност през първите седмици може изобщо да не виждате или усещате нищо. Не се тревожете. Дайте си време, за да свикнете с работата на групата. Правете упражнението за отваряне на психичните центрове, което дадохме в тази глава, после си стойте тихо и поглъщайте тишината, като оставите съзнанието си спокойно. Дори ако сте имали навика редовно да медитирате вкъщи, пак ви е необходимо известно време, за да започнете да медитирате с групата и да дисциплинирате ума си да не обръща внимание на различни дразнителни — кашляне, скърцане на столове — винаги ги има, когато група хора работят заедно.

Ако групата е само от начинаещи, ръководителят може да прекара първите няколко седмици или дори месеци в упражненията за развиване на пси-усещанията, дадени в Глава 8. Това е необходимата първа стъпка. Преди да започнете да развивате способности на медиум, трябва да сте развили психичните си способности. При някои хора те са толкова дълбоко потиснати, че им трябва много дълго време, за да ги извадят на повърхността.

Когато медиумните способности се проявят, това рядко става по драматичен начин. Почти винаги започва с усещането на нечие присъствие. В моя случай — а и повечето от медиумите, с които съм разговаряла, са имали подобно изживяване — аз усещах едва доловимо присъствие на комуникатор, колкото да мога да кажа дали е мъж или жена и да уловя най-общите черти на личността. Ако имах късмет, чувах и по някоя дума в главата си. Притеснявах се да споделя тези изживявания с групата, за да не се окаже, че греша, но когато в крайна сметка събрах кураж да говоря, се изненадах да открия, че много често другите разпознаваха по описанието ми душите, чието присъствие бях доловила. Това ми даде увереност и колкото увереността ми растеше, толкова „посланията“ ставаха по-ясни.

Но как се приема тази информация? Заслужава си да се поговори по този въпрос, тъй като колкото по-добре разбирате какво всъщност става, толкова по-добре ще можете да си сътрудничите с вашите водачи.

Когато усетите комуникатора в близост до себе си, значи той е навлязъл във вашата аура и е хармонизирал вибрациите си с вашите, сякаш в известен смисъл ви е засенчил. Това ви дава възможност да наберете определена основна информация за него. Например, ако комуникаторът е бил едър човек, ще почувствате как се уголемявате физически. Ако е бил военен, ще усещате импулс да стоите мирно с изправени рамене. Възможно е да усетите какво е причинило смъртта му. Ако се е оплаквал от задух, може да ви накара за секунди да почувствате, че се борите за глътка

въздух, но то ще е само за секунди, тъй като за тях това е просто спомен, а не нещо, от което страдат в момента.

Причината медиумизмът да започне да се проявява по този начин е свързана с психичните центрове. Процесът на развиването му стимулира енергията кундалини и тя започва да се изкачва по гръбнака от основата нагоре. Когато стигне до слънчевия сплит, този център се активизира. Там се „записват“ усещанията, тъй че на този ранен етап само ще „усещате“, като получавате най-обща представа за душата, с която общувате, и ще усетите част от нейната личност и чувства.

Упражнение развиване на усещането за присъствието на души от отвъдното

Когато почувствате, че комуникаторът ви е около вас, изпратете му добра мисъл вместо да стоите и да чакате той да свърши всичката работа. Говорете му наум, като му потвърждавате какво сте приели от него. Много внимавайте за усещанията, които получавате. Опитайте се да се „настроите“ като фина настройка на радио, за да можете да ги разпознаете точно. Говорете му наум и му задавайте въпроси за него самия. Няма значение, ако не ви отговори. Като му говорите по този начин, вие заздравявате връзката помежду ви. Вслушвайте се дали можете да чуete някоя дума и внимавайте да не би на екрана на съзнанието ви да се появи мисловна картина. Макар че на този етап на развитие медиумните способности се проявяват по-скоро под формата на емоции и усет, нито един от пси-центровете не работи изолирано от другите, затова може да приемате едновременно думи и картини.

Разкажете на другите от групата какво приемате, независимо колко глупаво или невероятно може да ви се е сторило. Това е единственият начин да проверите дали сте на прав път. Също така ще помогне и на духовните ви водачи да установят каква част от информацията, която ви предават, стига до вас.

Когато енергията кундалини тръгне нагоре, тя се допира и до другите пси-центрове във възходящ ред. Това обикновено става без да го съзнавате, така че, ако редовно правите упражнението за развиване на змията, ще усетите как лека топлина се разлива нагоре по гръбнака ви. Когато енергията достига до по-високите психични центрове — гърлото и челото, медиумните способности започват да функционират на ниво чуване на гласове и ясновидство (центърът на третото око между веждите) и тези центрове започват да се активизират. Едва тогава ще ви е възможно да използвате тези способности редовно и да ги контролирате, вместо да разчитате да получавате „моментни“ видения или да чувате гласове от време на време, които са белези на природни, но неразвити медиумни способности.

Малко медиуми имат еднакво развити способности за виждане и чуване. Почти винаги едното е по-засилено. Кое от тях, зависи от вида на вашето съзнание. Ако визуализирате лесно, ясновидството ви ще се развие съвсем естествено. Ако сте като мен и съзнанието ви борави полесно с думи отколкото с картини, ще развиете предимно способност да чувате гласове. И двете дарби могат да се усъвършенстват чрез практика. Разбира се, на онова, което ви се отдава потрудно, се налага да посветите повече време и упражнения.

Упражнение развиване на способността да чувате гласове

Добър начин за изпълняване на това упражнение е членовете на групата да седят по двойки и да се опитват един по един да си предават информация.

Седнете срещу партньора си, но не се концентрирайте върху него. Отпуснете се и съсредоточете вниманието си върху центъра на гърлото. Помолете вашите духовни водачи да ви доведат комуникатор, който вашият партньор може да разпознае. Вслушвайте се внимателно за думи или имена, които достигат до вас. Не очаквайте да идват отвън — ще ги чувате в главата си. Повторете на партньора си какво точно сте чули или си мислите, че сте чули. Ако ви се струва безсмислено, не се опитвайте да го тълкувате по някакъв начин; така много послания се изопачават. Това, което няма смисъл за вас, може да означава много за „получателя“. Ако не „хващате“ добре думите — понякога те идват много бързо — помолете да ви ги повторят.

Това упражнене изисква много концентрация и може да породи разочарование, ако нищо не се случи, но си заслужава да упорствате. Ако създадете чиста връзка по този начин, получената информация има сила и чистота, отличаващи я от мислите, които поражда подсъзнанието.

Упражнение за развиване на ясновидство

Ясновидството може да се развива по същия начин.

Седнете отново срещу своя партньор. Този път съсредоточете вниманието си върху центъра на челото. Може и да виждате обективно, тоест с отворени очи, макар че, разбира се, всъщност използвате „вътрешните“ си очи.

Помолете отново вашите духовни водачи да ви доведат комуникатор, който вашият партньор да познава. Не гледайте директно в партньора си, а се опитайте да почувствате кой е до или зад него. Не очаквайте да се появи видение! Възможно е да видите мъгляво очертание или да получите представа, която е нещо средно между виждане и усещане. Опишете какво виждате колкото се може по-подробно.

Сега затворете очи и си представете, че в главата си имате телевизионен екран точно между веждите. Можете ли да видите някакви картини на екрана? Възможно е да видите лица, сцени или предмети, или дори цвят. Тези ментални картини обикновено се появяват и изчезват много бързо. Ако е необходимо, помолете да ви ги покажат отново. Също както при упражнението за развиване на способността за чуване, първоначално подсъзнанието ви ще се намесва често, но с времето всичко ще се изчисти и представите от отвъдното ще ви показват по-ясно.

Как да се затворим

В началото на тази глава ви предложих едно упражнение за отваряне на психичните центрове. Също толкова важно е и да можем да се „затваряме“. Това трябва да става в края на всяко групово занимание и всеки път, когато сте работили с психичните способности. Докато сте отворени, вие използвате своята пси-енергия. Ако не се затворите, както физическата, така и психичната ви енергия ще бъде изсмукана. Има много начини за „затваряне“. Според мен следващото упражнение е лесно за изпълнение и ефективно.

Концентрирайте се върху всяка чакра последователно, като започнете от върха на главата, и си представяйте как всяка от тях е цвете. Наблюдавайте как се затварят листенцата на цветето. Обърнете особено внимание на слънчевия сплит, тъй като той е най-уязвим. Когато сте затворили мислено всички чакри, върнете се отново на главата. Представете си, че златна светлина струи над главата ви и я спуснете надолу към краката, така че да ви обгърне като пелерина.

Благодарете на духовните си водачи за това, че са работили с вас, и се помолете за всички нуждаещи се и за цялата планета. Най-накрая се заемете напълно, като хапнете или пийнете нещо.

В следващата глава ще разгледаме други страни на медиумизма и ще видим как можем да се справим с някои най-често възникващи трудности.

Глава 10

Работата на медиума

Скептиците често казват, че медиумите черпят информация от съзнанието на участващите в сеанса. Това твърдение не издържа на аргумента, че медиумите могат да цитират факти, които въобще не са известни на присъстващия, или да опишат комуникатори от отвъдното, които не познават, но чието минало съществуване впоследствие може да се провери. Все пак обаче скептиците имат известно основание за подобно твърдение.

Свързване с отвъдното

Обяснихме, че медиумизмът е форма на телепатична връзка между умовете на хората от земята и тези в отвъдното. Медиумите са обучени да приемат мислите, които им се изпращат. В същото време съзнанието на присъстващите излъчва мисли и медиумът може неволно да ги приеме. Този проблем не може напълно да бъде избегнат, но ако използвате способностите си правилно, възможно е да се предпазите и да предадете вярна информация от отвъдния свят.

В случая трябва да запомните едно златно правило: Направете връзка с отвъдното, а не с присъстващия. Нека да ви обясня какво имам предвид.

Като медиум вие няма как да не сте извънредно чувствителни към другите хора. Когато правите сеанс и отворите психичните си центрове, ще уловите и впечатления от присъстващите. Вие не ще можете да прочетете точно мислите им, което навярно е добре, но ще усетите много от тяхната индивидуалност и неща от рода в какво настроение са, боли ли ги нещо, имат ли неприятности. Това се нарича „четене на аурата“. Всъщност може да не виждате аурата на човека, но вашата аура се слива донякъде с неговата, така че не може да не доловите мислите и чувствата му.

Някои медиуми четат аурата, без да го съзнават. Това говори за ниско ниво на медиумизма, който в днешно време е толкова разпространен. Айлин Робъртс, президент на Института за медиуми, казва:

Много хора с пси-способности мислят, че са установили контакт с отвъдния свят, но всъщност не са. Те просто „четат“ аурите на хората, все едно че бъркат в бъчва пълна с трици и вадят оттам всякакви мисли и образи.

Защо акцентирам на въпросното явление? Първо, защото това не е истинско свързване. Айлин продължава:

Ако не направите контакт с отвъдния свят, значи не сте станали канал за божествената енергия, а само се докосвате до изтънелите ѝ краища.

Второ, има опасност присъстващият на сеанса да бъде подведен, макар и с най-добри намерения, защото е възможно да хванете силното му желание и да го предадете като „послание от отвъдното“.

Да предположим, че при вас идва жена и иска да я посъветвате за нейната любовна връзка. Вие казвате, че всичко ще се нареди, защото искрено вярвате, че информацията идва от вашите духовни водачи. Тя си тръгва щастлива, но след няколко седмици се връща при вас възмутена и ви казва, че партньорът ѝ я е напуснал и е отишъл при друга жена и настоява да знае защо сте сгрешили. Отговорът, е че вие съвсем несъзнателно сте „приемали“ от нея, а не от отвъдното и сте били повлияни от нейното желание. Ако сте били точно „настроени“ към отвъдното, не бихте допуснали тази грешка.

Следващото упражнение е полезно за практикуване в група по двойки, като партньорите се редуват в ролите на медиум и посетител. То ще ви помогне да разберете разликата между различните нива на възприемане. Упражнението е от две части.

Седнете срещу партньора си. Добре е той да не е човек, когото познавате добре. Съсредоточете вниманието си върху слънчевия си сплит. Почувствайте как вашата аура се разширява и се докосва до аурата на партньора ви. Може да вие по-лесно, ако се хванете за ръце. Какво усещате да се излъчва от него? Упражнението напомня на упражнението по психометрия, дадено в Глава 8, с тази разлика, че сега вие „четете“ човек, а не предмет. Какво представлява той? Щастлив ли е или тъжен, потиснат или весел? Какво семейство има? Какво работи? В този момент не мислете за връзка с отвъдния свят, нито се опитвайте да мислите за духовния си водач. Просто се концентрирайте върху това, какво чувствате да се излъчва от човека срещу вас.

Починете си малко, за да изчистите съзнанието си, и после продължете с втората част на упражнението.

Този път не гледайте партньора си, игнорирайте го колкото се може повече. Насочете вниманието си към центровете на гърлото и челото и помолете вашия духовен водач да ви доведе някой от отвъдния свят, който партньорът ви да разпознае. Не казвайте нищо, докато не усетите нечие присъствие, след това започнете да „предавате“ информацията, която получавате и както я получавате. Концентрирайте се само върху комуникатора от отвъдното и върху информацията, която той ви предава.

Забележете, че в тези два метода има различно усещане. Много по-лесно е да се настроите към присъстващия. За нагласата към отвъдното се изисква по-голямо ментално усилие, тъй като полето е с по-висока вибрация. Но умението да го направите ясно и постепенно е знак, че сте добър и осъзнат медиум.

Общи проблеми, с които се сблъскват младите медиуми

Макар че всеки човек е уникален по отношение на начина на развиване на дарбите му, има редица проблеми и трудности, с които се сблъскват почти всички начинаещи медиуми. Ето защо според мен ще ви бъде от полза, ако изброя някои от тях и ви предлага решения.

Първият проблем се среща при лечителите и при медиумите, фактически при всеки, който развива психичните си способности.

Как да се предпазя да не бъда прекалено чувствителен?

Процесът на развитие ви се отразява на всички нива — физическо, емоционално и психическо. Ще откриете, че се изморявате по-лесно отпреди. Ще станете също така по-чувствителен към настроеността и страданията на другите. Ако имате лечителски дарби, ще сте склонни да „прихващате“ здравословните състояния на тези около вас. Ще започнете трудно да понасяте тълпи;

високите шумове невъобразимо ще ви дразнят. Може да забележите, че ставате напрегнат и раздразнителен.

Хубаво, казвате си вие, исках да бъда медиум и това е цената, която трябва да платя!

Ако не сте с изострена чувствителност, не бихте могли да усещате отвъдния свят. Все пак е възможно да се опазите от най-лошите последствия. Първото и най-практично решение е да си давате много почивка и да се храните добре. Много хора смятат, че вегетарианството има прочистващ ефект за пси-способностите, но всичко зависи от личните ви предпочитания

Помислете дали не е необходимо да вземате витамини и минерали. Витамин В комплекс е особено подходящ за възстановяване на жизнеността, когато сте изчерпани психически. Лекарствата от цветя на фирмата Bach също помагат много. Можете да ги намерите в магазините за природолечение. Приготвени са от дестилирани екстракти на цветя и растения и са предназначени за въздействие върху основните ментални състояния, които причиняват стрес, дисхармония и заболяване. Има също така съвсем нова серия екстракти от цветя и кристали, подобни на лекарствата на Bach, които възстановяват баланса и хармонията на духа, съзнанието и тялото. Тези нови лекарства не се намират навсякъде, но се продават в магазините за езотерична литература и пси-помагала и можете да ги откриете по пси-изложенията. Тези екстракти могат да ви помогнат да отворите и балансирате чакрите си.

Останете спокойни и освободени от стреса, доколкото ви е възможно. За това ще ви помогне редовната медитация. Но преди всичко, затваряйте се психически, като използвате упражнението в Глава 9. В началния период ще ви е необходимо да правите това упражнение няколко пъти дневно — всеки път, когато сте използвали пси-силите си, след всяко групово занимание и след всяка медитация. Много лесно е да се отворите, дори без да си давате сметка, достатъчно е само да говорите на пси-теми и да се случи. Направете упражнението мислено, всеки път, когато усетите, че жизнеността ви е изчерпана.

Как да разбера дали съм се затворил напълно?

По-лесно е да се обясни, ако не сте! Ако вие непрестанно приемате образи или чувате гласове от отвъдното, значи сте останали отворени. Когато се затваряте, можете да почувствате как аурата ви се свива. Усещате как сякаш се приземявате, сякаш напълно се закотвяте във физическия свят. Можете да си мислите, че духовните ви водачи ще ви затворят вместо вас — в края на краищата те са с вас, за да ви пазят. Те ще направят каквото могат, но отговорността основно пада върху вас. Някои хора казват:

— Не мога да се отърва от астрални намеси.

Но всъщност можете, ако искате. Просто им кажете да си отидат. Вие не сте само пасивен инструмент. Трябва да сте в състояние да контролирате медиумните си способности през цялото време.

Струва ти се, че изобщо не напредват в групата за развиване на медиумни способности — дали не бъркат нещо?

Вероятно не. Всички медиуми, с които съм разговаряла, са споделяли, че развитието им е на пресекулки. Струва ви се, че се развивате добре, и изведнъж стигате до етап, когато всичко спира. В най-лошия случай имате чувството, че сте тръгнали назад. Ако сте достигнали до такъв момент, не се отчайвайте. Погледнете на него като на стадий, в който можете да асимилирате наученото досега. Рано или късно, ако бъдете търпеливи, отново ще направите скок.

Ако след няколко месеца занимания в групата ви се струва, че не постигате нищо, може да се окаже, че просто не сте за медиум. Това не означава, че нещо във вас не е наред. Може би притежавате друга скрита дарба — на лечител или лектор. Тези дарби са също толкова ценни, за да ви послужат като средство за връзка с отвъдното. Ако сте мотивирани от желание да служите, вашите духовни водачи ще ви помогнат да се насочите натам, където ще сте най-полезни.

Как тога да направя разлика между разговорите с отвъдното и своето собствено въображение?

Този въпрос възниква най-често. Проблемът съществува при всички медиуми, особено в началото. Единственият начин да разберете е чрез метода на пробите и грешките. Отърсете се от всичко, което сте приели, и вижте какво остава и какво не. С времето ще забележите, че това, което ви е дадено от отвъдното, има по-голяма яснота от думите и представите, които изплуват от подсъзнанието ви. Избягвайте да работите, когато сте уморени или стресирани, това притъпява

възприятията ви. Също така избягвайте да се напъгате да разберете конкретна информация или отговор на конкретен въпрос. Ако информацията не ви се даде от отвъдното, вашето въображение ще се втурне да запълни празнотата, което причинява големи бъркотии.

Как тога да получа по-чиста връзка с отвъдното?

Най-общият отговор на този въпрос е чрез практика и усърдна работа, която е течение на времето ще настройва все по-фино съзнанието ви.

Има едно упражнение, което ми е препоръчано от Айлин Робъртс на един от семинарите ѝ и аз го намирам за много подходящо.

Упражнение получаване на чиста връзка

Когато почувствате, че комуникатор от отвъдното се опитва да влезе във връзка с вас, поканете го да навлезе в аурата ви и да се превъплъти във вас, така че да сте на едно ментално поле. Концентрирайте се върху него, докато усетите, че вие сте той. Затворете очи, ако това ви помага да се концентрирате — забравете за посетителя на сеанса. Нека емоциите, думите и представите да идват към вас, все едно че са ваши.

Упражнението може да ви се струва лесно, но е много силно. Много медиуми са ми казвали, че вече работят по този начин. Изглежда, отвъдният свят е инициаторът на тази практика, за да се постигне контакт на по-дълбоко ниво. Той е много чист и ясен и веднага ще усетите разликата между това да се чудите дали сте приели правилно информацията и да знаете, че тя е вярна, тъй като „настройката“ ви е много фина.

Дали трябва да казват всичко, което приемам, дори ако е лоша вест?

Винаги е трудно да разбереш дали да предадеш послание, което е обратно на очакванията на посетителя. Понякога духът може да иска да предупреди за предстоящо събитие и в този случай трябва да прецените сами как да предадете предупреждението. Стремете се да не казвате нищо, което ще разстрои присъстващия. Например аз никога не бих предсказала смърт, дори и да съм получила такава информация, което се случва много рядко. Ако работите с любов, ще бъдете насочвани какво да кажете и какво не. Помислете как бихте се чувствали, ако вие сте на мястото на посетителя!

Работа с хора

Как да разбира кога съм готов за работа с хора?

Или ръководителят на групата ще ви помогне, или ще ви го подскажат вашите духовни водачи. Преминаването от малката група за развиване на способностите към работа в обществото, спиритичната църква или на спиритичен сеанс е преживяване, което буди страх. Някои църкви предлагат вечерни служби, наречени „открит подиум“ или „вечери на току-що излюпените“. Това е малка сцена, където членовете на групи за развиване на способностите могат да се упражняват пред симпатизираща публика. Макар че и това изопва нервите, не е като да ви хвърлят направо сред хората. Една жена медиум ми разказа как е започнала:

Човекът, който трябваше да води службата, не дойде и аз бях „доброволката“. Бях толкова нервна, че коленете ми трепереха. Но щом веднъж се изправих пред хората, всичко просто тръгна и оттогава изобщо не съм се обръщала назад.

Чувала съм подобни разкази от много медиуми и според мен това е любимият начин на отвъдния свят да тласка хората, особено плахите души, които никога не биха се изправили пред публика сами. Така че считайте се за предупредени — това може да се случи и на вас!

Началото

Ако в момента започвате да работите с хора като медиум, най-добре е да се занимавате с по-малка публика. Колкото и да сте вдъхновени, не наемайте Албърт Хол. Ако посещавате спиритична църква, започнете оттам или от някоя малка църква, където можете да предложите услугите си, като първоначално делите сцената с някой по-опитен медиум, за да ви помогне, ако се затрудните или се уморите.

Работата пред аудитория е най-голямото предизвикателство за медиума. По-лесно е да се работи в спиритична църква, където в общи линии основната ви работа е да проповядвате и винаги може да черпите от излъчената пси-енергия. Публичните сеанси в театри или салони са много трудни. Медиуми като Дорис Колинс, Стивън О'Брайън и покойната Дорис Стоукс са направили много за разпространение на знанието, че има живот след смъртта дори и сред тези, които никога не

са и помисляли да влязат в църква, но малко са медиумите, притежаващи тяхната увереност и издръжливост.

Може би предпочитате да започнете със сеанси в дома си. В този случай стресът е по-малък, тъй като не се налага да говорите пред непознати, но си има своите трудности. Има едно чисто практическо съображение, особено ако сте жена и живеете сама — внимавайте пред кого се рекламирате и кого каните в дома си.

Преди да започнете, трябва да подготвите както себе си, така и стаята, в която ще работите. Идеалното е, ако можете да отделите една стая само за сеанси. Ако нямате достатъчно място, изберете стая, в която обикновено е тихо и спокойно. Поддържайте я чиста и подредена, без да я претрупвате с вещи. Два удобни стола и маса може би са ви достатъчни. Живите цветя и спиритичните картини спомагат за създаването на подходяща атмосфера. Когато подредите всичко по свой вкус, посветете това място в служба на Бога и на духовния свят и се помолете всеки, който влезе, да получава каквото му е необходимо. Помолете духовните си водачи да ви оградят със защитен пръстен. Колкото и да сте внимателни по отношение на посетителите си, не можете да предвидите какви духове те ще привлекат. Когато работите с любов и светлина, никакви нежелани сили не биха могли да проникнат.

Всеки ден медитирайте и се молете в тази стая. След време ще усетите, че атмосферата се зарежда с пси-енергия. Тази енергия ще докосва всички ваши посетители, дори да не го съзнават, и излизайки оттам, те ще се чувстват по-силни благодарение на духовните присъствия, а също така и вследствие на помощта, която са получили по време на сеанса.

Преди всеки посетител отделяйте малко време да поседите тихо в стаята, да се настроите към отвъдното и да активизирате пси-центровете си. Понякога близките от отвъдното на посетителя идват преди него, така че бихте могли да осъществите ментална връзка с тях. Опитайте се да игнорирате всичко, което би ви разсейвало, и се постарайте да се успокоите, за да можете да приемате информация.

Някои посетители задават безброй въпроси, които може да са подготвили предварително, или отчаяно искат да общуват с конкретен човек, с който вие не можете да се свържете. Не се оставяйте да ви държат в напрежение. Гледайте на всеки посетител като на поредния експеримент. Ваша е отговорността да работите честно и да направите което е по силите ви за всеки дошъл, а отговорността на присъстващия е да се отнася с разбиране към сеанса, да отвори съзнанието си и да приеме, че вие можете да предадете само информацията, която сте получили.

Дори и най-опитните медиуми имат „празни“ сеанси. Единственото честно нещо, което можете да направите в такъв случай, е да признаете, че не получавате никаква информация и да помолите присъстващия да дойде друг път, или да му препоръчате друг медиум. Може би вие имате „почивен“ ден поради натрупаната умора или влошеното ви здравословно състояние, или пък просто не можете да контролирате нервите си. Не допускайте обаче, че това е само ваша грешка. Присъстващият може несъзнателно да е направил ментална бариера поради скептицизма или негативизма си. Прекалената му емоционалност също може да създаде бариера. Ако някой е изтощен, може да черпи от вашата жизненост, така че да не ви остава пси-енергия, за да работите. Не се обезкуражавайте. Не можете да угодите на всички!

Изчистване на стаята

След като си отиде посетителят, трябва да изчистите психически стаята си от евентуален негативизъм в атмосферата. То е все едно да отворите прозореца и да проветрите стаята от цигарения дим или парфюма, който са оставили гостите.

Застанете в центъра на стаята и се помолете за посетителя и за тези, които са дошли заради него от отвъдното. Затворете чакрите си. После си представете бяла светлина, която прелива от пси-центъра на короната и изпълва постепенно цялата стая.

Отплатата на медиумизма

Едно от нещата, които много бързо ще откриете като медиум, е, че от работата си научавате повече за хората в този свят, отколкото за душите в отвъдното. Срецах много прекрасни хора и си спечелих чудесни приятели, но също така съм попадала на личности със странно поведение или на такива, които нямат представа от работата на медиума. Една млада жена отказа категорично да разговаря с баба си и дядо си:

— Не ме е грижа за тях, те са починали. Искам да знам какво ще ми се случи на мене.

Няма смисъл да обясняваш на такива хора, че медиумът не предсказва бъдещето. Те идват, за да разберат бъдещето си, и всичко свързано с отвъдния свят им е напълно излишно.

Друга жена ми дойде с лотариен фиш в ръка:

— Имам нужда от пари, за да платя дълговете си — информира ме тя. — Затова бихте ли ми казали кои числа да попълня?

Разочарова се, когато ѝ отговорих:

— Ако можеш, нямаше да седя тук и да говоря с вас. Щях да бъда на Бахамските острови и да се возя на яхта.

Но може би това не е нищо в сравнение с преживяното от моя приятелка, чиято посетителка отчаяно желаела да се свърже с починалия си съпруг. Кой знае защо си въобразила, че за медиума ще е от полза да разполага с негова вещ, затова донесла изкуственото чене на съпруга си!

Говорих доста за трудностите, с които се сблъскват медиумите, но каква е наградата за труда им? Тя е огромна и натежава повече на везните, ако се съпостави с неприятностите и огорченията. Не бих сменила работата си. Тя ми е донесла много сълзи, но и много любов и смях. Няма нещо в този свят, което да може да ми донесе повече удовлетворение и наслада.

Стивън О'Брайън, най-известният медиум във Великобритания, казва:

Наградата за медиума е душевното удовлетворение — да почувстваш, че си помогнал на някого да намери макар и малко успокоение, светлинка в тунела на депресията и скръбта. Изключително е чувството на радост, което медиумът успява да влее в душите, дошли да наблюдават отново пораждащите се надежди и възвръщащата се у човека сила да продължи великото приключение на живота.

Искам да направя една жизнено важна забележка и тя е, че не можете да отделите себе си от медиумните си способности. Природата на човека предопределя какъв тип медиум ще излезе от него. Когато той е повърхностен и неискрен, и „посланията“ му ще бъдат повърхностни. Ако се задълбочите и развиете наистина духовните и психичните си способности, онова, което ще можете да „предавате“, ще бъде далеч по-дълбоко.

В наши дни към медиумите се предявяват все по-големи изисквания. Свидетелствата за живот след смъртта винаги ще бъдат необходими за успокоение на хората, загубили наскоро свой близък, и за да се убедят търсещите доказателство, но това вече не е достатъчно. Тъй като все повече хора се отварят психически, медиумите трябва да имат достатъчно знания, за да могат да ги напътстват, ако са объркани, или са преживели нещо, което ги плаши, също за да ги учат как да използват своите пси способности по най-добрия начин.

Може да дойде време, когато всеки ще осъществява контакт с отвъдното, и медиумите няма да бъдат необходими. Тогата аз бих била много щастлива. За мен това е целта на медиумизма — да научиш хората сами да се свързват с отвъдното и да откриват духа, за да живеят живота си по-щастливо и с повече удовлетворение.

За да завърша и последната глава на тази книга, искам да разгледам един аспект на медиумизма, който не сме споменали досега. Трансът е необикновено явление и изисква огромно себеотдаване, но може би е най-висшата форма на медиумизма.

Глава 11

Транс

Много хора смятат, че медиумите задължително изпадат в транс. Може би е било така преди 50 или 100 години, но не и сега. Изпадането в транс е рядко явление, а медиумите, които го преживяват, в много случаи не искат да демонстрират тази дарба пред публика.

Трансът изглежда много лесно нещо. На теория трябва само да седнеш и да заспиш, а духовният ти водач идва и свършва цялата работа вместо теб. Ако наистина беше толкова лесно, аз щях да го правя непрекъснато. В действителност се изискват много тренировки и самодисциплина, за да се свържеш с отвъдния свят по този начин. И не всеки медиум е в състояние да го направи. Но без значение дали ви се иска да го можете или не, струва си да изучите това явление, тъй като то разкрива интересни неща за механизма на общуването с отвъдния свят.

Лошото при транс е, че ако не се направи добре, може да изглежда и да звучи нелепо. Спомням си една демонстрация, на която присъствах преди много години по време на спиритично

събиране. Медиумът, пълничка жена тип мадам Арката, беше нещо като знаменитост. Разбира се, имаше своите верни почитатели. Тя седна в центъра на затъмнената сцена, очите ѝ бяха плътно затворени, а ръцете ѝ стискаха облегалките на стола. Публиката бе притихнала в очакване и напрежение. Дълго чакахме, после тя започна да се гърчи, сякаш изпитваше болка. Започна да стене. Помислих си, че може би ще получи припадък, но никой не изглеждаше притеснен. Мъжът до мен ми довери шепнешком, че това се случва винаги, когато се появява нейният водач, Вождът Седящия бик, или някакво там подобно име. След секунди тя се изправи на крака, очите ѝ бяха все още затворени. Величествено вдигна ръка и гласът ѝ прогърмя: — Как!

Последвалият разговор се дължеше много малко на вдъхновение и в огромна степен на въображението ѝ. Понеже твърде често си служеше е изрази от рода „белият човек говори с предателски език“, можех само да стигна до заключението, че тя е гледала твърде много уестърни. Не зная какво впечатление е направила на останалата публика. Аз се раздирах от желание да си изляза и същевременно в мен напираше смях.

Но съм виждала и други медиуми, например Айви Нортейдж и Урсула Робъртс, които са от съвсем друга категория и се ползват с дълбоко уважение. Те не си позволяват подобни смехотворни спектакли и когато духовните им водачи говорят чрез тях, слушателите имат истинското и вълнуващо чувство, че са били в пряк контакт с по-високо измерение на живота.

Какво е необходимо, да станеш транс-медиум?

Защо някои хора развиват такава способност, докато за други е абсолютно невъзможно, независимо колко упорито се стремят? Изглежда, това зависи от индивидуалната пси-нагласа. За да може водачът да говори чрез медиума, етерното тяло на последния трябва леко да се отдели от физическото. Някои медиуми използват термина „хлабаво“ етерно тяло. Тогава медиумът е заспал дълбоко и не знае какво се казва чрез него. За да се достигне такова състояние на транс, е необходимо човек да се упражнява търпеливо години наред. Както казах, това е рядко явление и повечето медиуми въобще не работят така, макар че често се случва да изпаднат в лек транс, при който все още съзнават какво става. Ако се случи да изпаднете изведнъж в дълбок транс, може да бъде много страшно, както е открила Мери Абсолъм.

Мери, която сега работи в Колежа по пси-изследвания в Лондон, била малко над 20 години, когато вследствие на серия неприятни обстоятелства направила опит за самоубийство. Пет години по-късно, през които успяла да започне нов живот, я поканили да се присъедини към група за развиване на медиумни способности. Приела неохотно, тъй като нямала особен интерес към спиритизма, но заниманията на групата ѝ харесали и тя продължила да я посещава. Една вечер мислела, че е заспала, и се учудила, когато ѝ казали, че е изпаднала в транс.

Изплаших се! Бях убедена, че съм обсебена. По цяла нощ седях в леглото на светнати лампи и се страхувах да заспя. Никой от групата не направи нищо, за да ме успокои. „Не се плаши, скъпа “ — казваха ми те, но аз бях разтревожена. Нещо ставаше с мен и аз не можех да го контролирам. Притеснявах се да не би да се случи в неподходящо време, например когато съм на работа или в автобуса.

За щастие това никога не се случило, но дълго време живеела със страховете си, докато една приятелка, която била веща по тези въпроси, не започнала да я обучава. Отнело дълго време и много усилия. Едва след две години работа се почувствала готова да прави транс-сеанси пред публика.

Според Мери многозначителен е фактът, че способностите ѝ започнали да се проявяват едва след опита ѝ за самоубийство:

Мисля, че кризата освободи моите подсъзнателни сили. Започна да се променя начинът ми на мислене и така стана възможен контактът ми с отвъдното.

Някои от транс-медиумите могат да проследят дарбата си назад до детството. Известният медиум Клайв Даниелс, който дълги години е работил в тази област, разказва:

Когато бях малко момче, често припадах. Докато съм бил в безсъзнание, съм говорел на непознат език. Моята мащеха естествено била много притеснена, но когато повикала лекар, той казал само: „ Като порасне, ще му мине “.

Клайв бил чувствително дете и често виждал и описвал духове на загрижената си мащеха, която му казвала да не се прави на глупак. Често виждал някакъв азиатец, който по-късно разпознал като своя водач Уо Уанг. Няколко години по-късно научил, че рождената му майка, която починала

млада, е била медиум. Когато станал на 15 години, той се записал в група за развитие на медиумните способности.

Усещах, че Уо Уанг стои до мен. Докато говореше, чувах думите да излизат от моите уста. Бях ужасен и се зарекох никога да не позволя това да се случи отново, и така и стана. След този случай моят водач ме обсебваше напълно, което за мен беше много по-приемливо.

Може би ще попитате, защо духовните водачи, за които се предполага, че са любещи същества, подлагат своите медиуми на толкова неприятни преживявания. Може би отговорът е, че това е единствената им възможност да осъществят първия контакт и че страхът се дължи само на незнанието или неразбирането на медиума. Клайв чувства, че в неговия случай това е било средство да преодолее своята срамежливост, и ако водачът му не го обсебвал изцяло, той никога не щял да се претраши да работи пред публика.

Как се чувства човек, когато изпадне в транс? В общи линии, все едно че е заспал. Много пъти медиумите казват, че за пръв път им се е случило по време на занятие; мислели, че са заспали, и се чувствали неловко, а после им съобщавали, че някой е говорел чрез тях. Някои медиуми виждат светлина, докато се унасят. Малцина си спомнят да са сънували или да са имали преживяване извън тялото по време на транс, макар че и това се случва понякога. Усещането на Клайв е, че когато Уо Уанг заговори чрез него, той самият чака наблизко в духовното си тяло.

Задавали са въпроса дали духовните водачи, които работят с транс-медиумите и въобще е медиуми, съществуват като отделни същности и дали не са създадени от мисълта, като отлюспени частици от личността на медиума. Това е нещо, върху което парапсихолозите ще дискутират. За самите медиуми няма съмнение: техните духовни водачи са отделни същности, с които ги свързва любов и доверие. Всъщност партньорството им не би било възможно, ако между тях не съществуваше духовната привързаност.

Връзката може да е съществувала в минал живот. Медиум и водач могат да бъдат членове на една и съща духовна група и да са преминали заедно много земни животи. Но без значение дали е така, медиумът се избира много внимателно като най-подходящия канал за водача, който иска да работи с него. Мери попитала веднъж своя водач, китайски мандарин, защо е избрал нея и той й отговорил не много любезно: „Ти беше много паянтово средство, но пък най-доброто, което можеш да намеря.“

Ако гледаш как медиум изпада в транс, ставаш свидетел на драматична трансформация. Всъщност медиумът става различен човек. Гласът и интонацията му се изменят и той си служи с жестове и маниери, които не са характерни за него. Ако ясновидец наблюдава трансa, сигурно ще види или усети духовния водач, който присъства в момента.

Оцветяване

Не е трудно да направиш разлика между истинския транс и този, който медиумът сам предизвиква, оставяйки се на собственото си въображение, като в случая, описан в началото на тази глава. Не се изискват кой знае какви пси-способности, за да усетиш, че тук „няма нищо“ и че „посланията“ се излъчват единствено от подсъзнанието на медиума. Празните речи, изпълнени с баналности, са предупредителните знаци, също както индианец да вика „Хау“.

Все пак съществува сиво пространство, в което медиумът осъществява частичен контакт с водача си, но посланието е оцветено или изкривено от съзнанието на медиума.

Всъщност независимо колко добър и честен е медиумът, винаги има процент оцветяване или изкривяване. Това е непредотвратимо поради начина, по който протича трансът. Става въпрос за процес, който изисква големи умения и деликатност от страна на духовните водачи. Водачът първо трябва да изтегли етерното тяло на медиума, да го отдели частично или напълно. После съзнанието на водача трябва да се слее със съзнанието на медиума, така че последният да изрече думите, които му предават. Тъй като медиумът не е в съзнание, може да се допусне, че съзнанието му изобщо не участва, но не е така. Подсъзнанието е и си остава канал, чрез който се предава информацията, и може да повлияе в известна степен. Колкото е по-дълбок трансът, толкова по-малка е неговата намеса, но никога не може да бъде напълно елиминирана.

Промените в механизма на трансa

Ако погледнем назад към големите медиуми от миналото, очевидно е, че транс-медиумите са се променили с течение на годините. През XIX век трансът е бил обикновен начин на работа и изглежда, че е ставал на много по-дълбоко ниво, отколкото е сега. Духовните водачи изцяло

„превземали“ физическото тяло на медиума, като манипулирали ларинкса и белите дробове и контролирали движенията му. Тоза коствало голямо напрежение на медиума, който често след това страдал от изтощение. Също така било изключително опасно, защото, ако по време на сеанса някой го докосне или пък той се стресне от внезапен шум, може да получи нервен шок. Един от първите известни медиуми г-жа Гладис Осбърн Ленърд веднъж била почти задушена, тъй като духът, който поел контрол над нея, забравил да диша!

Едва ли е изненада, че медиумите престанали да се подлагат на подобно изпитание, и това може би обяснява защо дълбокият транс излязъл от мода и бил заменен с менталната форма на контрол. Въпреки това все още опасността не е изключена напълно. Клайв си спомня един случай, когато тъкмо довършвал демонстрацията, и председателят на дружеството го пипнал за ръката, за да му помогне да седне на стола си:

Това така ме разтърси, че изкрещях. Ръката ми беше в синини в продължение на две седмици след това.

Оттогава, винаги когато работи пред публика, до него стои човек и внимава да не се случи подобно нещо. Но, разбира се, много медиуми не са подготвени да поемат този риск и си позволяват да изпаднат в дълбок транс само пред тесен кръг.

Страхове относно трансa

Новодошлите в групите за развиване на медиумни способности много често са подведени от тази форма на медиумизъм. Те смятат, че не могат да бъдат истински медиуми, ако не изпаднат в транс, и са много разочаровани, ако това не става. Освен това съществува страх от обсебване — да не би да бъдат обладани против волята им и да не са в състояние да контролират слизация в тях дух и онова, което говорят. За щастие този страх е напълно неоснователен. Трансът не е като обладаването от зла сила. Разумните и уравновесени хора не могат да бъдат обсебени. Ако сте искрен, ще привлечете мъдри и обичащи водачи, които ще ви закрилят.

Друго нещо, което кара хората да се страхуват, е, че могат да заспят и повече да не се събудят. Това всъщност е най-малкият ви проблем. В началото на човек му е трудно да остава в състояние на транс повече от няколко минути. Ако е необходимо, ръководителят на групата ще ви повика нежно, но дори да не го направи, вие ще заспите нормален сън и по естествен начин ще се събудите.

Все пак, ако сте рядкото явление природен транс-медиум, малко вероятно е да изпаднете в дълбок транс веднага щом се присъедините към групата. Ако въобще се случи, това ще стане постепенно, докато хармонизирате съзнанието си с вашите духовни водачи.

Степени на трансa

Както споменах, има различни степени на транс. Можете да изпаднете в лек транс всеки път, когато сте се отпуснали, когато мечтаете или слушате музика. В това състояние разумното съзнание е спокойно и вътрешните сетива са по-малко активизирани. Тогава е по-лесно да усетиш отвъдния свят. Медиумите ясновидци често са в състояние на лек транс, макар че може да не го съзнават.

Почти всеки, който участва в група за развиване на медиумни способности, познава усещането на лек транс. Става дума за онова унесено състояние, когато човек е спокоен и медитира. Вие сте в пълно съзнание, но всичко ви се струва малко отдалечено. Подобен транс може лесно да бъде прекъснат. Ако някой се изкашля или ви засърби носа, моментално идвате на себе си. Но ако започнете да навлизате в малко по-дълбоко състояние, усещанията се променят.

Сега и съзнанието, и тялото са по-отпуснати. Струва ви се, че всички шумове в стаята идват някъде отдалече. Повече прилича на състоянието на хипнотизиран. Знаете, че можете да мърдате или да си отворите очите, но това изисква твърде много усилия. В известен смисъл наистина сте хипнотизирани, но не от друг, а от духовния си водач. Получава се така, че вашият духовен водач повдига нивото ви на съзнание, за да може да ви приведе в хармония със собствените си вибрации.

Това състояние се нарича „контролиране“ или „засенчване“. Не обичам думата „контрол“, тъй като не е много точна. Духовният водач не ви манипулира като кукла на конци, а само слива съзнанието ви със своето. Терминът „засенчване“ е по-подходящ, тъй като все едно ви покриват с ментална пелерина.

Понякога е достатъчно просто да почивате в такова състояние, наслаждавайки се на контакта с отвъдния свят. В друг случай ще започнете да говорите. „Вдъхновеното говорене“, в което изпаднат повечето медиуми, е най-близко до състоянието на дълбок транс. Не намеквам, че това е недостатък от тяхна страна. Може просто да е онова, което отвъдният свят изисква от тях.

Развитие на вдъхновеното говорене

Не трябва да се опитвате да развivate каквато и да е форма на транс или вдъхновено говорене, ако се занимавате сами. Без присъствието на опитен човек, който да се грижи за вас, може да се изкушите да останете в това състояние твърде дълго — защото усещането е за безметежност и спокойствие — и може да се изтощите. Съществува и малка опасност да ви „засенчи“ неподходящ комуникатор. Не говоря за зли сили, тъй като чистотата на вашите намерения и здравият ви разум ще ви предпазват от такива намеси. Но е възможно да привлечете същества на по-ниско ниво на развитие, които да не искат да си отидат.

Най-доброто място да се упражнявате е в групата, където ще ви помогне натрупаната пси-енергия. Преди да започнете да развivate тази дарба, трябва да обсъдите намерението си с груповия ръководител. Когато групата медитира, е много неприятно някой изведнъж да започне да говори, независимо колко красиви или вдъхновени са думите. Ако ръководителят се съгласи, определете точно време, може би веднага след медитация, когато ще се опитате да накарате вашия водач да дойде. Ако и други членове на групата искат да се упражняват, можете да уточните реда, в който ще го направите.

Като начало седнете и максимално успокойте съзнанието си. Помолете вашия водач за закрила, после го поканете да навлезе в аурата ви. Започнете да разпознавате присъствието му. Може да го помолите да ви даде знак, че е при вас, с дума или с някакво усещане, например да докосне косата ви. Отделете време, за да се нагласите към неговата вибрация, после се заслушайте във всяка дума, която идва в главата ви. Повторете чутото на глас, после почакайте да дойдат следващите думи и т.н. В началото може да правите паузи, но ако решите да не прекъсвате, думите ще идват по-бързо, докато в един момент ще започнат да текат без всякакво усилие от ваша страна.

Докато става това, все още ще бъдете в пълно съзнание, но ще чувате думите някак отдалече, сякаш говори някой друг. Какво ще си спомняте след това, зависи от дълбочината на трансa. С практиката той ще става все по-дълбок. В един момент може да изпаднете в дълбок транс и тогава няма да бъдете в съзнание и няма да си спомняте какво сте говорили.

Медиумите, които развиват тази дарба, често подлагат себе си на съмнение. Те не искат да заблуждават себе си и другите, като твърдят, че са имали вдъхновено говорене, при положение че съзнават напълно, че част от думите и идеите се излъчват от собственото им съзнание. „Как мога да отстраня себе си — искат да знаят те, — така че да говори духът, а не аз?“

Ако се задълбочите в тази трудност, ще развиете лош навик, който може да ви попречи и да не приемате нищо повече! Трябва да знаете, че „засенчването“ е сливане на съзнанието. Водачите ще използват натрупаното от вас знание и ще надстрояват върху него. Най-добрият начин да им помогнете е като четете и учите колкото се може повече, за да им предоставите по-широк спектър от познание, което да ползват. Но се опитайте да не си създавате фикс-идеи или предразсъдъци по отношение на каквото и да било. Като усъвършенствате настройката си към същността на водачите си, им позволявате да оставят трайни отпечатъци във вашето съзнание, докато стане възможно да предават информация извън вашето познание.

Един от често срещаните проблеми при вдъхновеното говорене е произнасянето на първите няколко думи. Дори ако ги чувате в съзнанието си, самият акт на отварянето на устата може да прекъсне деликатната връзка. Най-добрият начин да предотвратите това е да кажете няколко встъпителни думи. Не е нужно да са кой знае колко специални. „Добър вечер“ е винаги едно добро начало. „Здравейте“ може да бъде подходящо, но за предпочитане е да не казвате „Хау“! След това продължете с каквото ви дойде в ума. Щом веднъж сте казали няколко изречения, духовният ви водач ще може да навлиза по-лесно и по-силно, но ако не започнете вие пръв да говорите по този начин, нищо чудно да останете да си седите мълчаливо, напрежението ви ще расте и нищо няма да се получи. Когато свикнете да се свързвате с водача си по този начин, ще ви стане по-лесно.

Не трябва да очаквате гласът ви да се изменя много. Духовните водачи, без значение от каква народност са (а няма причина да принадлежат към някоя екзотична раса) могат без проблем да овладеят вашия език. Може да говорят с акцент, но това е главно за да се идентифицират и да разграничат своя говор от този на медиума. Могат да използват гримаси и маниери, които не са характерни за медиума, но все пак си служат с гласните му струни, така че, ако сте жена, не очаквайте от вашата уста изведнъж да излезе дълбок басов глас!

Добра идея е до вас да има някой, който да записва на касетофон вашето вдъхновено говорене, за да се чуе след това. Така ще можете да прецените качеството на излязлата от вас информация. Можете да си зададете много въпроси: разговорът съдържа ли материал, който ви е непознат или който не бихте могли да предадете така добре? Никой истински водач няма да говори по начин, обиден за вашето достойнство или интелигентност. Преди всичко те говорят с любов, а може би и с лек хумор? Ако е така, вие имате ценна дарба, която трябва да развиете.

Никое учение или информация, която идва чрез вас по този начин, не трябва да се смята за безпогрешна. Освен възможността медиумът да украсява информацията, което винаги трябва да се има предвид, духовните водачи и учителите си остават личности със собствени вярвания и мнения. Те не са съгласни и помежду си по всички въпроси. Но техните знания са далеч по-големи от нашите и, което може би е по-важно, носят огромна любов от по-висши измерения, която се изсипва през медиума и чрез него, и може да докосне сърцата на хората.

От вдъхновеното говорене към дълбокия транс

Макар че редица медиуми успяват да направят прехода от вдъхновено говорене към транс, за някои тази последна стъпка е невъзможна. Има много причини за това. Може би духовният ви водач не смята за необходимо да работи с вас по този начин. Може медиумът да се страхува на подсъзнателно ниво и това да го спира, или просто условията около вас не са подходящи.

Необходимо ви е да посещавате група, където ще се чувствате удобно, и да ви ръководи медиум, опитен в транс-състоянията. Трябва да се пази абсолютна тишина. Няма да можете да се отпуснете, ако се страхувате, че неочакван звук, например телефонен звън, ще ви стресне и ще ви върне към реалността. Стаята трябва да бъде слабо осветена, а не тъмна.

Групата трябва да бъде с насоченост развиване на способността за транс. Не трябва да се разрешава да участват ясновидци, тъй като се губи пси-енергия. Всички членове на групата трябва да бъдат съгласни, че ще концентрират своето внимание върху човека или хората, които се опитват да влязат в транс. За това са необходими отдаване и липса на егоизъм, а като се вземе предвид каква е човешката природа, не е чудно, че такива групи се намират трудно.

Преди да навлезем в транс, трябва да подходим по същия начин както при вдъхновеното говорене: да се помолим за защита, да поканим духовния си водач да навлезе в аурата ни и след това за начало да започнем да произнасяме думите, които идват до съзнанието ни. Ако след няколко месеца упражнения при описаните условия не постигнете нищо, трябва да приемете факта, че дълбокият транс не е за вас или най-малкото все още не сте готови за него. Вашите водачи знаят кое е най-доброто и трябва да вярвате на тяхната преценка.

Трансът и вдъхновеното говорене служат главно за предаване на учения от духовния свят както при заниманията в малки групи, така и по време на службите в спиритичните църкви. Аз не практикувам дълбок транс, но често ме „засенчват“ по време на частни сеанси. Това „засенчване“ не идва от близки на присъстващия от отвъдното, които примерно не могат да се настроят добре към моето съзнание, за да разговарят с мен.

Обикновено го правят моите духовни водачи или водачите на присъстващия на сеанса. Аз гледам на това като на ценна форма на медиумизма, тъй като ми дава възможност до голяма степен да се откъсна от съзнанието си, така че до нас да могат да достигнат думите за помощ и съвет. Аз съм в пълно съзнание, но думите сякаш се изливат чрез мене, а не се излъчват от моето съзнание и зная, че мъдростта, която носят духовните водачи, надхвърля моите способности.

Постигане на ченълинг (вливане в канал)

След като много години бе в забвение, трансът отново е на мода. Едно друго ново явление също печели популярност. Влизането в канал, което идва от Америка, се разпространява много бързо и при нас. Макар че за случайния наблюдател то прилича на транс, подходът, чрез който се достига, е различен в много отношения.

Накратко, влизането в канал може да се дефинира като изкуството да се пренасят учения или информация от други нива на съзнание. Трудно ми е да го формулирам по-точно. Човекът, който влиза в канал, може да се свързва с починал или с духовен водач. В този смисъл всички медиуми влизат в канал, но докато по традиция медиумите виждат своята роля да доказват, че има живот след смъртта, гледната точка на влизащите в канал е по-широка. Източникът на информация може просто да бъде и тяхната по-висша същност.

Как да влезем, в канал?

Влизането в канал се харесва на хора, които не се интересуват от общуването с починали, а желаят да отворят съзнанието си към по-висши измерения, за да израснат духовно и да задълбочат познанията си. Това е умение, което повечето хора могат да придобият. Опитайте със следното упражнение:

Както при транс и вдъхновеното говорене, седнете с вашата група или с човек, който има опит в общуването с отвъдното. Помолете се за защита. Съсредоточете вниманието си върху центъра на короната. Представете си го като лотос, който се разлиства. Представете си светлина, която се излива от главата ви надолу през всички чакри и изпълва всяка ваша пора.

Вдишвайте по-дълбоко. С всяко вдишване поемайте повече светлина. С всяко издишване увеличавайте аурата си и се стремете нагоре към духовното измерение. Когато достигнете колкото е възможно по-високо, задръжте съзнанието си стабилно и възприемчиво към това, което се насочва към вас. Може да е духовният ви водач, но може да бъде и по-висша част от собствената ви същност. Нека думите да текат, без да се притеснявате за източника.

Когато усетите, че сте готови да се върнете, затворете чакрите с упражнението за затваряне, което се използва винаги след работа с пси-енергии.

Влизането в канал може да бъде много полезно. Като начин за свързване с по-висши измерения то е възможно за хора, които нямат склонност и възможност да работят като традиционни медиуми. Но крие своите опасности. Когато изпадне в транс, медиумът служи като инструмент на определен духовен водач, който има своята индивидуалност и може да бъде разпознат. При влизането в канал имаме по-голямо отваряне и за подсъзнанието е много по-лесно да поеме контрола върху вас. Следователно вие трябва да бъдете много проникателни както при преценка на своята работа, така и по отношение на работата на другите канали. Използвайте интуицията и здравия си разум, за да отхвърлите всичко, което ви притеснява или не звучи като истина.

При влизането в канал, както и при останалите форми на медиумизма най-важна е искреността на намеренията. Които си приличат, се привличат. Търсете светлина и ще станете светлина. Дайте с любов и ще ви се даде любов. Духовният свят бди над нас с голяма нежност и загриженост. Има много същества, изпълнени с любов, които работят, за да водят човечеството към мир. Всеки, който знае за по-висшите измерения, е длъжен да обедини усилията си с тях, да бъде инструмент, чрез който те могат да достигнат до всички изпаднали в нужда, да ни учат и изцеляват.

Един ден по време на служението ми в малка спиритична църква в Съри, аз погледнах нагоре, докато пеехме хвалебствен химн, и видях духа на баща си — той седеше на първата редица. Беше само за миг, но се просълзах от вълнение. В мислите си се върнах 20 години назад, когато присъствах на погребението му. Именно неговата смърт ме накара да тръгна по пътя на медиума. И ето го там, за да ми помага и да ми дава сила; правеше го, докато беше жив, и продължава да го прави и сега, когато вече е влязъл в по-висш и по-красив свят.

Надявам се, че тази книга ви е помогнала да осъзнаете, че можем да продължим да общуваме с хората, които обичаме, дори когато са се пренесли в отвъдния свят. Той е само на една ръка разстояние от нас. Постройте свой мост на дъгата, за да се свържете с душите, които обичате. Тръгнете напред с любов и осветете пътя на другите.

Превод Любов Жонкова Георгиева