

Editor: Luminița Bratu
Copertă: Flory Preda
Tehnoredactare: Florența Sava
Corectură: Georgeta Nicolae

We know
books

Titlul original: Dreams are Letters from the Soul

Copyright © Connie Cockrell Kaplan, 2002, first published by Connie Kaplan. Arranged through Sylvia Hayse Literary Agency LLC, www.sylviahayseliterary.com. All rights reserved. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or by any information storage and retrieval system, without permission in writing from the Publisher.

Copyright © 2021 Editura Prestige pentru ediția în limba română

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
KAPLAN, CONNIE COCKRELL

Visele sunt scrisori din suflet : descoperă legăturile dintre visele tale și viața ta spirituală / Connie Cockrell Kaplan ; ed. îngrijită de Nop Maas. - București : Prestige, 2022
ISBN 978-606-9609-72-9

159.9

Tel.: 0732.55.88.33

www.edituraprestige.ro

www.facebook.com/edituraprestigeoficial

Connie Cockrell Kaplan

VISELE SUNT SCRISORI DIN SUFLET

*Descoperă legăturile dintre visele tale
și viața ta spirituală*

Traducere de Adelina Vasilache


PRESTIGE
București - 2022

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

– Hafiz¹

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

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

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

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

Somnul reprezintă excursia noastră către tărâmurile nevăzute ale Creatorului din mai multe dimensiuni. În somn, ne dizolvăm în totalitatea Creației, iar când ne trezim, ne întoarcem ca noi la realitatea perceptivă. Uneori, după ce ne-am trezit, ne amintim întâmplări din visele avute.

Aceste întâmplări sunt ca niște mesaje – scrisori, dacă vrei – de la nivelul sufletului. La fel ca scrisorile, aceste pozești din vise trebuie deschise, citite și înțelese căci, dacă nu facem aceste lucruri, comunicarea este incompletă și inefficientă.

CE ESTE SUFLETUL?

*Sufletul a fost creat în acel moment când timpul
s-a separat de eternitate; el le cuprinde pe ambele.*

– Meister Eckhart²

Pentru a aprecia pe deplin învățătura visului, este important să lucrăm cu aceeași definiție a termenului. Am numit această carte „Visele sunt scrisori din suflet” – în opoziție cu „Visele sunt scrisori din sufletul tău” dintr-un motiv întemeiat. Călătoriile mele în conștiința sufletească m-au învățat ceva foarte important: sufletul este colectiv, nu personal. Când folosesc termenul *suflet* mă refer la un nivel vast de conștiință – care există înainte, dincolo și pe tot parcursul separării și izolării pe care le experimentăm ca indivizi. Sufletul este impersonal pentru că este universal. Este un termen unificator, nu unul de separare. Nu suntem suflete individuale. În schimb, suntem individualizarea unui nivel colectiv de conștiință sufletească.

Imaginează-ți o pajiște într-o zi parțial înnorată. Gândește-te că soarele se ascunde după un nor. Poți vedea

fascicule de lumină care trec prin tine. Ele arată ca niște reflectoare, ca niște lanterne dacă vrei, ce radiază din spatele norului. În mintea ta, urmărește una dintre aceste raze și permite-i să lumineze un copac aflat la o anumită distanță de tine. În această analogie, soarele este sursa de viață sau lumina Creatorului, acoperită de nor. Norul constă în gândurile și credințele (ale tale și cele colective) care împreună te împiedică în experimentarea Creatorului, dar te protejează de a primi prea multă energie cosmică într-un timp scurt. Într-un fel, norul previne „arsurile solare spirituale” ce pot apărea în sistemul tău nervos dacă ești cuprins de o energie pentru care nu ești pregătit din punct de vedere fizic. Copacul ești tu, înrădăcinat în pământul mamei tale, întinzându-se spre lumina soarelui, tatăl tău. Raza de lumină este sufletul.

Sufletul se află la granița prin care tărâmul cosmosului (Creatorul sau Dumnezeu) comunică cu ținutul formei. Nu este o lumină personală. Este o sursă transpersonală de iubire. Este conexiunea copacului cu Sursa. Raza de lumină este modul de comunicare dintre copac și soare.

Nivelul sufletului din care primim scrisorile prin vise este un nivel unificat. Când dormim, pătrundem în conștiința universală, iar sufletul imprimă mesaje în mintea noastră. Aceste mesaje sunt proiectate pentru a ne aminti de natura noastră esențială. Poveștile din visele noastre sunt ceea ce ne amintim despre acele mesaje și ele ne ghidează în călătoria noastră spirituală.

CE ÎMI SPUNE ACEASTĂ CARTE DESPRE VISE ȘI SUFLET?

Fiecare secțiune a acestei cărți vorbește despre diferitele tipuri de mesaje pe care le primim și despre diferitele niveluri de iubire pe care le experimentăm în timpul visului. Cu cât dezvoltăm alinieri mai profunde și canale mai clare de comunicare către suflet, cu atât vom avea vise din ce în ce mai sofisticate.

Prima parte povestește despre câteva dintre aventurile mele din vise. Aici, îți voi povesti o parte a biografiei mele, folosindu-mă de întâmplările personale pentru a evidenția învățături despre adevărata natură a celei mai comune practici spirituale a umanității – visarea. Sper ca poveștile mele să le evoce pe ale tale!

Partea a II-a descrie un nivel de visare pe care eu îl numesc visul personal. În aceste vise învățăm mai mult despre noi înșine – despre propria psihologie, propria noastră călătorie și despre unicul dar pe care îl avem de oferit.

Partea a III-a descrie visarea colectivă. Aceste vise ne scot în afara noastră, astfel încât să accesăm informații care nu ne sunt destinate doar nouă. În această manieră de visare primim date din partea unei surse colective de informații într-un mod telepatric și clarvăzător.

Partea a IV-a analizează visele transformatoare pe care le putem accesa odată ce ne-am dezvoltat abilitățile spirituale. Aceste vise ne vindecă, ne învață, ne sfătuiesc și ne arată cum îi putem învăța pe alții să se vindece prin visare.

În partea a V-a, discut despre cele mai subtile tipuri de vise pe care oamenii le întâlnesc. În aceste vise ne confruntăm cu alți visători și lucrăm împreună. În timpul acestor visări, noi efectiv producem schimbări planetei noastre.

Uneori, lucrăm în afara conștiinței noastre planetare pentru a ajuta la proiectarea fluxului de energie cosmică.

În partea a VI-a, transmit, cât pot de mult, cum viața unui visător interacționează cu o lume aparent în haos și în război cu ea însăși.

În final, te încurajez să acorzi o deosebită atenție la formularea viselor pe care le împărtășesc cu tine prin această carte. Modul prin care sunt raportate visele oferă indicii importante ascultătorului sau cititorului cu privire la starea de spirit a experienței de vis și sentimentele nerostite care înconjoară povestea visului.

De câte ori s-a putut, am prezentat visele exact așa cum au fost scrise în jurnalul visătorului: am vrut să păstrez starea de spirit a visătorului în timp ce își amintea povestea.

VISAREA ȘI LUNA

Într-o carte anterioară, *Cartea viselor femeii: visarea ca practică spirituală*, am introdus câteva idei destul de radicale – deși cred că sunt învechite – despre visare și conexiunile acesteia cu Luna. Din moment ce Luna este lumina noastră nocturnă, ea are o mare influență asupra a ceea ce experimentăm în timpul somnului. Ea este lumina și energia cosmică ce ne ghidează prin călătoriile nopții. Faza ei, locul din cer și modul în care energia ei ar putea interacționa cu personalitatea visătorului, toate au un impact enorm asupra modelului nostru de visare.

Ca o parte a practicii lor obișnuite de visare, îmi încurajez studenții să fie atenți la faza și locul Lunii din noaptea în care au avut un vis, apoi să-și prezinte visele în funcție de mișcarea lunară prin zodiac a Lunii. Acest tip de

familiaritate în ceea ce privește Luna și efectele sale asupra visării oferă un sentiment al naturii ciclice a viselor și a modelelor tale personale de vis. De exemplu, s-ar putea să realizezi că ai vise cu aceeași tematică în timpul Lunii Pline din fiecare lună. În *Visele sunt scrisori din suflet*, mă refer ocazional la astrologia Lunii în timp ce discut despre diferitele tipuri de vise din fiecare secțiune.

Tot în această carte vorbesc despre „cercuri de vis”, o formă de rugăciune străveche și modul în care îi încurajez pe oameni să lucreze cu visele lor. Implică întâlnirea în mod regulat cu un grup de visători de încredere, crearea unui spațiu sacru și, prin ceremonie, trecerea împreună în vis (în timp ce ești treaz), pentru a explora energiile spirituale care informează și inspiră visarea. Dacă ești interesat de cercurile de vis, dar nu cunoști un cerc din zona ta, accesează site-ul nostru: www.turtledreamers.com. Avem un cerc online acolo și este posibil să găsești modalități de a te conecta cu alți visători din zona ta.

Popularitatea primei mele cărți m-a surprins. Am descoperit că mulți oameni tânjesc să-și discute visele cu cineva care le recunoaște sursa spirituală – cineva care trece dincolo de mesajele psihologice și personale ale visului în arena colectivă. Visele sunt scrisori din suflet rezultate din numeroasele cereri pe care le-am primit pentru a merge mai departe cu discuția despre visare ca practică spirituală.

CALEA MISTICĂ

Odată ce vei parcurge prima parte a acestei cărți, vei descoperi că educația mea în ceea ce privește visarea și puterea acesteia a fost dobândită într-un mod sacru și

neobișnuit. Eu consider a fi o experiență mistică introduce-
rea mea în adevărata muncă a visătorului.

În încercarea de a înțelege mai bine propria mea călă-
torie a visării, am devenit o studentă a multor tradiții mis-
tice. Odată cu cititul cărților, predicile, poezia și jurnalele
personale ale mysticilor am fost uimită să găsesc asemănări
profunde între diferitele tradiții: evreiască și creștină, sufită
și budistă, modernă și veche. Mesajele sunt asemănătoare
și experiențele sunt aproape identice. Pur și simplu sunt
descrise cu alte cuvinte. De fapt, mulți dintre mistici vor-
besc elocvent despre visare ca parte integrantă și vitală a
tradiției lor. Am presărat această carte cu note de dragoste
de la mistici și poeți (cum ar fi cele de la Hafiz și Meister
Eckhart de mai devreme în această introducere). Aceste
mesaje, ca cele din vis, sunt destinate să ne trezească mai
mult interes către o conștientizare a adevărului vieții.

Povestea personală pe care o împărtășesc în această
carte poate părea zguduitoare. Așa și este. Propriul meu
proces spiritual mi-a modificat dramatic viața. Și totuși, în-
tr-o anumită măsură, este destul de obișnuit. De aceea îmi
place să împărtășesc mesajele călătoriei spirituale pentru
că este o parte a vieții obișnuite, naturală și inevitabilă. Nu-
mai prin ochii unei conștiințe spirituale putem vedea nor-
malitatea miracolelor pe care le trăim atunci când ne pre-
dăm desfășurării unei vieți de slujire.

În sufism, căutătorul spiritual este deseori numit iubit,
iar călătoria spirituală este considerată a fi rătăcirea iubitul-
lui în căutarea preaiubitului (Dumnezeu). Așadar, eu sunt
iubitul, iar aceasta este o poveste de iubire.

1

Îndrumătorii visului

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

– Sri Aurobindo¹

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

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

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

trepte de viteză și o menajeră care locuia cu mine. Aveam o rutină spirituală ce includea yoga, meditația și învățăturile nativilor americani și participam la diferite activități caritabile pentru a strânge bani pentru cauze demne. Era o viață bună.

Într-o zi, m-am trezit simțindu-mă puțin rău. În orice caz, am mers la serviciu pentru că așa se obișnuiește în domeniul muncii mele. (Există o lege nescrisă conform căreia niciodată nu lipsești din timpul filmărilor pentru un film sau orice producție televizată. Fie te îngrijorează faptul că „Show-ul merge mai departe și nu se poate fără mine”, fie „Dacă se află că show-ul poate merge mai departe și fără mine, eu o să-mi pierd slujba!”). În ciuda stării de rău, am mers la serviciu în acea dimineață de luni. Până la prânz, starea mi s-a agravat, astfel că l-am rugat pe producător să caute pe cineva care să mă poată înlocui. La sfârșitul săptămânii, eram și mai rău. Simptomele principale au fost oboseala extremă și pierderea completă a agilității mentale. În decursul următoarelor două săptămâni, nu mai puteam reține detalii, nu-mi mai prioritizam activitățile și nici nu mai recunoșteam multe dintre sunetele și fețele care altădată îmi erau familiare. Îmi pierdusem mințile – sau cel puțin mintea care mă servise atât de bine până atunci. Nu aveam energie. Am simțit că sunt „epuizată” și că nu mai am puterea să rămân vie.

Eu și soțul meu, prin compania noastră de asigurări, am cheltuit mii de dolari în căutarea unei cauze, dar nu am ajuns vreodată la un diagnostic medical. După ce am epuizat toate ipotezele medicale occidentale care să ne arate ce ar putea fi greșit – după ce m-am testat pentru orice, de la o tumoare cerebrală la scleroză multiplă – am cheltuit o altă mică avere pentru vindecătorii alternativi. Am făcut

lucruri care puteau fi făcute doar în Los Angeles. Am înghițit ierburi dezgustătoare până mi-am dat seama că preferam să mor decât să trăiesc cu acel gust. Ba chiar am permis cuiva să-mi injecteze intravenos megadoze de vitamine, ceea ce aproape că m-a ucis, pentru că am descoperit că eram alergică la complexul de vitamine B care mi-a fost administrat. Am lăsat pe altcineva să înfigă mii de ace în mine – acupunctură. A, și a mai fost un tip care avea o cadă cu hidromasaj, umplută cu apă mov și microbi vindecători! Am trecut prin Reiki, Rolfin^{*}, împachetări, masaje, cristaloterapie și aromaterapie. M-am dus chiar și la un bar unde se vindea oxigen în scop recreativ, și asta, înainte ca ele să fie la modă. Mi-am citit și interpretat aura și am folosit lumini colorate pentru a face o schimbare, dar nimic nu a funcționat. Când i-am spus medicului meu, un prieten de familie, tot ce încercasem și cât de rău mă simțeam, el mi-a recomandat un psihiatru din Beverly Hills cu o reputație foarte bună. Atunci am fost aproape de a ajunge la o concluzie despre ceea ce era „greșit”.

Nu intenționez să critic nici medicina occidentală, nici terapiile alternative. Sub circumstanțele adecvate acestea pot fi benefice și pot salva vieți. Doar că, în cazul meu, „problema” nu a fost fiziologică, psihologică sau legată de aură. Am avut „boala misticului”. Aceasta a fost o desfășurare spirituală, nicidecum o boală.

Pe parcursul întregului proces, nimeni nu mi-a spus că aceasta este o parte perfect normală și naturală a călătoriei mistice pentru a trece prin faza de anihilare. Din moment ce nu am luat niciodată în considerare faptul că misticul poate fi prezent în viața mea, nici nu am crezut că m-am născut

^{*} Formă de medicină alternativă (n. tr.)