

LIBRIS | We know books  
CLAIRE BROAD

# LECTII DESPRE VIATA DE APOI

CEI DE DINCOLO ABIA  
AȘTEAPTĂ SĂ NE ÎNVEȚE

Traducere de Anamaria Gheorghiu

  
**PRESTIGE**

București, 2023

## CUPRINS

<i>Mulțumiri</i>	7
<i>Introducere</i>	9
<b>Capitolul Unu.</b> Sunteți un spirit	23
<b>Capitolul Doi.</b> Moartea este o iluzie	55
<b>Capitolul Trei.</b> Nu ești niciodată singur	95
<b>Capitolul Patru.</b> Ridicați-vă mai presus de frică	127
<b>Capitolul Cinci.</b> Iubirea nu moare niciodată	170
<b>Capitolul Șase.</b> Cere și ți se va da	204
<b>Capitolul Șapte.</b> Nimeni nu moare singur	223
<i>Concluzie.</i> Să mori pentru a trăi din nou	254
<i>Anexă</i>	264

## SUNTEȚI UN SPIRIT

*„Ești un copil al universului, ai domnia copacilor și stelelor; ai tot dreptul să fii aici. Indiferent dacă știi sau nu, universul ți se revelează neîndoielnic, exact așa cum trebuie”*

Din Desiderata, de Max Ehrmann

**A**ceasta este o carte despre viața de apoi, însă viața de aici și cea de dincolo sunt legate intrinsec, deoarece în realitate viața este un continuum. Așadar, cred că pentru a vă ajuta să acceptați cu adevărat ideea că viața de apoi este reală, merită să începem prin a observa natura conștiinței și să lansăm o provocare blândă credinței general acceptate, cum că realitatea materială este singura care există, moartea fiind finalul călătoriei noastre. În această direcție, capitolul de față și următorul se referă pe larg la experiențele și cercetările fizice care reprezintă baza informațiilor care vor fi dezvăluite în restul cărții. Scopul meu nu este să vă explic conștiința dintr-o perspectivă academică, ci mai curând îmi propun să vă incit să gândiți și să vă extindeți orizontul minții, astfel încât până la finalul cărții să vă puteți vedea într-o altă lumină, cea a spiritului.

În perioada verii arzătoare a anului 1975, într-o suburbie liniștită și umilă a Marii Londre, am venit pe lume într-o familie normală, de condiție modestă. La fel ca în cazul multor familii din Marea Britanie a acelor timpuri, banii erau foarte drămuți, luxurile erau foarte puține, iar atenția era orientată asupra lucrurilor simple ale vieții, cum ar fi familia. Într-o zi de vară târzie, bunicii mei mândri stăteau aplecați deasupra unei salteluțe și priveau cum eram spălată și schimbată de mama.

„Uitați-vă la ochii ei”, i-a spus Ernie (bunicul patern) lui Stan (bunicul matern).

„Există o înțelepciune în privirea ei, uite cât de multe înțelege deja. Și Claire era așa.” Nimeni nu a realizat atunci natura profetică a observației bunicului, astfel că mi-am petrecut primii ani ai vieții simțindu-mă protejată și fericită în familia mea, care-mi transmitea siguranță, fiind susținută de mediul sănătos și plin de iubire. Am avut o copilărie frumoasă, iar în ciuda faptului că părinții nu aveau bani și trebuiau să facă multe sacrificii pentru copiii lor, pot spune cu sinceritate că nu mi-a lipsit niciodată nimic. Amintirile copilăriei mele sunt pline de lungile veri fericite și de sărbătorile de Crăciun, când eram înconjurată de bunici, mătuși, unchi și verișori, deoarece familia noastră era foarte mare și unită.

În familia noastră restrânsă, mama era casnică și avea grijă de sora mea mai mică, Joanne, și de mine, unde locuiam în suburbia londoneză Feltham (care pe vremea aceea li se părea părinților mei un fel de zonă rurală). Mama se implica foarte mult și cu bucurie în atribuțiile ei părintești, oferindu-ne nouă, celor două fete, multă

Iubire și învățându-ne să ne descurcăm în diverse treburi, în timp ce avea grijă și de casă. Tata era inginer de telecomunicații, iar munca sa îl ducea deseori în inima Londrei. Era epoca schimbării telefoanelor, a căror întreținere trebuia asigurată de electricieni calificați, 24 de ore din 24. Treaba tatălui meu era să mențină rețeaua telefonică din Fulham în bună stare de funcționare.

Familist convins, tata se bucura de zilele în care își putea lua fetele la muncă, pentru a ne arăta cum lucrează. Și nouă ne plăcea. Zumzetul constant pe mai multe tonuri al posturilor telefonice și echipamentului de schimbare, produs în timp ce nenumărate persoane din Londra dădeau telefoane pe posturi fixe, dădea atâta viață și energie întregii activități. Îmi amintesc că mi se părea ceva aproape din altă lume, adoram ideea că oamenii pot comunica la distanță unii cu alții, chiar și în acele vremuri. De asemenea, adoram să mă învârt încontinuu pe scaunele rotative din birou!

Când ambii părinți erau acasă, simțeam la fel de multă energie în jurul meu. Mereu cânta muzica – Abba, Elvis și Beatles, melodia *Top of the Pops* fiind în topul preferințelor la televizor. Nu știu de ce, dar acea energie mi-a dat multă încredere în perioada copilăriei, pentru că simțeam mereu că există viață în jurul meu. Evident că nu aveam motive să încep să inventez povești ca să atrag atenția asupra mea, pentru că nu mă simțeam niciodată singură. Prin urmare, când am început să vorbesc la vârsta de doi ani, și am început să povestesc lucruri neobișnuite despre persoane din jurul meu pe care nimeni nu le vedea, familia a ghicit că nu mă aștepta o viață obișnuită...

Aveam aproape doi ani când am început s-o chem pe mama în dormitorul meu, pentru a-i arăta omul care se afla acolo. Când venea și descoperea că degetul meu întins nu arăta decât un spațiu gol, mama făcea ceea ce ar fi făcut majoritatea adulților, încercând să mă convingă, cu iubire, că nu era nimeni acolo.

Dar cum ocaziile s-au repetat și eu am continuat să reiau acest comportament uimitor, arătând cu degetul și spunând: „omul, omul”, mama a început să se întrebe ce nu era în regulă. Oare, exista cineva în cameră, pe care ea nu-l putea vedea? Eu eram încă prea mică pentru a dispune de o imaginație atât de activă, s-a dovedit ulterior că fostul proprietar al casei noastre murise acolo. Oare, era posibil ca spiritul lui să sălășluiască încă în casă? La vremea aceea, cea mai mare parte a familiei din partea mamei era încă în viață, așadar, ea nu s-a gândit la posibilitatea revenirii vreunui strămoș, nici nu era familiarizată cu conceptul de spirite-ghizi.

Când am ajuns la vârsta de 3-4 ani, am început să fiu mai conștientă de mine însămi, iar de atunci înapoi am amintiri ale propriilor experiențe. Îmi amintesc de o noapte când mi-am chemat părinții, să vină să stea cu mine, în timp ce eram culcată în pat. Când a venit tata să mă liniștească, i-am spus că văzusem niște „bule” cu chipuri în ele, deasupra șinei draperiei. Îmi amintesc starea de agitație pe care o simțeam când îi povesteam, deoarece îmi doream să mă creadă când îi spuneam că mă trezise imaginea acelor fețe. Îmi păreau foarte reale, am rămas trează o vreme, privind ca hipnotizată cum se transformau și se mișcau, până au

dispărut complet. Atunci mi-am dorit să împărtășesc această experiență cuiva, și i-am strigat pe părinți.

Nu-mi doream decât aprobarea și susținerea tatălui meu. Evident, când am arătat unde văzusem fețele deasupra șinei draperiei, tata mi-a răspuns că nu era nimic acolo. M-a convins cu blândețe să revin în pat, iar în timp ce mă strecuram în așternut, m-a asigurat că totul era în regulă. Mi-a spus că fusesem probabil pe jumătate adormită și visasem. Tata a fost binecuvântat cu un creier analitic, foarte potrivit pentru domenii ca matematica și științele. El era agnostic, prin urmare, i se părea evident că ceea ce văzusem atunci nu era real. Era convins că povestea mea nu ascundea ceva extraordinar, fiind doar rodul imaginației pe pragul somnului. Nici nu cred că-și amintește de acea zi la fel ca mine, pentru că probabil și-a alungat-o imediat din minte.

Totuși, acea experiență a fost atât de vie pentru mine, încât m-a urmărit toată viața. Desigur, la acea vârstă nu m-am îndoit de autoritatea tatălui meu, m-am culcat la loc, dar astăzi, cu experiența de adult, realizez că văzusem probabil niște „spirite de formă sferică”: unele sfere de dimensiunea unor mingi de tenis, de lumină albă, clară și transparentă, cu imagini animate ale unor chipuri în ele. Nu fusese doar un vis. Cum de știu asta? Pentru că am mai văzut asemenea sfere în anii maturității, în perioade când eram în stare de veghe.

## **Copiii ne sunt cei mai buni profesori**

Ca adult, am reflectat adesea la experiențele din copilărie și m-am întrebat de ce atât de mulți copii par să fie

În mod firesc, aidoma mie, în legătură cu lumea spiritelor. M-am întrebat și de ce mulți copii cresc apoi și pierd această capacitate, sau trebuie să învețe să se reconecteze cu acea dimensiune, așa cum a fost și cazul meu. Propria mea experiență ca părinte cu doi copii minunați mă încredințează că aceștia, până la vârsta de 6-7 ani, sunt maeștri spirituali naturali. De exemplu, plimbarea în pas vioi de cinci minute până la cutia poștală, pe care o făceam pentru a trimite o scrisoare pe vremea când încă nu aveam copiii, s-a transformat într-un mers în buiestru de 20 de minute, cu doi copii de 2 și 3 ani la remorcă. De multe ori m-am simțit nerăbdătoare și grăbită, de fiecare dată când fetele mele insistau să fac câțiva pași înapoi, pentru a atinge și a simți frunzele fiecărui arbust, pentru a mângâia fiecare cățel sau a privi cu încântare fiecare pasăre sau avion care le trecea pe deasupra capetelor. Oare, ele nu sesizau că aveam atâtea de făcut pe parcursul zilei și ignorau rugămințile mele de a merge mai repede? Copiii mici absorb tot ce se află în jurul lor. Ei se minunează de fiecare creație, se bucură de fiecare lucru pe care-l fac și văd lumea cu totul diferit față de adulți. Ei trăiesc mereu în prezent și nu sunt niciodată controlați de conceptul de timp, până când nu-și dezvoltă un simț puternic al egoului și o minte logică – atunci se deconectează de capacitatea de a experimenta viața într-un mod atât de profund. Este interesant că creierul copiilor mici funcționează diferit de creierul adult. Undele electromagnetice ale creierelor copiilor sunt mult mai lente în stare de veghe, fiind similare cu cele dezvoltate de un creier adult în timpul somnului. Când am aflat toate acestea, m-am întrebat dacă nu cumva din cauza asta, multe persoane

cred că copiii sub cinci ani sunt conectați în mod natural cu dimensiunile spiritelor. Poate acesta este și motivul pentru care măștrii spirituali ne-au spus că dacă un adult poate trăi starea de conștiință a unui copil, atunci i se va revela nirvana sau Împărăția Cerurilor.

Desigur, cercetările științifice demonstrează cât de diferit se comportă creierul unui copil mic, în comparație cu creierul unui adult și găsesc că aceste diferențe sunt fascinante dintr-o perspectivă spirituală. Potrivit cercetărilor moderne, creierul adult va manifesta patru tipuri de unde sau frecvențe electrice, care fluctuează și se modifică, în funcție de ceea ce face adultul respectiv. De exemplu, în starea de veghe se pot detecta unde de tip beta și alfa. Undele beta apar când creierul este activ, treaz și antrenat în procesul gândirii, în timp ce undele alfa apar când adultul respectiv se relaxează, fiind încă treaz, dar menținând ochii închiși și mintea calmă. În timpul somnului, creierul adult va experimenta cele mai lente unde cerebrale, frecvențele delta, iar în timpul meditațiilor sau al stărilor de transă profundă, precum hipnoza, apar undele theta.

Din contră, creierul unui copil mic – până la doi ani – funcționează preponderent pe unde delta, chiar și în stare de veghe. Aceasta poate explica de ce foarte puțini dintre noi avem amintiri din perioada primei copilării, deoarece aceste unde corespund stării de somn a creierului adult. Între doi și șase ani, odată cu dezvoltarea creierului, acesta oscilează între frecvențele lente de tip alfa și theta, în stare de veghe (creierul adult s-ar afla într-o profundă relaxare sau ar dormi, visând cu ochii deschiși sau închiși, în această etapă). În această perioadă a vieții lor, copiii

sunt capabili să se piardă complet în lumea lor imaginară. Creierul lor sunt în mod natural atrase să creeze cu ușurință proiecții vizuale și am învățat în procesul dezvoltării mele ca medium că vizualizarea este tocmai unul dintre instrumentele folosite de practicienii care intră în legătură cu spiritele. Interesant este că creierul poate fi ușor programat în perioada cât emite unde theta, ceea ce explică faptul că copiii mici absorb orice aspecte din jur, într-o măsură mult mai mare decât adulții. Theta este o stare de învățare accelerată. Abia pe la vârsta de 6-7 ani, creierul copiilor începe să se comporte asemenea creierului unui adult în stare de veghe, manifestând unde beta, ceea ce permite copilului să-și dezvolte capacitățile gândirii analitice și logice. (Sursă: [www.upallhours.com](http://www.upallhours.com) și <https://mentalhealthdaily.com/2014/04/15/5-types-of-brain-waves-frequencies-gamma-beta-alpha-theta-delta/>).

Motivul pentru care sunt atât de fascinată de aceste informații este că ele ne permit să realizăm de ce copiii pot vedea lucrurile într-un mod diferit față de adulți. Minunatul lor creier nedezvoltat nu este afectat de gândirea excesivă, ceea ce le permite să rămână mereu în momentul prezent și cred că starea lor naturală de conștiință modificată pare să le permită conectarea cu lumea spiritelor, să perceapă o dimensiune a realității cu care noi pierdem legătura pe măsură ce ne maturizăm.

Realitatea noastră, a adulților, este mereu dictată iar, în anumite cazuri, controlată inconștient de gândirea logică excesivă, o mulțime de alte gânduri și amintiri strânse pe parcursul întregii vieți. Adesea, existăm mai mult în mințile noastre decât în „timpul real”, mai ales când ne asumăm tot mai multe responsabilități stresante, pe măsură

IBRIS | weknow books

ce înaintăm în vârsta adultă. Nu am greși dacă afirmăm că mulți dintre noi nu observă ce se petrece în jur, deoarece un alt scenariu sau noian de gânduri se manifestă deseori în mintea noastră. Dacă vă asemănați cât de cât cu mine, de exemplu, vă opriți probabil de mai multe ori într-o zi să vă întrebați: „Ce făceam acum?”. Poate că a trebuit să recitiți rândurile acestor pagini de mai multe ori, din cauză că mintea vagabonda? Lucrul cel mai uluitor este că majoritatea consideră această stare de neatenție ca fiind normală.

Unul din motivele pentru care învățătorii spirituali vorbesc despre iluminarea spirituală ca despre o „trezire” constă în faptul că atunci când realizăm că am trăit ca adulți, în cea mai mare parte a timpului, într-o stare de neatenție, putem învăța să trăim tot mai des momente de conștientă extinsă. Putem face aceasta dacă relaxăm mintea și ne antrenăm creierul să intre în momente de liniște, iar cu timpul vom învăța să trecem dincolo de gândire, rămânând perfect treziți și conștienți. Când se petrece asta, ne simțim ca și cum ne-am trezit într-un nou nivel de conștiință.

Mă întreb dacă unii dintre noi au poate anumite dificultăți să creadă într-o lume a spiritelor, o viață de dincolo, dat fiind că am fost deconectați de la aceasta odată cu dezvoltarea creierului. Înțelegând acest lucru, ne facem o idee mai clară asupra motivului pentru care învățătorii și practicienii spirituali din toate școlile își dedică timp în mod sistematic pentru a-și antrena creierul să intre în stări relaxate și extinse de conștiință prin meditație, pentru a-și dilata câmpul conștiinței și a se conecta cu o realitate mai vastă.

Trăim vremuri interesante. Civilizația modernă a făcut pași uimitori în știință și tehnologie, ceea ce ne-a permis să știm atât de multe despre universul înconjurător. Totuși, în ciuda acestui progres rapid, există atâtea aspecte ale vieții încă neînțelese, atâtea alte fațete ale realității care se cer explorate. Găsesc incitant faptul că noi, oamenii, nu cunoaștem totul despre viață. Cât de plictisitor ar fi să cunoaștem tot ce este de cunoscut, fără a mai avea ceva de descoperit. Prin natura sa, omul este un explorator, și cred cu tărie că, uneori, bucuria vieții rezidă în faptul că nu știm, dar vrem să înțelegem mai mult.

O asemenea frontieră este conștiința. Ce este ea și ce se petrece cu conștiința noastră când murim? Desigur, multe persoane cred că ea încetează pur și simplu să existe; în știință, acest punct de vedere este considerat materialist. Omul de știință materialist vede corpul uman ca pe o mașinărie biologică foarte sofisticată și complexă, care este totuși o mașină. Puteți viziona înregistrări cu oameni de știință cognitiști și cu filosoful Daniel Dennett pe YouTube, explicând acest mod de gândire, așadar nu este nevoie să scriem mai mult aici. Merită doar să remarcăm că credința în moartea conștiinței odată cu corpul fizic reprezintă o extensie a gândirii, generată de ideea că conștiința nu este decât un produs secundar al unui creier de tip computer.

Ar fi totuși posibil ca atunci când corpul moare, conștiința să continue să existe într-o anumită formă, dincolo de moartea fizică? Eu cred asta, de fapt sunt convinsă că este posibil.