

Paolo Crimaldi

TERAPIA KARMICĂ
Călătoria sufletului

Traducere de
Petru Neghiu



CUPRINS

Introducere	11
1. Principii și metode ale terapiei karmice	14
2. Reîncarnarea și problemele existențiale	31
3. Recunoașterea agresivității și descoperirea adevărului SINE	41
4. Singurătate și creativitate: poli ai unui parcurs	55
5. Analiza karmică a viselor	70
6. Simboluri și imagini în parcursul evolutiv	86
7. Concluzii	98
Bibliografie	100

1. PRINCIPII ȘI METODELE ALE TERAPIEI KARMICE

[...] trecutul era prea viu în prezent pentru a-l putea clasifica după criterii strict istorice.

PANKAJ MISHRA

Terapia regresivă la viețile trecute este în mod cert o experiență surprinzătoare pentru cei care sunt fundamental sceptici și nu manifestă o atracție deosebită pentru un asemenea tip de discurs. În fapt, străbătând înapoi parcursul evolutiv al propriului suflet, ni se pot rezerva surprize cu totul neașteptate, dar ne ajută foarte mult să înțelegem de ce continuăm în mod repetat să comitem aceleași greșeli chiar dacă de cele mai multe ori am fost pe deplin conștienți de modelul eronat de care ne agățăm cu atâta obstinație. Cu alte cuvinte, prin intermediul experienței cu terapia regresivă la viețile trecute se înțelege motivul pentru care unele atitudini cu totul inexplicabile, pe baza a ceea ce am trăit în această existență, sunt prezente; dar și mai mult se vede propria viață într-o dimensiune nelimitată strict la o axă de timp bine definită, tipică pentru o viziune temporală liniară, intrăm mai curând într-o circularitate spațio-temporală ce ne ajută să avem o viziune diferită asupra problemei cu care ne confruntăm și să găsim o explicație ce ne poate duce dincolo de timpul limitat al existenței actuale. Aceasta, să fie clar, nu trebuie să ne împingă la o deculpabilizare, ci să ne ajute să înțelegem problematica dintr-o perspectivă mai amplă și eventual să acționăm asupra a ceea ce psihologiile ezoterice numesc forme-gând pe care le avem din viețile anterioare, având în vedere că karma, după cum o definește Namkhai Norbu, este ca un lipici putându-ne elibera numai printr-o înțelegere profundă ce trece printr-o recunoaștere autentică, adesea plină de suferință, ce nu are nimic a face cu structurile logice și analitice ale gândirii. Terapia regresivă la viețile trecute poate fi unul din instrumentele utile pentru a ușura o astfel de muncă, însă, în mod sigur, nu unicul.

Este bine să repetăm că terapia regresivă la vieți trecute nu este o formă nouă de psihoterapie și nu are ambiția să se substituie niciunui tratament de terapie psihologică sau psihiatrică, ci, pur și simplu, vrea să conducă persoana care se hotărăște să întreprindă un astfel de experiment să-și lărgască evantaiul posibilelor soluții pentru problemele sale existențiale, fără a dori neapărat să trateze patologii psihice sau fizice, și nici măcar să se îndrepte spre credințe sau stiluri de viață alternative. Terapia regresivă la viețile trecute, pe care, din acest moment o numim terapie karmică, este îndreptată spre interacțiunea cu propria karma, cu acea parte a experiențelor provenite din existențe anterioare care încă mai acționează în această viață într-un mod mecanic, ca modele ce ne împing la atitudini adesea de neînțeles și de care suntem condiționați fără a ne da seama sau pe care, în momentul când le conștientizăm, nu reușim să le împingem înapoi spre matricea originală de care să ne detașăm.

Apare clar, așadar, faptul că terapia karmică ne folosește spre a intra în noi înșine dintr-o perspectivă ce trece dincolo de trecutul și de prezentul acestei vieți și care, mai ales, are ca finalitate capacitatea de a ne elibera de ansamblul atitudinilor și stilurilor de viață, care, de acum, nu mai au nici un sens, care sunt adevărate obstacole pentru creșterea și dezvoltarea potențialităților noastre și care așteaptă doar un teren liber pentru ca scopul pentru care ne-am hotărât să ne încarnăm din nou tocmai într-o anumită perioadă istorică și într-un loc bine determinat, să se poată realiza.

Dar, cum funcționează terapia karmică? Este dificil să putem răspunde cu certitudine, tocmai pentru că de fiecare dată se vorbește despre ceva care nu are o natură strict științifică, în sensul de știință pozitivă bazată pe date evidente ce nu pot fi contestate (iar, a vorbi despre existența unor vieți anterioare nu este ceva evident și de netăgăduit), se poate doar conta pe experiența personală, pe cazul singular și, mai ales, pe binefacerile aduse de o astfel de experiență „alternativă”. Este evident că există și riscuri de care terapeutul ar trebui să fie mereu conștient; de fapt, acest tip de experiență nu ar trebui făcută cu persoane afectate de sindromuri psihotice cărora

ulterior le-ar putea agrava propria trăire halucinatorie zădărniciindu-le tratamentele psihiatrice și psihoterapeutice la care sunt supuse.

Putem spune că terapia karmică este o experiență recomandată celor care doresc să înțeleagă ce se ascunde în spatele unor comportamente de neînțeles care tulbură trăirea cotidiană, fără să ajungă însă la patologie, încât printre scopurile acestei terapii este și acela de a ajuta la dezvoltarea potențialului evolutiv propriu, care adesea rămâne blocat tocmai din cauza acestui balast al unor condiționări și stiluri de viață atât de profund legate de viețile trecute.

În linii generale, o terapie karmică are o durată de două-sprezece întâlniri, în ritm de două pe lună, fiecare de câte o oră, în care alternează ședințe unde se lucrează regresia la o viață trecută, și alte analize asupra conținutului de suprafață rezultat în urma regresiei, împreună cu ansamblul asocierilor și viselor avute în cele două săptămâni ce au urmat întâlnirii precedente. De o importanță particulară este folosirea temei natale, deoarece servește terapeutului pentru a înțelege tipul de personalitate și problematicile karmice ale pacientului său, iar acestuia să înțeleagă ce parcurs îl așteaptă și, mai ales, dacă are realmente intenția să-l urmeze în acel moment particular al vieții sale.

Totuși, la prima întâlnire există tendința de a ne concentra asupra analizei horoscopului, cu scopul de a înțelege cauza unui anumit parcurs existențial și, îndeosebi, asupra planificării tipului de lucru afectat ședințelor comune, ori a problematicilor existențiale asupra cărora este urgent să se acționeze.¹

Lucrul propriu-zis începe cu a doua ședință, în care se cere pacientului să-și amintească trei episoade particulare semnificative ale propriei vieți, plecând de la primele amintiri la care poate ajunge, până la ultima dinaintea întâlnirii. Toate acestea ne ajută să definim dacă în cursul vieții a existat o singură modalitate condiționantă sau, cel puțin, dacă eventualele persoane implicate în amintire au avut oarecare importanță în viața

pacientului și dacă între ele există o posibilă legătură karmică provenită din viețile anterioare.²

Lucrul cu amintirile cele mai importante ale vieții proprii este și o modalitate de a căuta acel fir al Ariadnei care, uneori, într-un mod aproape invizibil, leagă evenimente care, chiar dacă au situații și protagoniști diferiți, mențin, în schimb, singură o matrice comună, care de cele mai multe ori este trăsătura cea mai puternică pe care am adus-o din experiențele trecute. De fapt, ceea ce se moștenește de la viețile anterioare are întotdeauna ceva obsesiv și condiționant, un fel de tendință ineluctabilă spre a îndeplini un lucru ce, cu timpul, începem să-l recunoaștem că nu ne este propriu și totuși, din sfera căruia reușim cu dificultate să ieșim. O pacientă mi-a spus o dată că avea senzația că se află sub un destin ce nu-i al său, că trăiește o existență ce nu-i aparține. Această femeie nu putea exprima mai bine sensul neplăcerii pe care o încercăm atunci când devenim conștienți că haina pe care am îmbrăcat-o până acum câteva zile ne este strămtă, nu ne aparține și totuși nu reușim să ne descotorosim de ea. Terapia karmică lucrează tocmai asupra acestor atașări bolnăvicioase atât de inutile, ale trecutului, a acelor modele comportamentale care prin intermediul regresiei au fost individualizate ca fiind legate de viețile anterioare și care nu au nimic a face cu viața actuală decât faptul că înțelegerea lor este condiția sine qua non pentru a fi abandonate în vederea realizării obiectivelor pe care ni le-am prestabilit pentru existența noastră în încarnarea prezentă.

De fapt, înțelegerea naturii unor acțiuni, cât, mai ales a ceea ce ele dau naștere înăuntrul și în afara noastră, constituie primul pas spre detașarea de ele, însă, în mod sigur, nu și ultimul. Nu este suficient să cunoaștem pur și simplu la nivel rațional, este necesar să punem în mișcare propria emotivitate, să facem să răsunе în inima noastră acea amintire particulară legată de o viață trecută și, atunci când este posibil, să o asociem cu una din viața actuală, măcar cu una din cele trei amintiri de care am devenit conștienți la prima întâlnire, deoarece numai în acest

¹ Pentru toate aprofundările, a se vedea cartea mea *Iniziazione all'astrologia karmica* (Inițiere în astrologia karmică).

² O tratare amplă a legăturilor karmice și a recunoașterii lor se poate găsi în cartea mea *Iniziazione agli amori karmici* (Inițiere în iubirile karmice).

fel reușim să simțim acțiunea, de multe ori vicleană, a trecutului asupra prezentului.

La unele persoane, acest tip de lucru asociativ este dificil de făcut, deoarece există temerea de a pierde unele certitudini, siguranță care, pe cât este de ademenitoare, de limitativă, este totuși un fel de ancorare care ne permite să știm spre ce ne îndreptăm, îndepărtându-ne de dubiu – uneori de teamă – de nou, de nedefinit, care, pe cât este de fascinant și de dorit, nu este întotdeauna simplu de înfruntat și de gestionat, în cazul când, spre exemplu, se răstoarnă stiluri de viață și obișnuințe pe care ne-am construit o parte a existenței.

Dar, pe durata terapiei karmice se lucrează cu un material simbolic ce iese la suprafață atât din regresiiile proprii cât și din analiza viselor și din lucrul cu fanteziile ghidate. Fantezia ghidată este o tehnică dezvoltată de secole de către diversele școli de gândire ezoterică, care doar recent a fost valorificată și utilizată în domeniul psihologico-clinic datorită lucrărilor lui Jung, Desoille și mai ales Assagioli. Este vorba de un fel de călătorie cu ochii deschiși, condusă de terapeut, la care pacientul participă activ prin amplificarea la nivelul fanteziei, a simbolurilor și imaginilor propuse. Această tehnică folosită și de multe culturi șamanice, din punct de vedere ezoteric avea funcția de a-l introduce pe cel inițiat într-o altă dimensiune a existenței, fie a vieții mature, fie a lumii morților, prin activarea capacităților perceptive proprii, inclusiv de tip extrasenzorial. Astăzi această tehnică este folosită pentru a dezvolta creativitatea printr-un contact de tip emotiv cu inconștientul propriu. Terapia karmică folosește, în schimb, fanteziile ghidate pentru a-l ajuta pe pacient să intre în contact cu acele părți ale sinelui său ce nu au fost încă dezvoltate din cauza vechilor modele moștenite din viețile anterioare. Lucrul cu unele simboluri, după cum vom vedea în capitolele următoare, înlesnește contactul cu trecutul favorizând integrarea lui în prezent, fără însă să rămânem condiționați sau striviți de el.

Confruntarea cu karma proprie, cu ansamblul experiențelor avute în trecut nu este o bună călătorie în timp și adesea deziluzia este mare pentru cei care, după prima regresie

descoperă că au avut o existență precedentă cel puțin simplă, dacă nu chiar banală, fie numai și prin faptul trăirii unui eveniment deosebit care a lăsat urme la nivel emoțional, urme cu care trebuie să se confrunte în viața actuală. Viețile grandioase și excepționale nu aparțin celor mulți și nu întotdeauna, văzute apoi din interior, sunt atât de fericite și emoționante cum apar în ochii celorlalți.

Rita urmează o terapie karmică pentru că a avut mereu senzația că are ceva nesigur în legătură cu Anglia, dat fiind că, în afara unui puternic simț al familiarității cu peisajul și ușurința deja cunoscută cu care încă de copil a învățat limba engleză, nu reușește să lipsească din această țară mai mult de un an, chiar dacă ea admite că bilanțul experiențelor trăite ar sfătui-o să nu mai pună piciorul aici. De fapt, Rita s-a aflat de mai multe ori în situații dificile atât la nivel de ocazii cât și de sănătate, mai ales că de vreo trei ori a trebuit să viziteze spitalele londoneze.

Dintre cele trei amintiri ale vieții sale, iese la iveală una în care, la vârsta de circa șapte ani se află cu părinții la Veneția și merge cu ei pe bulevarde. Este ceață și cam frig. Este foarte fericită pentru că se află pentru prima dată într-un peisaj atât de deosebit și totuși familiar. Le spune părinților că nu vrea să se mai întoarcă acasă și că vrea să trăiască în acest oraș pentru totdeauna.

Aparent, această amintire nu pare să aibă nimic în comun cu Londra decât din punct de vedere al climei și poate al atmosferei pe care o creează ceața. În fapt, destul de des, tocmai unele locuri sau situații particulare reactivează amintiri sau aduc senzații ale unor vieți trecute cu care încă mai avem ceva neclar.

Chiar dacă primele două regresii tratează despre existențe precedente în care nu pare a fi o legătură cu Anglia și sunt legate de vieți lipsite de evenimente semnificative sau decisive pentru problematica vieții actuale, la a treia regresie atinge conștiința amintirii unei vieți anterioare în care ceva trăit este legat de această țară. În plus, este vorba tocmai de penultima existență care a precedat-o pe cea actuală.

Este bine să amintim că, aproape niciodată, persoanele, în amintirea vieților lor precedente, nu urmează o ordine cronologică de tipul: ultim, penultim etc., ci, în general, inconștientul face să prevaleze o ordine emoțională, de la cea mai simplă la cea mai complexă.

Rita, în întoarcerea sa înapoi vede ca primă imagine o stradă foarte îngustă și întunecoasă. „Aș spune, cu fum. Aud persoanele care vorbesc cu animozitate. Sunt într-un pub. Nu înțeleg dacă se ceartă sau sunt puțin chercheliți...”

Rita spune ceva în engleză pe un ton foarte disprețuitor, întinsă pe pat vrea să se ghemuiască, ducându-și brațele și palmele pe sâni, vrând parcă să-i protejeze de ceva sau de cineva. „Sunt o prostituată, cred că am douăzeci și cinci de ani. Sunt bolnavă și m-au alungat afară din casa în care trăiam. E frig, îmi intră în oase, iar doctorul mi-a spus că sufăr de boala lui Venus. Nu știu prea bine despre ce este vorba, dar sunt mereu obosită și uneori simt că în mine ceva nu este în regulă... capul nu este în regulă. Mă apropiu de intrarea în pub, mă uit înăuntru și văd că sunt oameni ușor beți care joacă țintar și spun obscenități despre femei. Mă hotărâsc să intru, atmosfera este tocmai potrivită pentru a-l agăța pe unul. Caut să mă fac văzută și răspund provocărilor lor.”

La început, Rita are un zâmbet de dezgust, dar după câteva minute de tăcere arată o mimică echivocă și foarte provocatoare, concomitent trecându-și limba pe buze.

„Asta-i, știu că în această seară, pe asta îl pot cuceri. Îmi face scârbă, dar este singurul care nu face pe subtilul. Încep să-l fixează, îl ating și îl provoc în fața tuturor... Unul îmi prinde fundul cu palma. Sunt furioasă, dar trebuie să mă prefac că nu-i nimic. Mi-e scârbă, dar ce pot face? Nu am cu ce să trăiesc, nimeni nu mă vrea, sunt bolnavă.”

Îi spun Ritei să continue, înainte sau înapoi în timp, până ajunge la cea mai importantă întâmplare din această existență trecută.

„Am șaptesprezece ani, sunt foarte frumoasă, iar părinții mei sunt într-adevăr mândri de mine. Beth guvernanta mă urmărește peste tot și mă iubește mult. Mă acoperă în ieșirile mele de după-amiază la întâlnirile cu Stephen. Îl iubesc, și el

este foarte frumos și mi-a promis că se va însura cu mine. Ne întâlnim la iazul din spatele casei. Trăiesc la țară, părinții vor ca eu să studiez muzica, dar eu mă gândesc numai la dragoste, la Stephen al meu. Astăzi trebuie să mă întâlnesc cu el, mi-a cerut să-l sărut. Aș vrea și eu foarte mult, dar nu cred că o voi face, Beth îmi spune că este foarte periculos și fi dau ascultare. Sunt foarte emoționată când îl văd, este acolo așezat pe balansoarul nostru. Mă ia în brațe, mi-e teamă, nu înțeleg ce mi se întâmplă, simt o căldură foarte puternică... nu înțeleg...”

Rita se blochează și îmi spune că nu mai vede nimic și i se face foarte frig. În aceste cazuri este bine să readucem persoana la starea conștientă, făcând-o să iasă ușor și cu grijă din regresie și eventual, să reîntre, la proxima întâlnire.

La ședința următoare, Rita intră oarecum în anxietate și îmi spune că se teme să vadă ce se ascunde în spatele ultimei sale existențe. Cu toate acestea este foarte hotărâtă să meargă înainte: „orice ar costa, trebuie neapărat să înțeleg care este legătura stranie cu Anglia.”

În regresie, Rita, aproape automat se reîntoarce la această viață a sa trecută și se vede fericită cu Stephen al său. Îi spun să se întoarcă la întâlnirea de la lac, să-și amintească acea stare emoțională, senzația de căldură pe care o încerca. Privirea i se întunecă imediat. Este cuprinsă de un fel de tremurat. După ce i-am pus un pled pe picioare, o invit să observe scena detașată, amintindu-i că este vorba de o amintire a uneia din viețile sale trecute.

„Sunt în brațele sale și ele mă strâng foarte tare. Am senzația că mă sufoc, mi-e teamă, foarte teamă. Nu înțeleg de ce mă strâng așa de tare. Aș vrea să cer ajutor, dar mi-e teamă că mă descoperă cu el. Mă sărută cu limba, nu îmi place, are un gust amar... nu vreau, îmi face greață, nu vreau...”

„Acum mă dezbracă, este violent, nu pot țipa, nu vreau să se știe de noi, tata m-ar omori dacă ar afla, nu pot... mi-e scârbă... nu... nu...”

O invit pe Rita să meargă înainte și să nu se oprească numai la acel moment.

„Sunt însărcinată. M-au alungat de acasă. Mi-e rău, mi-e frig, nu înțeleg de ce mă tratează cu răutate. El m-a forțat, voia