

## **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

### **Pagina INDICE**

**2** Ringraziamenti

Parte prima – LA RIVELAZIONE

**4** 1 – Il medium

**30** 2 – Il dono

**40** 3 – Aiutanti spirituali

Parte seconda – LE SEDUTE

**50** 4 – Transizioni tragiche

**66** 5 – Scontri fatali

**82** 6 - AIDS

**97** 7 - Suicidio

**122** 8 – Riunioni amorevoli

Parte Terza – IL PASSO SUCCESSIVO

**146** 9 – Oltre il dolore

**154** 10 – Entrare in contatto

**175** 11 - Meditazioni

**186** Fonti

**1**

## **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

**A Connie, il primo angelo che ho incontrato  
sulla terra, che mi ha insegnato ad afferrare il  
sole**

### **RINGRAZIAMENTI**

Quando si inizia l'impresa di ricordare esperienze personali infondendo vita alle parole, lo si fa con la speranza che, in qualche modo, quelle frasi creino un senso di conoscenza e di meraviglia e aiutino a illuminare il cammino altrui. La stesura di questo libro è stata un impegno che non avrei assolutamente potuto onorare da solo. E' nato dalla fusione di pensieri, idee, esperienze e vite di persone che mi hanno intensamente commosso.

In primo luogo devo esprimere la mia gratitudine alla «Manifestazione Creativa» conosciuta sotto vari nomi come Dio, Allah, Geova, Essere Divino e Grande Luce. Alluderò a questo Potere come alla «Fonte», la Fonte di tutto.

Desidero ricordare quelle anime care sul piano terreno che sono venute da me con storie sia tragiche sia liete, alla ricerca di una guida, di una conclusione, di guarigione e pace. Spero di avere esaudito le loro aspettative e di essere riuscito a tranquillizzare le loro menti e i loro cuori.

Ringrazio chi, del mondo dello spirito, sottoforma di sogni

tornano attraverso me per riferire esperienze terrene alle loro famiglie e agli amici, e sono loro grato. Questi ricordi, che costituiscono l'ordito dell'arazzo del tempo, sono la prova che la morte non esiste, che vi è solo vita. Attraverso il potere dell'amore e solo con l'amore questi spiriti intensamente affettuosi si schierano con noi, dandoci coraggio e forza, guidandoci e assistendoci nel realizzare i nostri destini terreni.

Desidero ringraziare le mie guide e i miei maestri divini che sono stati con me sin dalle manifestazioni iniziali del mio dono. Sono sempre riusciti a infondere forza, potere e saggezza nel mio lavoro,

**2**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

e costituiscono un esempio di crescita, d'illuminazione e di sostegno non solo individuale ma per tutta l'umanità.

Tutto il mio amore e la mia gratitudine anche a chi sul piano terreno mi ha assistito con affetto, incoraggiamento e appoggio: Brian E. Hurst, Carol Shoemaker, Mary Ann Saxon, Marilyn Jensen, Peter Redgrove, Linda Tomchin e Cammy Farone.

A tutti i miei familiari, amici e persone care di questa vita: sono riconoscente a tutti voi perché il tempo che condividiamo insieme su questa terra non solo ha arricchito il mio spirito ma mi ha anche impartito preziose lezioni sull'espressione emotiva del cuore umano. L'amore onora la vita. Vi ringrazio perché onorate l'interezza di ciò che eravamo, di ciò che siamo e di ciò che diventeremo.

A tutti voi, grazie di condividere la vostra luce e di partecipare a questo infinito viaggio d'amore e di vita mano nella mano.

**3**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

### **PARTE PRIMA – LA RIVELAZIONE**

#### **1 – IL MEDIUM**

Mi viene spesso chiesto se sono nato medium o se lo sono diventato dopo una terribile malattia o un improvviso incidente che mi ha causato un qualche trauma cerebrale o una esperienza di premorte. Per quanto agghiaccianti possano essere queste esperienze, nessuna di esse è stata, a mio parere, il momento drammatico che mi ha avviato al lavoro della mia vita.

Non sono diverso dagli altri. Siamo tutti nati con un qualche grado di sensitività. La domanda è: riconosciamo le nostre capacità paranormali e agiamo in conformità? Come tanti non sapevo cosa volesse dire avere capacità medianiche. Con ogni probabilità ho

sentito per la prima volta il termine «sensitivo» durante uno spettacolo televisivo. Ne azzeccai la pronuncia, non parliamo di comprendere la definizione. Era la parola che spiegava meglio il fatto che io sapessi delle cose sulle persone quando entravano in una stanza. Fu anche il motivo per cui la mia maestra di prima elementare dell'istituto cattolico, un giorno, mi trattenne dopo la scuola.

La pausa per il pranzo era terminata e tutti i bambini stavano tornando in classe. Avevo appena riposto il mio cestino della merenda a forma di orso Yoghi quando la maestra, la signora Weinlick, entrò nell'aula. Ci fissammo negli occhi e io sentii immediatamente scendere su di me una sensazione di tristezza. Mi avvicinai a lei e le sussurrai: «Tutto finirà bene. John si è solo rotto una gamba». Lei mi guardò seccata e replicò: «Di che stai parlando?». E io: «John è stato investito da un'automobile, ma sta bene. Si è solo rotto una gamba». Be', pensai che gli occhi le uscissero dalle orbite. Indicò il mio posto e mi disse di starmene lì seduto per il resto della giornata. Un'ora dopo entrò il preside e parlò con la signora Weinlick che, di colpo, impallidì e corse fuori dall'aula urlando.

4

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Il mattino seguente la signora Weinlick sembrava tornata quella di sempre, a parte il fatto che non smise mai di fissarmi. Mi chiese poi di trattenermi alla fine delle lezioni perché doveva parlarmi. Che Dio la benedica? Furono le sue parole a farmi scoprire il mio talento medianico. A quanto mi raccontò, il giorno precedente suo figlio John era stato investito da un'automobile ma, miracolosamente, si era soltanto rotto una gamba. Lei mi chiese: «Come facevi a sapere che sarebbe successo?». Cosa potevo rispondere? Lo sapevo e basta. Era stata una sensazione. Lei mi fissò e io iniziai a piangere. **Ero responsabile d'avere creato l'incidente e d'avere azzoppato suo figlio?**

La maestra mi calmò. «Molti bambini e adulti fanno le cose prima che accadano», osservò. Mi spiegò che io ero «uno dei messaggeri di Dio» e che Dio mi aveva concesso un dono speciale, e soggiunse: «Così un giorno potrai aiutare la gente». Mi mise in guardia perché non mi lasciassi mai turbare dalle cose che avrei potuto vedere nella mia mente. «Tu sei speciale», disse. Mi ammonì comunque di stare attento alle persone alle quali rivelavo

la mia **particolarità**.

Quella fu la prima spiegazione che mi diedero del talento medianico. Quando ci ripenso, ringrazio la signora Weinlick per la sua delucidazione che mi ha tanto aiutato. Se la maestra fosse stata una suora e non una laica, la mia vita sarebbe forse stata molto diversa.

Oggi capisco appieno la mia capacità di vedere e sentire cose che non sono di questo mondo reale. Il talento medianico, definito spesso **sesto senso**, è inteso anche come intuizione, sensazione viscerale, impressione, o una conoscenza che si ha di qualcosa. Tutti noi inoltre usiamo questa capacità ogni giorno senza neppure saperlo. Per esempio, avete pensato a qualcuno e pochi minuti dopo squilla il telefono e all'altra estremità della linea c'è proprio quella persona? Oppure sentite di dovere cambiare corsia nel traffico e poi scoprite che sull'altra corsia c'era stato un incidente? Forse andando al lavoro provate la sensazione che il vostro capo sarà di cattivo umore e, una volta in ufficio, notate che le cose stanno proprio così. Quante volte avete pensato a una canzone e pochi minuti dopo la sentite alla radio? Tutti questi sono esempi di facoltà sensitiva. Da dove proviene questo sesto senso? In greco il

5

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

termine «sensitivo» significa «dello spirito». Quando usiamo la capacità sensitiva, entriamo in sintonia con l'energia dello spirito, della forza naturale della vita che permea ogni creatura vivente. Da bambini siamo più sensitivi che da adulti, o forse non tanto più sensitivi quanto più aperti ai sensi paranormali. Non solo perché siamo ancora molto vicini all'altro lato della vita ma anche perché il linguaggio e i pensieri non sono ancora sviluppati, per cui facciamo affidamento sulle sensazioni o sull'intuizione per entrare in relazione con il mondo concreto. Tutti noi abbiamo visto un bambino mettersi a piangere quando viene preso in braccio da una persona e smettere immediatamente appena sorretto da un'altra. Il piccolo percepisce di certo una vibrazione più armoniosa o sicura con la seconda persona. Ecco perché i neonati vogliono sempre le loro madri. Tra madre e figlio esiste un forte legame sensitivo. Quante volte una mamma corre nella camera del suo bambino sapendo che avrà bisogno di lei appena sveglio? Questo legame diventa sempre più forte, e ben presto la madre percepisce i bisogni del suo piccolo senza alcun segnale verbale da parte sua.

L'energia sensitiva funziona anche nel regno animale e vegetale. Le piante sono estremamente sensibili, e spesso crescono rigogliose quando sentono di essere amate e curate in un ambiente amichevole e gentile. Ciò mi riporta alla mente una storia molto interessante. Quando ancora facevo l'impiegato, un giorno accompagnai a casa una collega. Mentre ero nel suo appartamento sentii un suono acuto, una vibrazione urlante, come se qualcuno fosse ferito e chiedesse aiuto. Mi guardai attorno e alla fine compresi cos'era: tutte le piante erano secche e stavano morendo. Stavano chiedendo a gran voce acqua. Lo dissi subito alla donna e lei mi rispose che non le annaffiava da più di due settimane. A molti forse l'idea di piante urlanti parrà strana. Allora consiglio di leggere alcuni libri sull'argomento, uno in particolare intitolato **The Secret Life of Plants** di Peter Tomkins. Dobbiamo renderci conto che la magia della VITA si presenta sotto ogni forma, foggia e dimensione, anche come pianta. Possiamo apprendere di più su queste forme di vita se ci prendiamo il tempo di ascoltare e di aprirci alla nostra capacità paranormale e alle energie che ci circondano.

Oltre al regno vegetale, anche gli animali fanno affidamento sul

6

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

sesto senso. Osservate il comportamento del vostro cane o del vostro gatto. Vi è mai capitato di vedere un cane acquattarsi o abbaiare senza tregua quando incontra una certa persona? O come tenda a stare vicino a una persona più che a un'altra mentre gira per una stanza piena di gente? O come un animale, durante disastri naturali - quali terremoti, tornado o cicloni - tenda a essere inquieto e disorientato e si nasconda spesso in un armadio o sotto un mobile? La bestiola non l'ha saputo dal notiziario in TV come noi. Lo sa e basta. Di solito gli animali percepiscono una calamità prima che colpisca. Sono anche molto sensibili all'ansietà umana. Se volete una previsione meteorologica, osservate il bestiame: prima di un temporale è facile vedere le mucche sdraiate nell'erba. Da sempre gli animali hanno fatto affidamento sul loro senso paranormale, sull'istinto di autoconservazione.

#### **Voglio vedere Dio da solo**

Ancora prima di prendere in considerazione la mia capacità sensitiva, riflettevo molto sull'esistenza di Dio. Sebbene fossi stato allevato nella fede cattolica e avessi frequentato per nove anni una

scuola cattolica, trovavo l'idea cattolica di Dio limitata e non realistica. Dovevamo credere in una divinità con fede cieca, e ciò mi sconcertava ancora di più. Ero tormentato da domande come: **Come facciamo a sapere che Dio esiste? Qualcuno ha mai visto Dio? Come fa Dio a creare le cose dal nulla? Chi ha scritto le storie della Bibbia? Sono vere?**

Per quanto desiderassi credere in un Dio forgiato dai riti e dalle leggi della chiesa, non sentivo un'esperienza personale di Dio dentro di me. **Era mio dovere seguire semplicemente le cerimonie quotidiane?** Sentivo che mi mancava un pezzo del puzzle. **Le suore mi avevano forse nascosto qualche particolare? Non avevo afferrato qualcosa alla messa che invece tutti gli altri avevano colto? Ero l'unico a mettere in dubbio le loro credenze?** La richiesta era abbastanza semplice per la mia giovane mente: **Dio, se ci sei, per favore, dammi una prova.**

La mia preghiera venne esaudita quando avevo otto anni. Una

7

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

mattina sul presto ero a letto quando sentii un forte colpo di vento sul viso. Mi tirai le lenzuola sul volto e lanciai un'occhiata alla finestra della mia stanza: era perfettamente chiusa. Mentre cercavo di immaginare il perché di quel colpo di vento, alzai gli occhi e vidi una grande mano, il palmo rivolto verso il basso, che scendeva dal soffitto. La mano brillava di una bianca luce palpitante. Ne rimasi ipnotizzato ma per nulla intimorito. Non capii cosa stesse accadendo ma, forse perché ero un bambino, non provai paura. Ero disposto ad accettare l'immagine che vedevo come reale. Mi sentii improvvisamente colmare di un meraviglioso senso di pace, amore e gioia.

Benché nessuna tonante voce di Dio (come spesso descritta nella Bibbia) avesse risposto alle mie domande o avesse rivelato il mio destino, io seppi che quella visione era Dio. Compresi anche che avrei fatto tutto il necessario per sperimentare di nuovo quella sensazione gioiosa. Iniziai a capire che nella vita c'era molto di più di quanto non mi venisse insegnato e di quanto io riuscissi a vedere con i miei occhi fisici.

La mano illuminata di Dio fu la mia prima esperienza di chiaroveggenza e, sebbene l'effetto fosse stato impressionante, non ne parlai con nessuno. Era il mio segreto, e comunque non mi

avrebbero creduto, lo sentivo. In seguito avrei appreso molto di più sulla chiaroveggenza, quando la mente è colpita da immagini, forme, scene, spiriti, volti e luoghi remoti non visibili dall'occhio umano. Per esempio, prima di addormentarci alla sera, gli occhi della mente vedono una quantità di differenti forme, facce e scenari. La chiaroveggenza è come vedere queste immagini nella mente. Spiegherò più a fondo questo concetto nel secondo capitolo.

### **Una seduta spiritica [un sabato sera sul presto]**

Dopo la sorprendente dimostrazione della mano, mi convinsi dell'esistenza di Dio. Dopotutto, solo Lui poteva manifestarsi dal nulla. Mi venne, tuttavia, in mente un'altra serie di domande. Mi affascinava il concetto di morte e ciò che succede dopo.

Mi ritrovai a pormi domande tipo «e se...» sul paradiso e la vita dopo la morte. **Esiste un luogo dove andiamo dopo essere**

**8**

### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

**morti? Ci sono veramente un paradiso, un inferno, o un**

**luogo intermedio? La vita è infinita?** Tutto ciò che sapevo era quello che mi era stato insegnato alla scuola cattolica, quindi troppo di parte. **Cosa pensa l'altra gente di Dio e della vita**

**dopo la morte?** Volevo capire. Volevo saperne di più. Volevo investigare più a fondo. Non immaginavo certo che di lì a poco sarebbe iniziata un'avventura soprannaturale.

Scott e io eravamo grandi amici. Giocavamo a pallone e facevamo insieme tutte le tipiche cose da bambini. Ci dedicavamo anche ai soliti giochi paranormali, che a quanto pare erano parte della crescita per la maggior parte dei nostri coetanei. Scherzando ponevamo domande alla Sfera magica nera, ma i nostri sorrisi svanivano di fronte a risposte tipo: **Risposta confusa. Chiedete di nuovo.** Come faceva a saperlo veramente? Contattavamo gli spiriti su una tavola Ouija, sebbene ciascuno di noi credesse segretamente che fosse l'altro a muovere la tavoletta. E così ci parve normale un sabato mattina decidere di fare una seduta spiritica quella stessa sera, alle sette. Le sette era l'ora più vicina all'**ora delle streghe** cui qualsiasi dodicenne potesse avvicinarsi.

Ricordo vivamente quel giorno. Sembrava prolungarsi all'infinito. In testa mi passarono le immagini di ogni film di Vincent Price che avevo visto. In qualche modo sapevo che quella sarebbe stata una serata speciale, che sarebbe accaduto qualcosa di fantastico. Alle sei e tre quarti ero troppo ansioso per attendere oltre. Due ore



prima avevo trovato una candela bianca che mi ero messo in tasca pensando che ne avremmo avuto bisogno per la seduta. Corsi a casa di Scott a tempo di record. Un saluto veloce ai suoi genitori e di corsa nello studiolo. Porsi al mio amico la candela, lui l'accese e la sistemò solennemente al centro di un portacenere su una tavola posta in mezzo a noi. Chiudemmo le finestre, spegnemmo la luce, ci sedemmo uno di fronte all'altro e aspettammo. Eravamo entrambi un po' agitati, anche se ci eravamo detti che si trattava solo di uno scherzo. L'atmosfera era adeguatamente spettrale. La candela creava strane ombre sulle pareti della stanza, illuminando i nostri volti d'uno strano splendore. La parte migliore del gioco era scoprire chi si sarebbe spaventato e sarebbe fuggito per primo. Rimanemmo seduti in silenzio per trenta minuti. Alla fine, non ce la feci più.

9

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

«Che succede ora?» chiesi impaziente.

Scott scrollò le spalle. «Forse dovremmo chiedere di parlare con qualcuno».

Era il primo anniversario della morte di Janis Joplin, per cui Scott suggerì di invocare lei. Scandimmo ad alta voce il nostro appello a Janis per circa dieci minuti. Aspettammo. Nulla. Invocammo di nuovo Janis. La fiamma della candela rimase immobile. Nessun colpetto misterioso sulla tavola. Nessun freddo alito di vento.

Attendemmo ancora un po'. I nostri occhi sfrecciavano di continuo per la stanza alla ricerca di un qualsiasi movimento, di un qualche segno che indicasse l'arrivo di Janis. Eravamo solo due dodicenni che si stavano annoiando.

Decisi di porre un'ultima volta quella domanda. «Janis, se sei nella stanza, dacci un segno muovendo la candela», domandai con la mia voce più profonda, più melodrammatica.

La candela tremolò leggermente. All'improvviso la fiamma si piegò verso sinistra e rimase in quella posizione per un secondo. Si spostò poi a destra e mantenne quella posizione. Scott e io rimanemmo agghiacciati. La fiamma iniziò a muoversi freneticamente da sinistra a destra e da destra a sinistra.

Nessuno dei due riusciva a respirare. Qualsiasi cosa stesse muovendo la fiamma della candela, di certo non eravamo noi.

Eravamo troppo pietrificati per fare qualsiasi cosa. Di colpo la candela si spense e la stanza cadde nella più completa oscurità. In



un impeto di coraggio, corremmo fuori urlando e ci gettammo tra le braccia sicure dei genitori di Scott.

Avevamo contattato Janis Joplin? Chi lo sa? Credo che avessimo aperto l'accesso a qualcosa o a qualcuno che non faceva parte del mondo reale. Per ironia della sorte, quello che era cominciato come uno scherzo tra due ragazzini fu un'iniziazione in un certo senso divertente a ciò che poi è diventata la mia professione.

### **Altri fenomeni paranormali**

Nel ricordare altri eventi della mia infanzia, devo ammettere di avere avuto molte esperienze strane e spirituali. Penso di poter dire

10

### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

che l'esperienza della seduta spiritica sia stata la più drammatica in senso macabro. Ma non fu che una delle numerose esperienze simili che ora so essere state precorritrici di una vita intessuta di spiritismo, suspense e mistero. Il credo della mia esistenza è sempre stato questo: L'IGNOTO E' QUALCOSA CHE NON E' STATO ANCORA SCOPERTO. Faceva parte della mia natura scovare l'inspiegabile e trovare risposte. Per questo la curiosità mi avrebbe portato spesso in posti che nessuno ama frequentare. Da bambino ho spesso trovato una gran varietà di giochi, libri e svaghi che mi davano conferme sull'esistenza del mondo occulto.

Ero particolarmente attratto dagli edifici e dai cimiteri «abitati» da spettri.

Mi intrigava l'idea che una casa contenesse forme viventi invisibili che gironzolavano per i corridoi. Il detective che è in me prendeva il sopravvento, e io non potevo riposarmi finché non avevo risolto il mistero che mi trovavo davanti.

La Bell House era uno di quei misteri. Era un edificio dalla struttura minacciosa, nascosto sotto un intonaco grigio vecchio e scrostato; le imposte erano logore e cadenti dai cardini, alcune erano mezzo chiuse su intelaiature gialle. Bell House era piena di vita in un secolo da tempo dimenticato, quando cavalli e carretti percorrevano le strade e il bestiame pascolava pigro sui prati. La casa, o maniero, come era conosciuta, era una vista inquietante celata dietro alberi altissimi, posti lontano dalla strada selciata. Ai miei occhi di bambino le sue guglie parevano tendersi su fino a raggiungere la stratosfera. Bell House era stata abbandonata da più di cinquant'anni, ma era rimasta un punto di riferimento spaventoso sulla via per andare e tornare da scuola. Ricordo come

noi ragazzini ci passavamo davanti il più velocemente possibile a causa delle storie sorte attorno a essa, come quella di una vecchia signora dai capelli bianchi i cui continui lamenti si sentivano per tutta la casa.

Secondo questa leggenda, la vecchia signora aveva avuto un figlio che faceva il mercante marittimo. Dopo molti mesi di ozio, lei aveva insistito perché lui riprendesse il mare. Il figlio era partito malvolentieri e non si rivide mai più. A quanto pare c'era stato un peggioramento del tempo e la nave sulla quale viaggiava era affondata durante una tremenda burrasca. Nessuno era

11

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

sopravvissuto. Ma la madre del giovane non aveva mai accettato la realtà della sua morte, e aveva pensato che il figlio fosse fuggito. Da quel momento la si vide spesso girovagare per le stanze alla ricerca del ragazzo, urlando disperata per tutta la notte. Di tanto in tanto lasciava una candela accesa con la speranza che il figlio la vedesse e venisse così guidato verso casa. Quella, comunque, non era la parte peggiore. Tutti noi ragazzi sapevamo che, se ci fosse capitato di guardare la casa e di fissare il volto della signora, lei sarebbe venuta nella nostra camera da letto di notte mentre stavamo dormendo e ci avrebbe portati a vivere per sempre con lei!

I miei amici e io non dimenticavamo mai la storia di Bell House e, anche se non era vera, di certo aggiungeva un po' di eccitazione al percorso altrimenti noioso tra casa e scuola e ritorno. Diventato un po' più grande, verso i dieci, undici anni, non credetti più all'innocua leggenda della vecchia signora ma la casa continuò ad affascinarci. Mi ci fermavo davanti e fissavo la finestra al primo piano con la speranza di intravedere il barlume della candela accesa o di sentire i sommessi mormorii di un pianto. C'era decisamente qualcosa, là dentro, qualcosa di misterioso. Lo sapevo. Sembrava che mi chiamasse, e io dovevo rispondere all'appello.

Un giorno lo feci. Scott, che avevo nominato mio complice mistico, e un paio di altri coraggiosi ragazzi del quartiere decisero di seguirmi. In qualche maniera dovevamo trovare un modo per entrare nella casa. Stabilimmo che la via migliore era dal retro, praticamente sepolto sotto gli alberi.

Nessuna recinzione ci impedì l'accesso, per cui l'impresa fu

ancora più facile di quanto avessimo pensato. Dopo avere superato gli alberi, i nostri occhi si fissarono su un decrepito edificio in legno in pessime condizioni. La fortezza che era stata oggetto di tanti terribili racconti spaventosi non era altro che un rudere.

Accanto alla porta sul retro c'era, per nostra fortuna, una finestra. Mentre uno dei ragazzi faceva la guardia, noi strappammo un'asse dalla finestra. Uno sprazzo di luce colpì un secolo di buio. Con cautela entrammo carponi nella casa dall'aspetto fatiscante e che a malapena era ancora in piedi. Appena mi trovai nella stanza mi sentii rabbrivire. Ma invece di provare, come avevo pensato,

12

#### MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh

paura e orrore provai gioia e allegria. Mentre mi guardavo attorno osservai quello che sembrava un enorme soggiorno, più lungo che largo. La pioggia aveva macchiato i muri e ammuffito la tappezzeria rosa che pendeva strappata e a brandelli. In alcuni punti nelle pareti si erano aperti enormi buchi. Mentre camminavo per la stanza provai la strana sensazione che quello fosse il luogo dove venivano tenute cene danzanti. Potevo quasi vedere la gente passarmi accanto ballando il valzer. In un angolo dell'enorme salone immaginai una piccola orchestra suonare per gli invitati fino alle ore piccole del mattino. All'estremità opposta entrai poi in una stanza che con ogni probabilità era stata una sala da pranzo tanto grande da poter ospitare un discreto numero di persone. Potevo immaginare la tavola del banchetto ricoperta dai cibi più squisiti. Sopra la tavola candelabri d'argento illuminavano i piatti. All'improvviso venni strappato dalle mie fantasticherie dall'urlo di Kevin.

«Porca miseria, guardate quella roba!» gridò.

Quando tornai da Kevin e dagli altri nella prima sala vidi quello che lo aveva tanto eccitato. Sparpagliati sul pavimento c'erano libri e fotografie di ogni forma e dimensione. Molti volumi riguardavano il merchandising, il commercio e l'arte della navigazione. Altri erano libri contabili pieni di numeri scritti a matita. Mentre osservavamo i registri nautici, impallidimmo? Ci girammo verso la porta, alla ricerca della più vicina via di fuga. Di colpo ricordammo i racconti d'infanzia sul figlio mercante e sua madre. **Alla fin fine era tutto vero?** Rabbrivimmo al pensiero di quello che poteva capitarci. **E se il posto fosse stato veramente infestato e ci fossero stati dei fantasmi acquattati nei corridoi?** Non so se

per farci passare da duri, ma nessuno di noi avrebbe mai ammesso di essere spaventato a morte, anche se sapevo che stavamo tutti tremando da capo a piedi. Decidemmo di continuare a indagare rimanendo vicini.

Raccolsi un paio di fotografie da terra e le guardai: erano foto di bambini. Una era di un neonato e l'altra di due ragazzi elegantemente vestiti; erano tanto simili che non potevano essere che fratelli. Mentre tenevo in mano la fotografia, provai la sensazione che qualcuno fosse dietro di me. Conoscete quella sensazione, quando pensate che qualcuno vi stia camminando alle

13

### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

spalle? Era esattamente così. Terrorizzato, lasciai cadere immediatamente la foto. **Era la signora dai bianchi capelli che veniva a catturarmi!** Lentamente girai la testa per guardare dietro di me e non vidi nulla. **Doveva essere stata la mia immaginazione.**

Poi successe la cosa più strana. All'improvviso mi balenò l'idea di andare all'angolo della stanza e di raccogliere la fotografia più vicina alla parete. E così feci: attraversai la stanza, mi chinai e raccolsi la fotografia. Dall'istantanea incorniciata mi fissava un'affascinante signora che indossava un lungo abito scuro, uno splendido bouquet in mano; aveva un viso dolcissimo e occhi profondi che parevano guardarmi attraverso; i capelli erano legati a crocchia e trattenuti da un nastro. Mentre tenevo la fotografia vicina a me, sentii che questa donna era la madre dei bambini. Non so descrivere esattamente come lo sapessi, ma lo sapevo. Abbassai gli occhi e vidi la foto di un uomo con i baffi, le braccia conserte e gli occhi fissi. Raccolsi pure quella. E mentre la tenevo in mano seppi che lui era il marito della donna. Ebbi l'impressione che fosse una famiglia che dava spesso ricevimenti, doveva essere stata gente molto ricca e influente. Mentre osservavo altre foto di famiglia, conclusi che dovevano avere anche un qualche legame con la politica. Non riuscii a spiegare queste sensazioni ai miei amici, e quelli pensarono di certo che fossi matto o che avessi una fantasia sfrenata. Io comunque sapevo che c'era una qualche forza che mi aveva spinto verso quell'angolo della stanza. **Che cos'era? Chi era? Perché sapevo che questa famiglia amava dare ricevimenti o che era immischiata nella politica? Me lo stavano dicendo i fantasmi che ancora percorrevano le sale?**

## **La storia della signora dai capelli bianchi e del figlio mercante era forse vera?**

Trovai le risposte a tutte queste domande tre anni dopo. Non me ne dimenticherò mai. Ero a casa, e tra la posta appena arrivata c'era un opuscolo della Bayside Historical Society intitolato **Bayside, ieri e oggi**. Il libriccino descriveva come il paese fosse stato dapprima abitato da varie tribù indiane, poi dagli olandesi, e infine da mercanti inglesi. Il mio interesse si risvegliò comunque solo quando arrivai alla parte su Bell House.

Abraham Bell, un ricco mercante navale, aveva acquistato

**14**

### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

trecento acri di terra su cui aveva costruito nel 1849 una residenza per la sua famiglia piuttosto numerosa composta da due figli molto vicini d'età. Quello di Bell fu uno dei primi insediamenti a Bayside. Continuai a leggere. I Bell facevano parte dell'élite e amavano ricevere spesso funzionari municipali di New York e molti politici di Washington. Ero affascinato. Girata la pagina, spalancai gli occhi: le foto del signore e della signora Bell mi fissavano, proprio le due fotografie che avevo tenuto in mano tre anni prima! Era la conferma delle sensazioni provate durante quella visita sorprendente.

Le mie altre esperienze sconcertanti avvennero tutte all'età di dieci o undici anni. Durante la pausa pranzo, un gruppo di noi ragazzini, annoiato, voleva fare qualcosa di diverso invece di dare calci a un pallone o saltare la corda con le ragazze. Alcuni fra i più scalmanati andavano in città a vedere di riuscire a rubare qualcosa - il più possibile - in qualche bottega senza farsi prendere. Quando tornavano a scuola nel pomeriggio esibivano orgogliosi il loro bottino, di solito penne, righelli e segnalibri. (Una fantastica attività extrascolastica per alunni di un istituto cattolico!).

In ogni caso, dato che io non ero né scalmanato né ladro, facevo ciò che secondo me era una cosa ardita. Il Lawrence Cemetery era un camposanto privato ed era stato costruito nei primi anni del 1800. Da allora è un punto di riferimento storico. In una di queste gite della pausa pranzo ebbi un'esperienza molto interessante e avvincente. Assieme a due compagni stavo finendo di mangiare seduto sotto un albero. Ci stavamo godendo la soleggiata e calda giornata primaverile nella tranquillità del cimitero e stavamo prendendo in considerazione l'idea di marinare la scuola per il resto

della giornata. Mentre ne discutevamo, udimmo all'improvviso due bambini ridere non molto distanti da noi. Ci girammo, ma non vedemmo nulla. Pensammo che ci fossero dei bambini in un cortile vicino e che le voci fossero arrivate fino a noi. Ebbene, dopo avere accolto con favore questa spiegazione, udimmo di nuovo le risate. La faccenda ci parve molto strana e ci spaventò non poco. Decidemmo allora di scoprire la fonte delle risate. Mentre ci dirigevamo verso quella zona, udimmo nuovamente i bambini ridere. Ancora non vedevamo niente per cui continuammo a camminare, anche se riluttanti.

15

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

A un tratto, arrivati più vicini, il mio amico Peter gridò: «Guardate!». Vedemmo due bambini piccoli, un maschietto e una femminuccia che si assomigliavano. Avranno avuto circa cinque o sei anni. Quando ci avvicinammo, i due fuggirono e noi non riuscimmo a trovarli. Fu questa la parte strana. Eravamo andati al cimitero molte volte e non ci avevamo quasi mai trovato qualcuno, di certo nessun bambino. Pensammo fosse meglio tornare a scuola. Mentre ci giravamo per andarcene, il mio amico Tim gridò: «Guardate qui». Stava fissando qualcosa. Era una lapide con i nomi di due bambini, sorella e fratello, morti all'età di quattro e cinque anni! **Era stata un'apparizione?** Sinceramente non posso dirlo, e i miei amici non ne vollero mai più parlare.

Queste esperienze avrebbero potuto predire il mio futuro se, ai tempi, fossi stato in grado di capirle. Ma da ragazzino in altri sensi più che normale mi interessavano di più cose come la Little League, il baseball e altri giochi di pallone.

#### **Crescere in una scuola cattolica**

Tra uno spasso e l'altro, case infestate da spettri e cimiteri, frequentavo la scuola cattolica del Sacro Cuore. Come molti bambini della mia età, non compresi mai a fondo il concetto di Dio. Pensavo che Dio fosse un uomo gentile con la barba che ci amava ma che, se avessimo fatto qualcosa di sbagliato, ci avrebbe odiati e noi saremmo bruciati all'inferno per punizione. Un po' agghiacciante per un bambino, non credete? Ricordo le volte in cui, seduto in chiesa, osservavo l'affresco sopra l'altare. Era uno splendido e antico ritratto di Gesù che sorrideva al mondo. Ricordo di avere pensato: **Come può una persona simile farti bruciare all'inferno?**

Un'altra cosa che ci insegnavano a scuola era che, se recitavamo le preghiere, Dio le avrebbe sentite e ci avrebbe risposto. Ecco, non ricordo che abbia risposto a una sola delle mie preghiere. Questo concetto proprio non riuscivo a comprenderlo. Da piccolo continuavo a porre domande su Dio, ma poche ricevettero una risposta. E quelle poche non appagavano la domanda originale ma suscitavano altri quesiti. Per esempio, le suore indossavano abiti  
16

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

neri enfatizzati da un soggolo bianco. La prima volta che posi gli occhi sulle religiose così abbigliate, mi spaventò l'idea di dover frequentare quella scuola. Quelle donne, tutte vestite di nero, non assomigliavano alla mia immagine di **mogli di Dio**. Quando chiesi perché si vestissero di quel colore, nessuna si degnò di spiegarmelo.

Fin da piccolo avevo un'idea del paradiso: sebbene lo immaginassi con cancelli perlacei, angeli con le ali e così via, sapevo che era qualcosa di più; sapevo che, una volta in cielo, avremmo visto tutti i nostri amici e familiari morti prima di noi. Le suore ammettevano che avremmo incontrato i nostri cari in paradiso ma li descrivevano come **anime**. Non ho mai capito cosa fosse un'**anima**. Sapevo che le persone defunte continuavano a vivere in paradiso, ma se vivevano in paradiso, **dove erano le loro anime? L'anima era una parte di loro?** Queste domande ancora una volta sconcertavano le religiose. Immancabilmente replicavano: «Stai zitto e non porre tante domande». Poi aggiungevano: «Un giorno scoprirai dove vanno a finire le anime e allora vorresti non avere fatto una simile domanda». Penso volessero dire che l'avrei scoperto una volta morto.

Ricordo un evento - ero in seconda elementare - che mi fece dubitare ancora più di Dio. Non avevo la matita del colore giusto per una data lezione, e suor Matilda mi schiaffeggiò tanto forte che finii a terra e persi per un attimo i sensi. Quando mi risedetti lei era già dall'altra parte dell'aula. Era evidente che il mio benessere non la preoccupava molto. Avevo solo sette anni? Ricordo d'aver pensato: **Perché mi ha picchiato? Non ho fatto male a nessuno. Non ho fatto nulla di male. Come può una persona che dice che dobbiamo amarci l'un l'altro, una persona che è sposata con Dio, trattarmi in questo modo?** E così, fin da piccolo, la mia fede e la mia fiducia nella chiesa cattolica furono in



delicato equilibrio tra ciò che veniva predicato e ciò che veniva dimostrato. Rimasi dubbioso.

Continuai a frequentare il Sacro Cuore per via della mia decisa madre irlandese e cattolica. Lei assisteva ogni giorno alla messa e sosteneva che quella era l'unica via per il paradiso. Quando le ponevo domande su altre religioni, lei le definiva semplicemente «quelle pagane». (Secondo la chiesa cattolica, la fede cattolica è

17

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

l'unica vera religione). Io non volevo essere un pagano o bruciare all'inferno, per cui rimasi in quell'istituto, sempre comunque scettico nei riguardi di quelle grosse signore che tanto assomigliavano a pinguini!

Con il senno di poi, posso capire perché le suore maltrattassero tanto i bambini e perché alcuni (non tutti) i preti diventassero alcolizzati, molestassero i bambini e avessero storie d'amore. Credo sia molto difficile, quasi inumano, vivere sempre in stato di grazia. In fondo siamo solo esseri umani! Ci sono naturalmente persone capaci di mantenere uno stile di vita austero, e tanto meglio per loro. Per la maggioranza, tuttavia, è impossibile. Non stupisce quindi che ci sia stato un enorme calo di seminaristi e novizie. La chiesa cattolica ha un sistema di credenze estremamente arcaico; in molti sensi ha una disposizione mentale da quindicesimo secolo. La vita continua a cambiare e a evolversi. Ciò che era vero per i nostri antenati, potrebbe non valere più per noi. Noi cresciamo e ci espandiamo continuamente come esseri sulla terra. Invece di etichettarci reciprocamente secondo credenze religiose, dobbiamo vederci come un tutto unico e uguale. Non sto dicendo che la religione sia una cosa sbagliata. Al contrario: se la maggior parte di noi praticasse gli ideali delle religioni che seguiamo, questo mondo sarebbe certamente un posto molto più felice in cui vivere. Nessuno verrebbe ucciso da un colpo di fucile in una strada di quartiere o in una guerra. Purtroppo ritengo che ai capi delle religioni interessi più ottenere il potere qui sulla terra che preparare i propri fedeli alla salvezza eterna.

#### **La vita di seminario non faceva per me**

Dopo otto anni al Sacro Cuore, frequentai l'Eymard Preparatory Seminary a Hyde Park a New York. Il sacerdozio era un'idea di mia madre, non mia. Ma io avevo sempre desiderato andare via dalla mia città natale, e perciò considerai quell'occasione un'opportunità.

L'esperienza del seminario fu molto dura. Per la prima volta ero lontano da casa, avevo nostalgia e mi sentivo abbandonato. Avevo quattordici anni ed ero molto depresso. Per mia fortuna scoprii che molti miei compagni vivevano nello stesso stato emotivo. Se c'è

18

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

una cosa che la chiesa cattolica insegna bene è che soffrire per lo stesso motivo unisce. Alla fine tutti ci abituiamo.

In seminario mi ritrovai ancora una volta in un ambiente disciplinato e ordinato. Essendo sensibile, coglievo spesso le frustrazioni di preti e confratelli, sentivo che la maggior parte di loro avrebbe preferito uno stile di vita laico, ma per una qualche ragione avevano dedicato anima e corpo al Signore. Anch'io, da seminarista, volevo donare tutto me stesso a Dio ma non volevo diventare un prete o un frate perché quello stile di vita era troppo limitante. Dubitavo inoltre dei dogmi espressi nella messa come assolute verità. Per di più, come alle elementari, non ero persuaso che la mia religione riguardasse interamente Dio. Mi pareva ci fossero troppe regole e norme e mancasse una sufficiente manifestazione della parola divina nel mondo. L'unica azione costante era la raccolta di offerte monetarie.

Durante il primo anno riflettei spesso sulle mie domande concernenti Dio. Ho sempre tenuto segreti quei pensieri perché temevo che mi avrebbero considerato pazzo. Spesso, durante la messa, me ne stavo lì seduto a meditare sul concetto: **Chi o cosa è Dio?** Quando lo facevo, mi tornava alla mente l'esperienza della mano tesa circondata di luce e pensavo: **E' stata la stessa mano che mi ha fatto finire la scuola cattolica? E' stata la stessa**

**mano che mi ha indirizzato al seminario?** Più quesiti mi ponevo, più incerto mi sentivo nei riguardi della religione. Perché le mie domande non ricevevano risposta? Non sarebbe passato molto tempo prima che lo scopriessi.

Accadde durante la settimana di Pasqua, e precisamente il venerdì santo. Dall'altare erano stati rimossi tutti gli ornamenti, le statue e le croci erano state coperte con un panno. L'ostensorio era stato sistemato su un altare laterale. (L'ostensorio è una grande croce d'oro decorata che contiene le ostie consacrate che rappresentano il corpo di Cristo). Tutti gli studenti a turno meditavano davanti all'ostensorio. Non avevamo delle preghiere prestabilite, per cui ci affidavamo completamente a ciò che

provavamo. Ogni ragazzo s'inginocchiava o sedeva per trenta minuti alla volta per l'intera settimana. Quando mi trovai lì, quel venerdì santo, fu con ogni probabilità la prima volta che percepii il senso del divino dopo l'esperienza della

19

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

mano. Sedevo fissando l'incredibile opera d'arte in oro decorata con fiori. Continuai a fissarla e dopo venti minuti mi accorsi che Dio era lì. Non una persona in piedi **accanto a me**, ma una sensazione di pace e di quiete **dentro di me**. Era la stessa identica sensazione provata quando avevo otto anni. Ancora una volta sentii che era la prova che stavo cercando, la prova che Dio esisteva. Sapevo che le schiere angeliche non erano fuori di me, ma che erano nel mio cuore. Egli era dentro di me. Mi trasmetteva non parole ma sentimenti dell'incredibile amore che il Creatore provava per me e di cui io ero una parte. Compresi allora che questa sensazione di Dio non la si trovava soltanto in un seminario o in chiesa ma ovunque e in ogni cosa. **Dio era illimitato**. Avevo finalmente ricevuto la risposta e compresi che quello era il motivo per cui ero in seminario. Dovevo accogliere in me questa rivelazione. Da quel giorno non dubitai più della Sua esistenza. Dovevo soltanto guardare nel mio cuore per vederlo chiaramente.

A quel punto non mi sentii più obbligato a terminare gli studi in seminario: lì non avevo più nulla da imparare. Perché, se gli insegnanti si erano proposti di prepararmi a capire la presenza del divino, allora ci erano riusciti. Mi resi conto che Dio era una parte di me e di tutto ciò che facevo. Egli era amore e non punizione, comprensione e compromesso, giustizia e sincerità. Compresi che tutti noi abbiamo Dio dentro di noi.

La vita del seminario mi insegnò molte cose e in retrospettiva sono riconoscente d'aver fatto quell'esperienza. Avevo trovato il senso della mia identità che prima mi mancava. Fui costretto a trattare con il prossimo e a riconoscere il bene e il male.

Ironicamente parlando, il seminario mi ha anche aiutato a rendermi conto che il cattolicesimo non faceva per me. Trovai qualcosa di più intenso e profondo in cui credere: Dio. Non era il Dio che sedeva su un trono in paradiso o il figlio di Dio appeso a una croce. In me era presente il Dio dell'amore.

Dopo la scoperta mi resi conto di non potere più continuare ad adorare un Dio gravato dalle regole antiquate e variabili della

chiesa. Non potevo più credere in una mitologia focalizzata sul senso di colpa e la punizione.

Ancora oggi ritengo incredibile che la chiesa cattolica insegni simili cose. Per favore, non fraintendetemi! Ognuno ha il diritto di  
20

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

credere nel modo che ritiene adatto a sé. Io mi sto soltanto riferendo alle mie esperienze.

#### **Comunicazione con l'altra parte**

Abbandonai il seminario alla fine del primo anno e per i successivi tre frequentai una scuola superiore pubblica a New York. Mi trasferii ancora una volta quando mi iscrissi al San Francisco State College per diplomarmi in scienza della comunicazione radiofonica e televisiva. Sognavo di diventare sceneggiatore. Il destino fece sì che, mentre coordinavo una conferenza con lo staff creativo di **Hill Street Blues**, stringessi amicizia con uno dei produttori dello spettacolo. Quando gli dissi che mi sarei diplomato entro poco, lui mi offrì quello che io ritenni fosse la mia prima grossa opportunità. Non dimenticherò mai quelle magiche parole: «Telefonami quando arrivi a Los Angeles. Potremmo inserirti nello spettacolo come assistente di produzione». **Un assistente di produzione!** All'improvviso era iniziata la mia vita.

Dopo il diploma tornai a New York ma solo per acquistare un'automobile, fare i bagagli e dirigermi a ovest. Misi piede a Los Angeles il sette luglio 1982. Finalmente ero nella massima divisione. Avevo scalato la vetta? Giurai che non me ne sarei andato da Tinsel Town, la scintillante Hollywood, finché non avessi realizzato il mio sogno e non fossi diventato uno scrittore. Telefonai al mio amico, il produttore, per fargli sapere che ero pronto a iniziare una nuova vita. Ma lui non era disponibile.

Guadagnai qualche soldo facendo lavori temporanei finché non iniziai a lavorare a tempo pieno nel sotterraneo dell'agenzia William Morris. Avevo l'affascinante responsabilità di estrarre dagli schedari elementi essenziali che venivano organizzati in microschede. Passai la maggior parte del tempo sognando a occhi aperti di essere diventato un famoso sceneggiatore e di vivere alla grande. Anche se l'occupazione del momento non era il mio sogno, sentivo alla bocca dello stomaco la strana sensazione che per me fosse importante rimanere dov'ero. Molto presto ne scoprii il motivo. Un giorno la mia sovrintendente, Carol Shoemaker, e io stavamo

parlando di metafisica. Lei aveva un appuntamento con un medium  
21

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

di nome Brian Hurst. «Vuoi venire con me?» mi chiese. Io non avevo alcuna idea di cosa fosse un medium, ma colsi al volo l'opportunità di lasciare la stanza della corrispondenza e scoprire qualcosa di nuovo.

Giungemmo a Manhattan Beach pochi minuti prima delle sette, l'ora dell'appuntamento. **Può darsi che davvero le sette fosse l'ora delle streghe.** L'intera faccenda mi innervosiva un po'. La mia mente continuava a tornare alla seduta spiritica con Scott e Janis. Cominciai a chiedermi se contattare i morti fosse proprio una buona idea.

Il sorridente inglese dai grandi occhi verdi che ci accolse alla porta non mi tranquillizzò. Quando si presentò, lo trovai un po' troppo allegro per il suo genere di lavoro. Nell'entrare in casa sua la mia mente cominciò a girare a doppia velocità, evocando immagini dei demoni che questo stregone avrebbe potuto liberare. Ciò nonostante Carol e io ci accomodammo sul confortevole divano d'un brillante arancione. Eravamo pronti per il viaggio? Non ne ero certo.

Brian spese la mezz'ora seguente descrivendo ciò che avremmo sperimentato. Ci spiegò che lui era un chiaroudiente, riusciva letteralmente a sentire le voci degli spiriti. Disse: «Il popolo degli spiriti ha una vibrazione molto veloce - parlano molto rapidamente - a volte sembra simile all'alfabeto Morse. Ricevo informazioni in suoni brevi e intermittenti». Verso la fine della spiegazione disse a Carol che suo padre era in un angolo della stanza. «Sembra si sia fatto male a un dito».

Carol rispose che il padre si era tagliato un dito poco prima di morire. Era sbalordita. Come lo sapeva? Seduto sul bordo del divano pendeva dalle labbra del medium.

Brian continuò parlando del padre di Carol. Non c'erano, tuttavia, né candele che si muovevano né colpetti su tavoli.

Venti minuti dopo l'uomo si rivolse a me. Disse che c'era uno spirito di nome James che mi mandava saluti affettuosi e diceva di essere interessato alla mia vita. Non avevo alcuna idea di chi potesse essere. In seguito appresi di avere avuto uno zio James che era morto alcuni anni prima.

Verso la fine della seduta Brian disse: «Sa, James, lei ha poteri

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

medianici. Gli spiriti mi stanno dicendo che un giorno lei terrà simili consulti ad altre persone. Gli spiriti hanno intenzione di utilizzarla». Non seppi come reagire a questa dichiarazione. In fondo i miei obiettivi viaggiavano in una direzione del tutto diversa. Non ero pronto a dare alla mia vita una svolta di centottanta gradi. Con una certa agitazione risposi: «Ho abbastanza problemi a capire i vivi. Perché mai dovrei voler parlare con i morti?».

Brian sorrise e mi disse: «Un giorno lo desidererò».

**Lo studio dei miei poteri sensitivi**

Per mesi dopo quella seduta la previsione di Brian mi ossessionò. Quel giorno il medium ci spiegò che non tutti erano in grado di alzare le loro vibrazioni a un livello che permettesse loro di entrare in diretta comunicazione con il mondo degli spiriti. «Per sua fortuna lei, James, riuscirà a fare tale regolazione».

Il contatto di Brian con il mondo degli spiriti mi affascinò e la sua valutazione della mia capacità di fare la stessa cosa m'intrigò. La mia curiosità infantile tornò di colpo a galla. **Perché io? Che**

**avevo fatto per essere adatto a fare questo?** In cuor mio sapevo che quella sarebbe stata la mia vita futura, e tutte le mie esperienze mi avevano preparato a questa piega degli avvenimenti. La testa, tuttavia, non si rassegnava a un'idea tanto assurda.

Dopotutto, non era proprio la vita che avevo programmato. **E la carriera di scrittore? Non è forse questa la ragione per cui sono a Los Angeles? C'è veramente un altro piano per me?**

Decisi di valutare le mie capacità medianiche e di capire da solo. Comperai ogni libro che aveva a che fare con lo sviluppo paranormale o medianico. Molti testi descrivevano differenti tecniche per accrescere la capacità medianica innata che tutti possediamo. Ecco alcune delle numerose tecniche: avrei dovuto tenere in mano un oggetto, chiudere gli occhi e capire quali **sensazioni** captavo su quell'oggetto. Esse potevano apparire sotto forma di immagini, suoni, nomi o emozioni. Un'altra tecnica era quella di tenere in mano la fotografia di una o più persone e di scrivere su un foglio di carta tutto ciò che veniva in mente su di

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

loro: età, simpatie e antipatie, se erano felici, tristi, tese, preoccupate per qualcosa e così via. Uno degli esercizi coinvolgeva un intero gruppo di gente. C'era chi doveva sedere su una sedia e



volgere la schiena al gruppo. Qualcun altro si sarebbe messo a circa sessanta centimetri da chi era seduto, che avrebbe poi dovuto descrivere tutto ciò che «sentiva» riguardo alla persona in piedi. Era un'energia maschile o femminile? Quali erano i suoi lineamenti? Doveva descriverne gli abiti e dire se portava o no occhiali.

Tutti quegli esercizi erano studiati per aiutarmi a usare le sensazioni invece della testa per percepire il mondo attorno a me. Ne inclusi ben presto molti nella mia vita giornaliera. Per esempio, andando in ufficio cercavo di indovinare quale ascensore sarebbe arrivato prima. Oppure cercavo di vedere intuitivamente i colori degli abiti indossati dai colleghi. Più spesso usavo l'intuizione e più spesso le mie supposizioni erano esatte.

In numerose occasioni ho trovato questi esercizi molto utili e divertenti allo stesso tempo. Ricordo di avere organizzato un incontro nella sala conferenze, sul posto di lavoro, e di avere cercato di indovinare quante persone sarebbero intervenute. La prima impressione fu il numero ventiquattro. E così, senza chiederlo a nessuno, disposi ventiquattro sedie e ventiquattro bicchieri d'acqua. Molti colleghi conoscevano già i miei giochi medianici, per cui non si sorpresero affatto nel vedere la sala predisposta quando cominciarono a entrarvi. A uno a uno si sedettero, in tutto ventidue persone. La mia collega Jodie mi guardò e mi fece un segno con la mano come per dire: «La prossima volta avrai più fortuna». Chinai la testa piuttosto deluso. Dopo cinque minuti il supervisore annunciò di avere assunto un nuovo dipendente. La porta si aprì su Ryan e la sua segretaria Carmen, che si sedettero sulle due sedie vuote. Lanciai un'occhiata a Jodie e agitai la mano. «Te l'avevo detto».

Appena mi sentii più sicuro dell'intuizione che avevo sviluppato, cominciai a «leggere» la gente. Era questo il mio modo per entrare in sintonia con loro a livello emotivo. Penso di poterla chiamare una reazione viscerale. Funzionava come l'esercizio con le fotografie. Io tentavo di sentire ciò che passava dentro un individuo. Era una brava persona? Stava nascondendo qualcosa? Era felice o triste? Cosa desiderava dalla vita? Cosa la motivava? Registravo le

24

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

sensazioni, quindi guardavo quella persona per vedere se ciò che avevo colto intuitivamente combaciava con l'individuo in senso fisico. All'inizio ci misi un po' a immaginare quali domande porre a



me stesso. Poi, però, mi parve di impiegare pochi secondi a decifrare, a «leggere» qualcuno.

Ancora una volta constatai che quanto più seguivo la prima impressione, tanto più spesso avevo ragione. Dovevo imparare a non avere paura di chiedere a me stesso: **la sensazione ricevuta è stata influenzata dal mio pregiudizio o giudizio? Era proprio la mia prima sensazione o ci ho pensato sopra troppo a lungo?** Compresi rapidamente che era essenziale imparare a fidarmi delle intuizioni e seguire la prima sensazione senza badare ai motivi per cui lo facevo o dove la strada della vita mi conduceva.

Un anno dopo aver iniziato il programma di esercizi, la mia sensibilità era aumentata incredibilmente. I miei colleghi cominciarono a chiamarmi a casa per pormi domande sul loro futuro. La maggior parte dei quesiti riguardavano i rapporti interpersonali, e quelle vibrazioni erano le più facili da interpretare. Come minimo potevo sentire immediatamente se c'era qualcosa di sbagliato. Iniziai a ricevere immagini mentali dei volti delle persone di cui stavamo parlando. Potevo descrivere il colore dei loro capelli e dei loro occhi, la linea del mento, addirittura una voglia. Quasi sempre, quando descrivevo per telefono le caratteristiche fisiche della persona oggetto dell'analisi, ero esatto. Potevo anche dire quale tipo di coinvolgimento emotivo i due dividevano. Per esempio, una volta feci un consulto medianico per telefono per una donna di nome Paula. Quando lei s'informò sul suo ragazzo, Michael, immediatamente entrai in sintonia con lei su una vibrazione emotiva, e la «sentii» sola. (E' molto più facile farlo al telefono perché in questo modo l'aspetto fisico non intralcia le sensazioni).

Le dissi che la sentivo emotivamente sola e che lei desiderava disperatamente avere un rapporto equilibrato e normale con Michael, ma che lui non era emotivamente disponibile. La donna rispose: «Sì». Le dissi inoltre che lui era distante non solo emotivamente ma spesso anche fisicamente. (Quando si ha una relazione con una persona, l'energia di ciascun partner rimane con

25

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

l'altro. Se una coppia non passa molto tempo fisico insieme, l'energia attorno all'altra persona si dissolve notevolmente). In un'altra occasione una giovane di nome Cindy mi chiese cosa

ne pensassi del suo fidanzato. Percepì l'energia di Cindy attraverso il telefono e le chiesi il nome del suo ragazzo. Mi sintonizzai su quel nome e sull'energia della donna e percepì un totale squilibrio. Le dissi che non pensavo che la sua fosse una buona scelta e le consigliai di posporre il matrimonio per un po'. La sua risposta fu: «Sbaglia completamente», e non la sentii più. Due anni dopo un'amica comune mi fece tornare per caso in mente quella conversazione. Mi disse che Cindy si era effettivamente sposata con quell'uomo tre mesi dopo. Il matrimonio era durato cinque mesi e la coppia aveva da poco presentato istanza di divorzio.

Ma non dovete avere l'impressione che io non sbagli mai. Certo che sbaglio? Voglio solo spiegare che per me il metodo più facile per esercitare la mia sensibilità con qualcuno è attraverso le emozioni. Le emozioni sono le energie più naturali e, che ve ne rendiate conto o no, la maggior parte della gente ha il cuore in mano.

Con il passare del tempo, più usavo le sensazioni intuitive più forti esse diventavano e più io apprendevo a fidarmi di loro. In breve amici e amici di amici mi telefonarono per informarsi sulla loro vita. Non mi passò mai per la mente di chiedere loro del denaro perché stavo ancora imparando. Inoltre, mi eccitava già solo il vedere le mie impressioni confermate. Fu proprio in questo periodo di autoimposto sviluppo intuitivo che si avverò la predizione di Brian di una comunicazione con gli spiriti. Stavo parlando al telefono con una giovane dei suoi problemi.

All'improvviso provai uno schiacciante desiderio di chiederle se conosceva una persona di nome Helen.

«Sì», rispose. «Helen è mia nonna. E' deceduta tempo fa».

Continuai: «Mi sta trasmettendo un'immagine dell'Idaho».

La ragazza replicò: «Certo, è là che viveva?».

«Sua nonna mi sta dicendo che le piaceva ricamare e che aveva fatto alcuni cuscini per il suo divano. Dice che pretendeva che il suo posapiedi fosse sempre al proprio posto... e che le piace guardare il bel disegno a rose sul posapiedi. Helen vuole che lei sappia che ne

26

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

ha fatto uno simile in paradiso».

Dall'altra parte della linea ci fu un lungo silenzio. La ragazza era scioccata ma confermò che tutto ciò che le avevo riferito era vero. Riagganciai e presi subito due aspirine. Non riuscivo a credere che

stesse realmente accadendo. La predizione di Brian si era avverata: io avevo davvero parlato con gli spiriti. Pur con tutto il mio studio e tutte le verifiche non ero preparato a quel momento. Mi si era schiuso un nuovo mondo di sensazioni e conoscenze incredibili. Le possibilità erano eccitanti; le responsabilità enormi.

Appresi che, quando alzavo la mia vibrazione per raggiungere l'aldilà, la connessione mi infondeva incredibili sensazioni di libertà, d'amore e di gioia. Era lo stesso senso di Dio che mi aveva colmato da ragazzino. Mantenere alta la vibrazione mi esauriva, ma le ricompense mi ripagavano. Il difficile arrivava quando, finita la sessione, dovevo entrare di nuovo in rapporto con un mondo fisico tridimensionale. Dovevo mettere in pratica un nuovo sistema equilibrante per rimanere sano di mente.

Cominciarono ad arrivarmi sempre più richieste di consulti medianici. Non cercai mai i clienti: vennero tutti perché informati da altri. Ben presto le richieste furono tante che compresi di dovere fare una scelta. Continuare a lavorare all'ufficio contratti della Paramount o mettere in pratica il dono che mi era stato concesso? In realtà non fu mai una scelta. Tante esperienze mi avevano portato a quel momento! Dovevo semplicemente trovare il coraggio e la sicurezza in me per fare il passo successivo. E così feci. Nei dieci anni trascorsi ho avuto la grande fortuna di parlare con migliaia di persone durante consulti individuali, incontri di gruppo, simposi internazionali e, più di recente, alla radio e alla televisione. Le esperienze, ne leggerete alcune in questo libro, sono state estremamente gratificanti, intensamente emotive e fortemente positive. Ho appreso a lasciare perdere i desideri del mio ego e a far fluire la mia vita in qualsiasi direzione volesse portarmi. E' stata di certo un'avventura eccitante. E aspetto con ansia di vedere che cos'altro mi succederà.

### **Ciò in cui credo**

**27**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Dall'esperienza con la mano a otto anni, e dagli anni passati nella scuola cattolica, sono sempre stato impegnato in una ricerca spirituale. E durante questo mio percorso mi è stato spesso chiesto se credessi nell'esistenza di Dio o del paradiso e dell'inferno. Basandomi sul mio lavoro di comunicazione spirituale e sulle centinaia di libri letti, sono giunto alle seguenti conclusioni. Prima di tutto, io credo in Dio. Di fatto, credo che tutti noi siamo

Dio. Che significa? Ecco, ritengo che siamo tutti fatti a immagine e somiglianza di Dio. Non sto parlando delle nostre caratteristiche umane ma delle nostre qualità spirituali. Anche se siamo tutti diversi esteriormente, siamo uguali interiormente. Quando ci accorgiamo della persona spirituale, cominciamo a vedervi la luce di Dio, e questa conoscenza ci porta a renderci conto che siamo tutti una cosa unica e nello stesso tempo uguale. Siamo fatti della scintilla di Dio. Anche la creatura inferiore che striscia sul terreno è fatta della stessa scintilla di Dio. Gli esseri «cattivi» sono forse i più lontani da ciò che è Dio. Dio è perfezione e creatività in tutte le cose. Ciascuno di noi sarebbe perfetto, se solo cercasse la propria divinità. La maggior parte di noi, tuttavia, viene intrappolata nel proprio «io», o nella sua parte umana, così che raramente ci avviciniamo alla nostra vera essenza.

Dove risiede Dio? La mia risposta è: dentro di voi. Nella parte più profonda di voi. Dio è la vita stessa. Non credo che Egli sia una figura nello spazio che ci guarda dall'alto. E pur avendo tanti maestri rappresentato la grande Luce di Dio in forma umana, la stessa scintilla di Dio che era in loro è in ciascuno di noi. Dio è la mia luce, la vostra luce, una luce che tutti possiedono. Ci sarà una diversità di grado, alcune luci saranno più brillanti di altre e alcune saranno molto fioche.

In secondo luogo credo nel paradiso. Personalmente ritengo che il paradiso sia l'altro lato del mondo fisico, molto simile al nostro con uguali panorami e suoni, anche se molto più vividi e colorati. Il paradiso è un posto dove possiamo passeggiare in un giardino, andare in giro in bicicletta o su una barca a remi. In realtà, in paradiso possiamo fare tutto ciò che vogliamo purché ce lo si sia guadagnato. Molti di noi comunque hanno accettato l'idea di un paradiso «cristiano». Mi sono spesso chiesto: **Dove vanno i musulmani o gli ebrei quando muoiono?** Di certo non nel

28

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

paradiso cristiano! Basti dire che ogni religione ha un paradiso e un inferno fondati sulle diverse credenze.

Credo vi siano molti livelli di paradiso, e noi andiamo in quel livello che abbiamo creato con i nostri pensieri, le parole e le azioni sulla terra. Quelli di noi che hanno raggiunto lo stesso livello spirituale «vivranno» insieme nello stesso paradiso. Gli esseri più spiritualmente consapevoli risiederanno a un piano più alto e le

anime meno evolute in uno più basso. Non possiamo innalzarci al livello più alto finché non ce lo siamo meritato. Gli esseri che sono a un livello più alto possono, tuttavia, scendere in una sfera inferiore e in molti casi lo fanno proprio per aiutare e assistere quelle anime che non sono tanto consapevoli. E allora dove vanno i cattivi? Vanno nel paradiso o nell'inferno che hanno creato con le parole, i pensieri e le azioni durante la loro vita sulla terra, e vivono con altri esseri al loro stesso livello di sviluppo spirituale.

In questo libro spero di riuscire a chiarire queste convinzioni così che possiate ricevere una risposta alle vostre domande su Dio e sul mondo degli spiriti come è successo a me.

29

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

## **2 - IL DONO**

Che cos'è l'energia? L'energia è tutto. Per definirla in parole semplici, l'energia è fatta di molecole che ruotano o vibrano a una bassissima velocità. E' per questo che le cose sulla terra appaiono solide. Quanto più lenta la velocità, tanto più denso o solido l'oggetto, per esempio la sedia su cui siete seduti, il libro che state leggendo, la casa in cui vivete e, naturalmente, il vostro corpo fisico. Al di là del mondo tridimensionale le molecole vibrano a una velocità molto più rapida e più alta. Per questo motivo, in un ambiente rarefatto, o dimensione eterea, come il mondo dello spirito, le cose sono più libere e meno dense.

All'interno del nostro corpo c'è un altro corpo di solito chiamato corpo astrale, eterico o spirituale. Esso è un'esatta replica del nostro corpo fisico in quanto possiede occhi, capelli, mani, gambe e così via. La grande differenza tra il corpo fisico e quello eterico è che le molecole del secondo vibrano a una velocità molto più rapida e alta del loro equivalente fisico. Noi non possiamo vedere il corpo astrale, anche se alcune persone riescono a vederlo psichicamente. Durante la transizione chiamata morte questo corpo eterico viene rilasciato o liberato dal corpo fisico. Il corpo eterico non ha nessuna delle malattie o debolezze che avevano fatto parte del corpo fisico, e ha la capacità di spostarsi da un punto all'altro tramite il pensiero.

### **Un medium ha una gran varietà di capacità**

Coloro che sono in grado di sintonizzarsi con la vibrazione più veloce del corpo spirituale dopo la morte, sia in modo fisico sia in modo mentale, vengono chiamati **sensitivi o medium**. Come

suggerisce il termine, un medium è un mediatore o intermediario, una persona che si sposta tra i mondi spirituali e fisici. Un medium è capace di usare l'energia per attraversare il sottile velo che separa la vita fisica da quella spirituale. Un modo per capire il concetto di medianità è il seguente: negli esseri umani esiste una

30

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

mente superconscia, una subconscia e una conscia. Nella medianità tutti i pensieri, le sensazioni e ciò che si vede vengono trasmessi attraverso la mente «superconscia» del medium, o mente dello spirito. Tutti noi continuiamo a cogliere impressioni spirituali in questo modo, ma solo il medium è capace di interpretarle. Il messaggio quindi entra nella mente conscia e viene rivelato. Il termine «sensitivo» viene spesso utilizzato per chiunque lavori nel paranormale. Tutti siamo sensitivi a un qualche grado, ma non tutti sono medium. Un medium non è un chiromante. In altre parole, i medium sono sensitivi ma non tutti i sensitivi sono medium. Sensitivi e medium usano gli stessi meccanismi mentali, ma il medium si differenzia dal «sensitivo», anche se entrambi sono telepatici.

La telepatia è un altro termine per la comunicazione da mente a mente. Per esempio, siete con un amico e dite esattamente la stessa cosa che lui stava pensando. Il vostro amico reagirà dicendo: «Devi essere un sensitivo». Un sensitivo riesce a captare la storia di un oggetto inanimato o di una persona sintonizzandosi con l'energia che l'oggetto o la persona emana. E' in quest'aura dell'oggetto o della persona che un sensitivo interpreta rivelazioni del passato e del futuro della cosa o della persona. Un sensitivo potrebbe anche ricevere l'energia dell'oggetto o della persona da ciò che sente o vede. Dal momento che nel mondo dell'energia non esiste il tempo, pochi sensitivi possono dare un preciso riferimento temporale sull'informazione ricevuta.

D'altra parte un medium, o sensitivo, è una persona capace di percepire e/o di sentire pensieri, voci o impressioni mentali dal mondo degli spiriti. Anche gli spiriti usano la telepatia. Un medium riesce a ricevere le più alte frequenze o energie a cui vibrano gli spiriti. La mente di uno spirito si fonde quindi, o s'imprime, nella mente superconscia di un medium. Da lì il messaggio passa nella mente conscia il medium rivela ciò che uno spirito sta pensando o provando. L'attività medianica è molto più coinvolgente di quella

«sensitiva», perché un medium si apre a un'energia liberata dal corpo. Per lo spiritismo, l'informazione non giunge da uno spirito liberato dal corpo che si trova a un più alto grado di frequenza. Uno spirito liberato dal corpo usa gran parte dell'energia vitale del medium per inviare il suo messaggio. Un medium lavora

31

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

direttamente con uno spirito, e i due devono essere disposti a prendere parte a un processo di comunicazione che altrimenti non esisterebbe.

Il concetto di medianità si spiega più facilmente nei sogni. Molte volte vediamo in sogno parenti o amici defunti. Il sogno sembra tanto reale che giuriamo di essere stati veramente con loro, e ci accaloriamo nel dirlo perché nel nostro stato onirico eravamo realmente con i nostri cari a un livello spirituale. Quando dormiamo, il corpo eterico o astrale viaggia in regni ultraterreni dove incontriamo i nostri cari e dove possiamo parlare con loro. L'attività medianica può essere divisa in due distinte categorie. La prima e più comune è l'attività medianica mentale. Come indica il termine **mentale**, questa forma di attività medianica utilizza la mente intuitiva o cosmica, non quella razionale o logica. Questo genere di attività medianica si suddivide in diversi tipi distinti: chiaroveggenza, chiarudienza, chiarosentire e pensiero ispirato.

#### **CHIAROVEGGENZA**

Deriva dal termine francese **clairvoyance** e significa «visione chiara». Una chiaroveggente si avvale del suo innato senso di visione interiore per vedere oggetti, colori, simboli, persone, spiriti o scene. Queste immagini non sono visibili a occhio nudo e di solito balenano nella mente della medium come se stesse vedendo fisicamente. Nella maggior parte dei casi la persona per la quale la medium entra in contatto con gli spiriti e ne trasmette i messaggi dovrebbe riconoscere le visioni.

#### **CHIARUDIENZA**

Questo termine significa «udito chiaro». Un chiarudiente sente con l'orecchio sensitivo o sensibilizzato. E' capace di sentire suoni, nomi, voci e musica che vibrano a una più alta frequenza. Il medium, in modo molto simile ai cani che odono a una frequenza più alta degli esseri umani, sente oltre la nostra normale capacità d'udito. Un chiarudiente riferisce al cliente esattamente ciò che sente da quella più alta velocità di vibrazione. Sebbene oda le reali



voci o i mormorii degli spiriti con la stessa inflessione che avevano

32

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

avuto sulla terra, ripete al cliente ciò che sta ascoltando con la propria voce.

#### **CHIAROSENTIRE**

Questa è una forma di medianità mentale che significa «percepire in modo chiaro». Un medium dotato di chiarosentire è capace di intuire quando gli spiriti sono nella stanza. Un vero chiarosenziente sentirà di solito la personalità dello spirito con tutto il proprio essere. Riesce a dare messaggi al cliente tramite forti ed empatici sentimenti ed emozioni spirituali. Nell'attività di chiarosentire viene usata non solo la mente del medium ma anche il suo corpo emotivo.

#### **PENSIERO ISPIRATO**

E' come espressione ispirata, scrittura ispirata o arte ispirata. Nel pensiero ispirato un medium riceve pensieri, impressioni, conoscenza, in modo spontaneo. Si differenzia dal chiarosentire perché lo stato emotivo durante il pensiero ispirato **non** è evidente quanto lo è quando una **personalità spirituale** arriva per parlare. Il pensiero ispirato è molto obiettivo. Il messaggio non comporta né intense emozioni né la personalità spirituale associate al chiarosentire. Sebbene il pensiero ispirato provenga dallo spirito, la personalità di uno spirito non viene impressa sul ricevente. In molti casi, un gruppo di anime può imprimere su un ricevente terrestre il pensiero ispirato. Questo gruppo di anime unisce i propri pensieri e spinge la persona a scrivere un certo pezzo di musica o a dipingere un dato quadro. Anche questo, comunque, non viene fatto a livello emotivo, ma semplicemente attraverso l'ispirazione. Molti grandi artisti come Michelangelo, Monet e Renoir, e musicisti come Bach, Mozart e Schubert erano dei medium. Anche grandi scienziati e dottori del passato erano medium che utilizzavano il pensiero ispirato. Oggi ci sono meravigliosi artisti, musicisti, scrittori, attori e oratori che usano l'arte medianica mentale del pensiero ispirato. Il secondo genere di medianità è quello fisico, e si differenzia

33

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

dalla medianità mentale. Nella medianità fisica viene utilizzato proprio il corpo fisico, in quella mentale viene impiegata solo la mente del medium. Il channeling (canalizzazione dei messaggi) è

una forma ben nota di medianità fisica.

I nostri corpi emanano una sostanza conosciuta come ectoplasma. Ectoplasma è una parola che deriva dal greco: **ektos** significa «esterno» e **plasma** «forgiato, plasmato». L'ectoplasma venne scoperto dal dottor Charles Richet, un professore di fisiologia francese, dopo avere visto emanare dai corpi di molti medium una sostanza nebulosa. L'ectoplasma è invisibile, eppure variano i suoi stati di densità. Può sembrare un gas, un liquido o, più comunemente, una sorta di mussolina. E' incolore, inodore e si dice che il suo peso sia circa 8,6 grammi per litro, o meno di un'oncia secondo la misura di capacità dei liquidi. L'ectoplasma si trova nella maggior parte della gente, ma è sviluppato soprattutto nei medium. Lo si può vedere principalmente in un ambiente scuro, dato che la sostanza è estremamente sensibile alla luce.

L'ectoplasma può uscire dalle orecchie, dalla bocca, dal naso o dall'area del plesso solare di un medium. Questo materiale filoso e simile a una garza può essere usato in una gran varietà di modi, come i seguenti:

#### **L**ARINGE

In questa particolare attività medianica, l'ectoplasma viene modellato in modo tale da formare una laringe artificiale attraverso la quale esce la voce di uno spirito. Il suono assomiglia o è esattamente uguale alla voce che aveva una persona quando era ancora viva sulla terra. Io ho preso parte a quattro sedute spiritiche nelle quali era presente questo fenomeno. Ebbi la fortuna di sedere al tavolo con il famoso medium inglese Leslie Flynt. A suo tempo molte celebrità si riunivano attorno al suo tavolo. Tra le partecipanti più frequenti c'era Mae West, che teneva lei stessa regolarmente sedute spiritiche. Alla mia terza seduta con Leslie, giunse mia madre e la sua voce era identica a quella che aveva qui, sulla terra. Mi chiamò con il nomignolo che nessun altro conosceva a parte noi due. Fu un'esperienza, per non dire di più, indimenticabile e illuminante. Sfortunatamente questo tipo di medianità è raro e io conosco solo un altro medium ancora vivo

**34**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

capace di creare un simile fenomeno.

#### **M**ATERIALIZZAZIONE

E' questa la più rara forma di attività medianica fisica, e la più sorprendente. Gli spiriti possono formare qualsiasi cosa da arti,

volti, teste e torsioni a corpi completi che sono l'esatta replica dell'aspetto che avevano i morti quando erano vivi sulla terra. La densità della materializzazione dipende molto dal grado di sviluppo del medium stesso. Agli inizi di questo secolo vi furono molti celebri medium capaci di materializzare. Tra questi Jack Webber, Ethel Post-Parrish e Helen Duncan.

#### **APPORTO**

Un apporto è un fenomeno in cui vari oggetti come gioielli, fiori, monete e cose simili si materializzano nel corso di una seduta spiritica. Una delle spiegazioni dell'apporto è che un oggetto si smaterializza in un posto per materializzarsi in un altro. Un altro parere è che un oggetto venga formato direttamente dagli spiriti.

#### **GUARIGIONE SPIRITUALE**

Un'altra forma di medianità fisica è la guarigione spirituale. Il corpo di un medium viene impregnato di energia curativa dal mondo degli spiriti. Dopo molta pratica, il medium può curare parecchie malattie incurabili. E' diversa dalla guarigione magnetica nella quale vengono usate per l'attività curativa le reali forze vitali di un medium.

#### **FOTOGRAFIA PARANORMALE**

Questo genere di medianità è molto comune. Sulle fotografie appaiono figure simili a fantasmi o repliche esatte di persone decedute e si possono anche notare macchie biancastre, «luci» o «lampi».

Io sono un medium mentale che utilizza le doti del chiarosentire e della chiaroveggenza. Di solito dico al mio cliente che sono semplicemente un telefono collegato con il mondo degli spiriti.

**35**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Proprio come tutti noi riceviamo quotidianamente pensieri, io mi accorgo e percepisco frequenze di pensiero create dal mondo degli spiriti e inviate alla mia consapevolezza. Per potermi sintonizzare sui pensieri e i sentimenti di uno spirito, devo alzare di più le mie vibrazioni e, a sua volta, lo spirito abbassa un po' le proprie. A volte è molto difficile farlo. Di solito non sento frasi complete come in una normale conversazione tra esseri umani. Quando uno spirito dice: «Ciao, come stai oggi», potrei sentire: «Ao, me ai og».

Quando sono con un cliente, è importante che l'energia della stanza sia armoniosa sia per il cliente sia per me. Io preferisco fare le sedute a casa mia dove l'ambiente è equilibrato, sereno,

tranquillo e piacevole. Quando chi mi ha interpellato entra nella stanza, capisco immediatamente se è nervoso, arrabbiato, apprensivo, spaventato, pensoso, aperto o chiuso. In altre parole, percepisco l'energia che lo circonda. Se necessario, lo faccio rilassare con una breve meditazione. Dopo, quando la persona si sente più a suo agio, spiego come lavoro e cosa può aspettarsi. I clienti possono registrare le sedute.

### **La comunicazione degli spiriti**

Quando sento trasformarsi la sottile energia attorno a me, mi rilasso e apro la mente ai pensieri di coloro che stanno tentando di comunicare. Ripeto al cliente esattamente ciò che ricevo, senza pensare e senza cercare di interpretare le parole. Anche se quei pensieri non hanno alcun senso per me, con ogni probabilità saranno compresi dal cliente. Anche se cerco di non analizzare ciò che sento, a volte lo faccio. Devo comunque ricordarmi sempre che ciò che può sembrare insignificante a me, potrebbe essere molto importante per chi mi ha consultato.

Inoltre, essendo chiarosenziente, percepisco la condizione di morte associata alla persona che sta facendo il contatto. Quando lo spirito torna nell'atmosfera terrestre, coglie il ricordo legato al suo ultimo periodo nella dimensione fisica. Per quasi tutti la condizione più vivida è quella della morte. Per esempio, se una persona è deceduta per infarto, io potrei sperimentare un dolore opprimente al petto. Se qualcuno è morto di cancro o AIDS, potrei provare un

36

### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

senso di devastazione del corpo. Se una morte è stata improvvisa, come un assassinio, il mio corpo potrebbe sobbalzare. Il suicidio suscita in me una sensazione basata sul metodo dell'autodistruzione. In altre parole, se qualcuno avesse preso delle pillole, potrei provare una pesantezza di stomaco e un improvviso senso di sonnolenza. Se una persona si è sparata, potrei sentire un acuto dolore nella zona dove è entrata la pallottola. Le mie principali impressioni si manifestano a livello emotivo. Per questo motivo, quando uno spirito è agitato e piange, io potrei sentirmi improvvisamente depresso e iniziare a piangere. Quando uno spirito ride e scherza, anch'io mi metterò a ridere.

La personalità di uno spirito accompagna quasi sempre il pensiero emotivo che invia. Per esempio, uno spirito che sulla terra aveva una personalità autoritaria, darà alla mia voce un tono di

comando. Se aveva avuto una lingua tagliente, io potrei parlare con questa caratteristica. Se la persona era stata fredda, chiusa ai sentimenti e non molto espansiva, io, da medium, mi dovrò sforzare molto di più per descrivere qualcosa in modo emotivo. Di solito gli spiriti trasmettono messaggi che il cliente capisce facilmente. All'inizio della comunicazione, lo spirito dirà il suo nome o il luogo in cui ha vissuto o qualche altro particolare insignificante che fornisce al cliente prova evidente della sua presenza. Molte volte gli spiriti forniranno informazioni banali conosciute solo dal cliente. Per esempio, la nonna di un cliente potrebbe dire che le piace la coperta a fiori stesa sul suo divano. Oppure potrebbe parlare delle scatole di libri che il cliente ha recentemente sballato e posto sul secondo ripiano della sua libreria. Molte persone mi chiedono perché gli spiriti se ne escano con simili banalità con tutta la nuova sfera esistenziale di cui potrebbero parlare. La risposta è molto semplice: è la rivelazione più normale che conferma che uno spirito esiste e che sta veramente comunicando.

Inoltre, se uno spirito aveva un particolare hobby o svolgeva una qualche attività sulla terra, rivelerà con grande probabilità lo stesso interesse durante la seduta. Per esempio, ho avuto una cliente il cui marito defunto le disse di ricordarsi di riempire sempre la mangiatoia gialla degli uccelli che era appesa a un albero nel loro cortile. Lei esclamò: «Mio Dio, è proprio lui? Usciva ogni mattina e

37

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

riempiva di semi la mangiatoia. Non posso crederci. Ha ragione. Mi sono dimenticata di metterci i semi, questa settimana; sono state giornate tanto caotiche». A chiunque altro questo pensiero potrebbe sembrare banale, ma per quella signora fu la conferma che stava realmente parlando con il marito. I nomi sono una cosa, ma i dettagli di poca importanza aiutano a dimostrare che la comunicazione tra uno spirito e il cliente è autentica. Fornisce la prova necessaria che lo spirito è proprio chi dice di essere.

Ci si deve rendere conto che quando qualcuno passa sull'altra sponda, ciò non vuole dire che abbia appreso tutti i segreti dell'universo. Alla morte, ci si disfa solo del corpo fisico; è un po' come smettere un vecchio cappotto. Di fatto la personalità rimane uguale, con tutte le sue preferenze, le antipatie, i pregiudizi, le capacità e le attitudini. Col tempo uno spirito potrà raggiungere un

più alto livello spirituale e forse acquisire maggiori conoscenze, ma anche questo dipende solo dall'individuo. Dobbiamo inoltre comprendere che la conoscenza in generale di uno spirito supera leggermente la nostra comprensione fisica.

### **Gli spiriti non possono ostacolare la progressione karmica**

Molti clienti vengono da me perché vogliono ottenere dagli spiriti informazioni riguardanti la ricchezza, l'amore o la professione. Di solito dico loro che potrebbero rimanere delusi. Gli spiriti, infatti, potrebbero essere capaci oppure no di fornire simili informazioni. Dipende tutto dalla conoscenza della risposta da parte dello spirito e anche dall'avere o no il permesso di rivelarla. Quando un'anima scende su questa terra per apprendere alcune lezioni o per migliorare spiritualmente, l'ultima cosa di cui ha bisogno è che uno spirito dia risposte a una situazione che potrebbe essere un test. Noi dobbiamo essere consapevoli del fatto che ci sono leggi spirituali e che uno spirito non può interferire o cercare di influenzare il progresso spirituale o karmico di un'altro. E così alcuni tipi di informazioni verranno mascherate o nascoste al cliente. Gli spiriti ci amano troppo per ostacolare la nostra crescita. Lasciate che vi spieghi meglio tramite la seguente storia cosa intendo per lezioni spirituali.

**38**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Una donna di nome Marcie venne a consultarmi e per prima cosa chiese se avrebbe avuto o no un figlio. Comparve suo nonno che le disse:

«Prima cambierai residenza e ti trasferirai in un posto vicino all'acqua e poi avrai un maschietto. Non prima!».

Lei replicò: «Ma io ho già più di quarant'anni. Che devo fare?».

E il nonno: «Avverrà quando vorrà Dio, non quando lo vorrai tu».

Marcie ricevette altre informazioni sul trasferimento e sulla famiglia. Le venne detto che tutto sarebbe avvenuto al momento giusto. Un anno e mezzo dopo la donna tornò a trovarmi e mi informò che si era trasferita in una casa sulla costa del Pacifico e che era incinta di tre mesi.

Un altro caso riguardò una ragazza di nome Nancy, che aveva da poco presentato istanza di divorzio. Comparve la madre di Nancy e le disse che avrebbe lasciato l'attuale marito e che si sarebbe sposata di nuovo, questa volta con una persona molto più adatta a lei.

Nancy chiese: «Dove incontrerò quest'uomo e che aspetto ha?». La madre rispose: «Questo non posso dirtelo, ma sappi che è vero».

La madre non poteva dare alla figlia le risposte a queste vitali domande perché la ragazza doveva prima superare alcune prove e prendere da sola alcune decisioni importanti. Quelle decisioni l'avrebbero forse aiutata a crescere in potere e forza personale. La comunicazione riesce quando sia il cliente sia lo spirito lo desiderano fortemente. Ognuno di noi può comunicare con i nostri cari defunti. Tutto ciò di cui abbiamo bisogno è una mente aperta e una comprensione reciproca d'amore ed energia. In questo caso sono a portata di mano scoperte meravigliose.

Nei capitoli decimo e undicesimo vi spiegherò come possiamo prepararci a essere ricettivi alla medianità e vi proporrò svariati esercizi e metodi per entrare in sintonia con i mondi superiori.

**39**

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

### **3 – AIUTANTI SPIRITUALI**

L'umanità ha sempre creduto nell'esistenza di esseri superiori o angeli. Sebbene sia un concetto mitologico, l'idea che qualcuno vegli su di noi è una credenza largamente accettata. Secondo i testi religiosi, un angelo è un'entità spiritualmente evoluta che esiste a un livello paradisiaco e che ci protegge da pericoli o disastri imminenti. Alla maggior parte di noi è stata presentata per la prima volta l'idea degli angeli da piccoli, quando ci veniva detto che abbiamo un angelo custode personale.

La figura dell'angelo custode è una delle poche verità che la religione organizzata non ha distrutto. Abbiamo veramente angeli custodi o guide che intervengono per noi e ci assistono nelle nostre missioni terrene, ma non nel modo in cui sono tanto spesso rappresentati. In altre parole, le nostre guide o angeli non hanno ali, non siedono su nuvole, non suonano l'arpa. Queste immagini derivano dalla mitologia e sono state abbellite dagli artisti nei quadri. In realtà le ali sono le splendide fasce di colore che circondano un angelo. Si potrebbe chiamare aura o campo energetico, qualcosa che circonda ogni essere vivente, le piante, gli animali e gli alberi, noi stessi e la nostra preziosa terra.

#### **Ogni persona ha il proprio spirito guida**

Vi sono molti tipi di guide, e, per me, angeli custodi e guide sono un'unica cosa. Prima della nascita, abbiamo tracciato il piano del



nostro viaggio sulla terra. Quando abbandoniamo il percorso, di solito una guida ci aiuterà a tornare sulla retta via. A seconda della nostra evoluzione spirituale e del lavoro terreno che ci aspetta, attireremo molti aiutanti di tre distinte categorie.

Il primo gruppo è formato dalle **guide personali**, persone che abbiamo conosciuto in precedenti incarnazioni o tra una vita e l'altra e che perciò ci sono affini. Queste guide ci assistono dai regni spirituali e comunicano telepaticamente con noi, così da coinvolgerci in date situazioni. Tali impressioni sono segnali degli

40

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

spiriti guida e purtroppo passano quasi sempre inosservate. Se però ci prendiamo il tempo di fermarci e di ascoltare e valutare la nostra giornata, potremmo cominciare a vedere e/o sentire i messaggi dello spirito.

Alla maggior parte della gente riesce difficile sentire la guida dello spirito perché vogliono oppure si aspettano direttive appariscenti, come se l'arcangelo Gabriele stesse per suonare la sua tromba. Mi spiace, ma non va proprio così. I messaggi, o le guide, sono contatti sottili e delicati.

Ecco qui di seguito un esempio di come funziona generalmente la comunicazione di uno spirito. E' giovedì e voi avete un incontro con un potenziale partner per una proposta d'affari. Mentre vi recate all'appuntamento perdetevi l'indirizzo oppure sbagliate strada. La cosa vi sembra piuttosto strana dal momento che conoscete bene quella zona della città. Dopo avere girato per una mezz'ora, localizzate l'edificio, ma non riuscite a trovare un parcheggio; alla fine ne scovate uno a molti isolati di distanza. Quando arrivate alla casa, la porta d'entrata è chiusa, per cui cercate un altro accesso. Una guardia di sicurezza vi apre la porta e voi salite con l'ascensore al piano stabilito. Trovate l'ufficio chiuso e, appiccicato alla porta, un biglietto che vi indica un altro ufficio a un altro piano.

Finalmente trovate l'ufficio e incontrate il potenziale partner. Ascoltate quello che ha da dirvi sull'operazione ma, per tutta la durata della conversazione, provate una spiacevole sensazione alla bocca dello stomaco. Percepitate qualcosa, ma non siete certi di cosa sia... ciò nonostante accettate di entrare nell'affare. A distanza di parecchi mesi, dopo avere investito tutti i vostri risparmi nell'affare, il vostro nuovo partner se la svigna con tutti i soldi senza lasciare traccia e facendo di voi la vittima di una truffa.

Mi rendo conto di avere esagerato nel descrivere lo scenario, ma volevo sottolineare come funziona la guida di uno spirito. Questa storia ha un suo schema, troppe svolte sbagliate, direzioni errate e porte chiuse. Se vi foste soffermati a osservare i sottili indizi, avreste compreso che **qualcuno stava cercando di dirvi qualcosa!**

Sfortunatamente troppi vivono nella nebbia e hanno di solito bisogno di venire colpiti alla testa con una mazza da baseball per accorgersi di ciò che sta succedendo attorno a loro.

41

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

In senso positivo, invece, la comunicazione dello spirito può manifestarsi suppergiù così: da un po' di tempo siete alla ricerca di un impiego, ma senza fortuna. Un'amica che non sentite da un bel po' vi telefona e vi invita a pranzo. Controllate l'agenda e vi accorgete che l'unico giorno disponibile è proprio quello che lei ha suggerito. Quando la incontrate, è come se non aveste mai perso il contatto con lei. Ogni cosa sembra perfetta. Le parlate della vostra situazione e lei dice che terrà gli occhi aperti per voi. Il giorno dopo l'amica vi richiama e vi dice che si è appena liberato un posto in un ufficio vicino al suo. Telefonate immediatamente per un colloquio usando il nome dell'amica come referenza. Viene fissato un appuntamento per il giorno seguente, arrivate all'appuntamento in anticipo e il capoufficio, che di solito è fuori città, può concedervi un colloquio seduta stante. Vi incontra, le piacete e ottenete il lavoro.

Notate la differenza? Ogni cosa nel secondo esempio è avvenuta in modo casuale e piacevole. Io non credo alle coincidenze o alla fortuna. I nostri spiriti guida attirano verso di noi ciò che ci siamo guadagnati. La persona in cerca di lavoro ha agito seguendo i segnali dello spirito. Aveva il libero arbitrio di non incontrarsi con l'amica, ma ha deciso di farlo. Le sue guide stavano inviando messaggi e lei ha avuto il buon senso di seguirli. Dopo di che tutto sembra quadrare.

Ricevo spesso simili messaggi quando riferisco informazioni a qualche cliente. Ricordo di avere detto a un uomo, che di recente aveva acquistato una casa, che tutto ciò che la concerneva era perfetto, quindi gli chiesi se ricordava se il modo in cui l'aveva ottenuta gli era sembrato un po' strano. Dissi: «O qualcuno ha rotto l'impegno scritto oppure la banca ha fatto di tutto per

aiutarla». Ancora una volta la sua risposta fu: «Sì. E' proprio quello che è successo». Gli dissi allora che la moglie defunta l'aveva aiutato a ottenere quella casa continuando a inviargli segnali. Al che l'uomo commentò: «E' stato tutto molto facile». Aveva veramente seguito i segnali, anche se forse non li aveva riconosciuti consciamente.

Uno dei primi sensitivi da me incontrati a Los Angeles mi disse qualcosa di molto profondo. Ricordo ancora oggi le sue parole che desidero condividere con voi. **Se tutto va bene senza alcun**

**42**

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

**intralcio apparente, siete aperti allo spirito e seguite la sua guida. Se, invece, nulla pare funzionare, non state ascoltando le guide e finirete sulla via sbagliata. Verissimo.**

Una guida personale potrebbe anche essere qualcuno che avete conosciuto in questa vita. Per esempio una madre o un padre, un nonno, una zia o uno zio o un amico che s'è involato nel mondo degli spiriti. Quando qualcuno muore, non smette di pensare a voi. Il legame d'amore creato sulla terra continua nel mondo degli spiriti.

Una volta in paradiso, uno spirito potrebbe riesaminare la sua vita e capire che cos'altro avrebbe potuto fare sulla terra da vivo per aiutarvi. Ora che ne ha l'opportunità può trarre profitto dal riesame e fornirvi appoggio in ogni modo possibile. Questo potrà avvenire sotto forma di aiuto negli eventi quotidiani, di sollievo dalle preoccupazioni familiari o dandovi il suo appoggio durante periodi di inquietudine e di cambiamenti personali.

Le nostre guide faranno di tutto per accompagnarci attraverso la vita quotidiana e per inculcarci il modo migliore per porre rimedio ad alcune situazioni. Nello stesso tempo, tuttavia, è importante ricordare che questi nostri cari non possono intromettersi nelle sfide da noi stessi create sulla terra e che ci servono per imparare e per crescere. Il nostro processo d'apprendimento non è mai facile, e molte volte, affinché si possa trarre il massimo vantaggio da una particolare situazione o lezione di vita, queste guide ci stanno semplicemente accanto e ci osservano mentre decidiamo. Anche se a volte la vita ci sembra insopportabile, è proprio in quei momenti che apprendiamo di più.

Molte persone chiedono se le guide siano sempre con noi o se tocchi a noi chiedere loro di venire. La mia risposta è: non siamo

mai soli. Le guide sono sempre con noi. Il loro compito spirituale è quello di proteggerci e di assisterci. Esse potranno cambiare di tanto in tanto a seconda dell'attività in cui siamo impegnati. Non abbiamo comunque mai bisogno di invocarle perché conoscono i nostri bisogni e sono sempre pronte a darci una mano.

La seconda categoria è formata da **aiutanti specializzati o esperti**. Questi spiriti vengono a noi a seconda delle attività o del lavoro in cui siamo impegnati. Le guide esperte possiedono una

43

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

certa perizia nello stesso campo in cui noi stiamo tentando di darci da fare. Di solito questi esseri sono degli esperti nei loro particolari campi di conoscenza. Per esempio, se decidete di scrivere una storia poliziesca, i vostri pensieri attireranno a voi un autore che ha lavorato o si è specializzato in quel particolare genere di scrittura. Questa guida vi imprimerà nella mente alcuni modi per sviluppare l'abilità di scrittore ed esprimere al meglio le idee. Lo stesso vale per i musicisti, gli artisti, i matematici, gli scienziati, gli insegnanti, gli assistenti sociali e così via. Guide particolari si avvicineranno a noi o verranno se chiediamo il loro aiuto. Più aperti siete alle vostre idee e alle vostre sensazioni, maggior successo avranno la trasmissione e il risultato finale. Ciò vale per tutti. Bisogna semplicemente essere ricettivi. Ogni opera, in particolar modo quella dei grandi maestri, è ispirata dal mondo degli spiriti.

Come mai queste guide desiderano aiutarci? La risposta è semplice: sono fatte così. Quando entriamo nel mondo dello spirito ci rendiamo profondamente conto che siamo tutti uguali. Vogliamo aiutare l'umanità a crescere, a imparare, a condividere idee, a migliorarsi. Imprimendo i loro pensieri sugli esseri umani e aiutandoli, le guide spirituali aiutano l'umanità a entrare in sintonia con la forza spirituale che è in tutte le cose. Ancora una volta, a seconda di quanto aperti siamo, le idee degli spiriti saranno eccezionali, oppure attenderanno pazientemente il giorno in cui verranno notate.

Nella terza categoria degli aiutanti ci sono gli **insegnanti spirituali o insegnanti principali**. Questi esseri sono molto evoluti o forse non hanno mai vissuto nel mondo fisico o erano impegnati in qualche lavoro spirituale durante le loro numerose vite su questa terra. Come le altre guide, anche queste sono attratte a noi a seconda del nostro livello di evoluzione e di conoscenza

spirituale. Gli insegnanti spirituali desiderano intensamente assisterci nel nostro avanzamento spirituale. Cercano spesso di imprimere in noi la consapevolezza delle nostre doti e potenzialità spirituali. Questa è una guida preziosissima per chiunque sia sul cammino verso l'illuminazione spirituale.

La maggior parte di noi avrà uno o due di questi insegnanti principali durante tutta l'evoluzione dello spirito vita dopo vita. Queste entità sono sintonizzate con le nostre identità spirituali e ci

44

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

aiuteranno a crescere spiritualmente sulla terra come pure tra una vita e l'altra. Avremo inoltre guide spirituali individuali durante un particolare arco dell'esistenza. Ancora una volta, a seconda dell'evoluzione spirituale, una guida verrà attratta a noi per assisterci nel corso di importanti lezioni o su aspetti della nostra personalità che hanno bisogno di venire perfezionati. Per esempio, potremmo avere una guida che ci aiuta ad apprendere l'amore incondizionato, oppure una guida spirituale potrebbe darci una mano nelle lezioni sull'egoismo. Il detto «Quando lo studente è pronto, arriverà il maestro» è vero.

#### **Come ho conosciuto le mie guide**

Ho conosciuto le mie guide e i miei insegnanti in molti modi diversi. Una volta, una dotata chiaroveggente inglese, Irene MartinGiles, mi informò che una suora dell'ordine delle Sorelle della Misericordia stava lavorando con me per apprendere la compassione. Si chiamava sorella Theresa. La chiaroveggente descrisse dettagliatamente sorella Theresa, arrivando persino al blu brillante dei suoi occhi. Quelle parole mi sbalordirono. Come sapete io avevo frequentato la scuola cattolica per otto anni, una scuola retta dall'ordine delle Sorelle della Misericordia.

Irene continuò dicendomi che un cinese di nome Chang era il mio maestro spirituale. Chang era apparso spesso per aiutarmi a trasmettere messaggi ai miei clienti. Alla fine Irene si mise a tracciare un ritratto dello spirito che vedeva nell'occhio della propria mente. Quando vidi il cordiale volto di Maestro Chang, provai per lui una amorevole attrazione. Indossava un berrettino, una specie di basco, con la cima gialla e il bordo blu: il tipo di copricapo usato in Cina agli inizi del 1900. Era avvolto in un lungo mantello blu cobalto che lo copriva interamente. Il mantello era messo in risalto da un colletto da mandarino arancione e polsini

dello stesso colore. Teneva le mani congiunte sotto le maniche. Aveva un viso lungo e stretto, occhi neri ed emanava un senso di saggia gentilezza. Portava il classico codino cinese del periodo. La nudità della sua testa calva era contrastata da una maestosa barbetta a punta. Al centro del mantello, accanto al chakra del

45

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

cuore, c'era una stella dorata a dieci punte che significava saggezza spirituale, e al centro della stella un gioiello verde che rappresentava l'amore incondizionato. Era circondato dalla luce dorata del regno spirituale più alto. Questa luce dorata indicava che Chang era un maestro.

Nessuno mi disse mai qualcosa della sua vita più recente o se avesse mai vissuto su questa terra. Molte volte una guida si veste nello stile del tempo che più le è piaciuto e che rappresenta un aspetto predominante della sua identificazione. Guardando il ritratto di Chang potevo affermare che era un'anima che aveva toccato l'esperienza umana molte volte. Era un vero insegnante spirituale.

Conobbi altre due mie guide in un modo poco ortodosso. Quale medium in erba, era importante che io continuassi a sviluppare le mie capacità. E così una volta alla settimana sedevo in una stanza oscurata con sei persone scelte da me. In verità questa routine è molto comune tra i sensitivi che desiderano sviluppare appieno le loro doti extrasensoriali. Durante una seduta nella quarta settimana di addestramento, cominciai a sentirmi sempre più stanco e caddi in un leggero stato di trance. In questo stato la mente conscia si spegne e scompare ogni consapevolezza del corpo e della mente. E' più comune di quanto si pensi. Per esempio, molti cadono in trance mentre sono assorbiti in uno spettacolo televisivo o leggendo un libro che non riescono a posare. Più comunemente, cadiamo in trance appena prima di addormentarci.

Quando uscii dalla trance mezz'ora dopo chiesi: «Che è successo?». Gli amici mi riferirono, tutti eccitati, alcuni risultati notevoli. «Attraverso te è comparso un medico inglese che dice di chiamarsi Harry Aldrich», disse uno. Soggiunsero che Harry Aldrich era un medico che era vissuto nella zona nordoccidentale di Londra, e che era morto nei primi anni Trenta. Qualcuno aveva registrato la seduta e, quando ascoltai il nastro, a stento riconobbi la mia voce. Udii un chiaro accento inglese e un modo di porsi in un

certo senso sobrio e cauto. Era un po' autoritario, ma i suoi consigli sulla mia salute e sulle future sedute fu preciso. Disse che aveva deciso di tornare in questo periodo per aiutarmi nel lavoro di medium.

Questa guida mi aiuta, per esempio, amplificando l'energia

46

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

attorno al mio corpo fisico durante i consulti. E' anche capace di identificare i disturbi fisici dei miei clienti. Harry Aldrich è un uomo molto gentile, ma quando appare io percepisco indiscutibilmente la sua forte personalità.

Alcune settimane dopo eravamo nuovamente seduti in cerchio, e io caddi in trance. Ancora una volta si ebbe una manifestazione incredibile. Quando mi svegliai mia moglie disse: «Non crederai mai a ciò che è accaduto!».

«Cosa?» chiesi.

«E' apparso un uomo di nome Penna d'Oro», rispose.

«Un indiano», replicai.

«Un indiano pellerossa, per l'esattezza», precisò lei.

Uno dei membri del gruppo riavvolse il nastro quindi lo fece ripartire. Non potevo credere alle mie orecchie. Sentivo il suono di un tamburo.

«Da dove veniva il tamburo?» domandai.

«Non è un tamburo. E' il tavolo davanti a noi», mi spiegò qualcuno.

All'inizio della serata avevamo sistemato un tavolo al centro della stanza: guardai e pensai che fosse sorprendente che l'unico suono di un tamtam indiano provenisse proprio da lì.

Mentre continuavo ad ascoltare il suono di un tamburo, si levò improvvisamente la fragorosa voce di un indiano che cantava nella sua lingua nativa. Il motivo era bellissimo e affascinante nello stesso tempo. Dopo cinque minuti il canto finì bruscamente. A quel punto l'indiano cominciò a parlare: «Siamo tutti fratelli. Voi e io siamo fratelli. Noi veniamo a voi e vi portiamo amore. Ogni cosa è amore. Voi dovete vedere l'amore in ogni cosa. Il mio nome è Penna d'Oro. Faccio parte della confraternita. Noi siamo sempre con voi. Vi portiamo amore. Come segno diamo a ciascuno una penna del nostro copricapo da portare come simbolo del nostro amore».

Rimasi lì stupefatto. Era tutto tanto vero, eppure non riuscivo a



ricordare nulla. Sapevo che era un momento speciale, e il fatto che fosse stato registrato su nastro e ascoltato da tutti mi eccitò. Da

47

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

quel momento il nostro gruppo si riunì ogni martedì sera. Di tanto in tanto Penna d'Oro si manifesta attraverso me con parole d'amore e di meraviglia.

Se non altro, queste esperienze mi hanno fatto capire che io non sto facendo queste cose per me stesso. So che esistono veramente quegli esseri spirituali, non visti e ignoti, che lavorano a nostro favore aiutandoci ad apportare cambiamenti nella nostra vita. Aiutando me, le mie guide aiutano tutti quelli con cui entro in contatto.

#### **Come scoprire i vostri spiriti guida**

Personalmente non ho mai pensato alle mie guide prima che mi si manifestassero e mi venissero descritte da altri medium. Non credo sia necessario conoscere le vostre guide, ma alcune persone hanno bisogno di sapere con chi stanno parlando; è un modo per capire su basi razionali che qualche entità spirituale è attorno a loro e li sta guidando. Per loro non è sufficiente sapere di avere dei maestri: vogliono personalizzare il rapporto. Una cosa molto comprensibile. Numerose tecniche facilitano il riconoscimento degli spiriti guida.

Il primo passo è la meditazione. (Nel capitolo undicesimo spiego come meditare). Iniziate la meditazione con l'intento di conoscere una delle vostre guide spirituali; appena avete raggiunto uno stato sufficientemente rilassato, cominciate mentalmente a chiedere al maestro o ai maestri di manifestarsi nell'occhio della mente. Se siete sufficientemente rilassati e non troppo precipitosi, vedrete nell'occhio della mente il volto di qualcuno o forse una parte del suo indumento. Per esempio, potreste vedere una piuma e riconoscerla come appartenente a un indiano pellerossa. A questo punto chiedete di vedere di più e permettete alla vostra guida di rivelarsi a voi. Dopo aver visto esaurientemente una guida, potreste chiedere di vederne un'altra. O chiedete alla prima di svelarvi le lezioni che dovrete apprendere su questa terra. Prima di concludere la meditazione ringraziate la vostra o le vostre guide. Vi consiglio di iniziare un diario sul quale descriverete le guide e dove anoterete tutte le informazioni che vi hanno rivelato, specialmente

48

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

sulla loro missione.

Questo primo esercizio avrà successo a seconda del grado di meditazione e di rilassamento. Se vi riesce difficile distinguere o vedere i vostri maestri, ecco un altro sistema per ottenere la stessa informazione. Mentre siete a letto e state per addormentarvi, chiedete al vostro maestro, o maestri, di manifestarsi in un sogno. Ripetete la domanda più volte nella mente, come un mantra. Dopo esservi addormentati dovrete sognare il (o i) maestro. Dovete essere pazienti perché i risultati potrebbero non arrivare immediatamente. Avrete forse bisogno di esprimere il desiderio ogni sera per un certo periodo fino a che non otterrete risultati.

49

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

## **PARTE SECONDA - LE SEDUTE**

### **4 - TRANSIZIONI TRAGICHE**

Quando i clienti entrano nel mio studio, io non so nulla della loro situazione né del motivo della visita. Non conosco neppure gli eventi della loro vita né chi desiderano contattare. Eppure, nel giro di un'ora, essi avranno condiviso con me alcuni dei momenti più intimi. L'angoscia, il dolore e i più intensi desideri vengono svelati appena inizia il contatto con i cari defunti. Durante questo contatto si ha spesso una drammatica rivelazione. Quando scoprono che i loro cari sono più che vivi e comunicano con loro giornalmente si riaccende uno sprazzo di vita. Per quelli rimasti sulla terra, il cammino che hanno davanti comincia a chiarirsi come se stessero uscendo dalla nebbia. In qualche modo sentono che la vita riprende a essere possibile.

#### **L'AEROPLANO**

Molti miei clienti sono estremamente sconvolti e nervosi quando arrivano da me. La perdita li rattrista, vedono il futuro incerto e ciò che potrebbe loro accadere li rende nervosi. Queste forti vibrazioni emotive possono interferire con la qualità della comunicazione proprio come l'accensione di un phon o di un aspirapolvere crea disturbi di origine elettrostatica nel televisore. Per placare queste vibrazioni e sintonizzare le energie nella stanza, inizio spesso una seduta guidando i miei clienti attraverso una meditazione di rilassamento. Ciò serve a calmare la loro mente e aiuta me a comunicare più facilmente con il mondo degli spiriti.

Marilyn era decisamente più serena al termine della meditazione. L'oppressiva angoscia che avevo notato quando era entrata nello

studio si era trasformata in una calma ricettività. L'accolsi nella stanza delle sedute e cercai di farla sentire a suo agio. In breve le spiegai cosa poteva aspettarsi. Quasi subito percepii una presenza

50

#### MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh

maschile alla sinistra di Marilyn.

«Conosce il nome Roger?» chiesi.

Lei rispose che Roger era il nome di suo marito.

«Ha capelli rossicci che continua a pettinare». Mentre imitavo il gesto, gli occhi di lei cominciarono ad arrossarsi.

«Oh, sì, non faceva che toccarseli».

«Mi sta mostrando una cabina di pilotaggio. I quadranti e gli indicatori sul pannello di controllo hanno smesso di funzionare. Vedo fumo e fuoco, poi tutto diventa nero. Ha un qualche significato per lei tutto questo?».

Marilyn cominciò a tremare mentre prendeva un fazzoletto per asciugarsi gli occhi.

«Roger è morto in un incidente aereo un anno fa. Il suo aereo è caduto di notte. Era proprio lui la persona che speravo di contattare».

«Dice di riferirle che l'ama molto e che desidera parlare con lei. E' eccitato. Vuole augurarle un felice anniversario».

La donna si stupì. «Il nostro anniversario è stato la settimana scorsa. Mio Dio?».

«C'è qualcuno accanto a lui che lei conosce».

Marilyn non riusciva a spicciare parola.

«E' un ragazzino. Dice di chiamarsi Tommy. Lo conosce?».

Come impazzita gridò: «Oh, sì, sì! Tommy è mio figlio. Era sull'aereo con Roger. Tutto era cominciato così. Tommy voleva che il padre lo portasse a fare un giro in aeroplano».

«Dice: «Mamma, non avere tanta paura. Io sono qui con papà!».

Le chiede di andare in camera sua e di togliere dalla parete il poster di **Star Wars**. Non ne ha più bisogno».

Marilyn scrollò la testa incredula. «Quel poster è appeso sopra il suo letto».

«Ora sta menzionando il nome Bobby. Vuole dire qualcosa a Bobby?».

«Bobby è l'altro mio figlio», spiegò la donna.

51

#### MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh

«Tommy dice di non essere veramente arrabbiato con Bobby

perché ha preso la sua camicia rossa dal secondo cassetto e l'ha indossata».

Marilyn sussultò, non riusciva più a parlare. Le chiesi se capiva il significato di ciò che aveva detto Tommy.

«Bobby indossa la camicia rossa, oggi. Se l'è infilata proprio prima che io uscissi».

La mia cliente si convinse di essere in contatto con marito e figlio. Roger continuò a fornire altre informazioni. Disse il nome del suo compagno nell'aeronautica militare, il luogo in cui era di stanza e le mansioni svolte durante il servizio militare.

L'improvvisa perdita di un membro della famiglia può essere devastante. L'effetto è moltiplicato quando scompaiono per morte violenta un coniuge e un figlio. Queste ferite sono spesso molto difficili da guarire.

Alla fine della seduta Marilyn si sentiva molto più leggera. Mentre l'accompagnavo all'auto mi confidò: «James, lei ha cambiato la mia vita. E' come se si fosse allontanata da me una nuvola nera. Il solo sapere che stanno bene e che sono insieme mi fa stare molto meglio. Grazie». Risposi che ero felice che avesse ricevuto le notizie di cui aveva bisogno.

Rimase seduta per un attimo, quindi abbassò il finestrino dell'auto e mi fissò negli occhi. «In verità, sto un po' di più che meglio. Ora credo di potere ricominciare a vivere». Sorrideva mentre si staccava dal bordo del marciapiede.

#### **L'ANNEGAMENTO**

Molto spesso, quando sono con un cliente, la stanza è invasa dagli spiriti di familiari o amici che cercano di fare arrivare i loro pensieri tutti nello stesso momento. E proprio come sulla dimensione terrestre, quando tutti parlano nello stesso momento... è difficile decifrare pensieri singoli e capire chi li ha prodotti. Nella maggior parte dei casi, se un cliente stava pensando a qualcuno, di solito è quello lo spirito che arriva per primo. In alcuni casi, tuttavia, uno spirito appare cogliendo di sorpresa il cliente. Uno spirito inatteso si fa di solito sentire verso la fine di una

**52**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

seduta. E' confortante sapere che anche nell'altra dimensione le buone maniere sono importanti. Uno spirito inatteso aspetterà finché un cliente non si è riunito a una persona cara o finché non si presenta un'occasione propizia. Di frequente è proprio uno spirito

non atteso quello che ha il messaggio più impellente da riferire. Mark aveva appena terminato una splendida conversazione con suo padre, morto molti anni prima.

Mark aveva ricevuto risposte alle domande che aveva posto e la seduta si stava esaurendo quando io sentii un'altra presenza. Chiesi perciò al mio cliente se conoscesse qualcuno di nome Doug.

Lui impallidì e annuì agitando la testa su e giù. «Sì... sì, cosa dice?».

«Dice di riferirle che non uscirà più sotto la pioggia. La prega di fare sapere ai suoi genitori che sta bene. Comprende?».

Mark balbettò: «Sì, vada avanti».

«Sta dicendo che si è trovato in una specie di inondazione e soggiunge che è molto dispiaciuto di non essersi reso conto di quanto fosse pericolosa la situazione. Questo è molto strano. Parla anche di avere ricevuto una nuova bicicletta».

«Sì, capisco».

«Questo ragazzo è annegato? Mi dà un senso di un vortice d'acqua opprimente. Lo vedo mentre si muove su e giù e i suoi polmoni si stanno riempiendo d'acqua».

Potevo sentire la pressione sul petto mentre la sensazione di Doug mi colmava il corpo.

«Ho un senso di vertigini. Il ragazzo comincia a perdere coscienza e poi tutto diventa nero».

«Uau?» esclamò Mark.

«Sa se c'era del fuoco o una squadra di salvataggio attorno a lui? Mi fa vedere che quelle persone erano sul bordo dell'argine».

«Sì, c'erano molti uomini della protezione civile che avevano cercato di tirarlo in salvo in punti diversi lungo il fiume».

Continuai. «Dice di avere cercato di afferrare una corda, ma di non essere riuscito a raggiungerla».

**53**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Mark era molto cupo. «Nient'altro?».

«Vuole che lei saluti Max. Ha un qualche significato per lei questo?».

«Oh, mio Dio? Max è mio figlio e Doug gli faceva spesso da baby sitter. Erano diventati grandi amici. E' straordinario!».

«Ora parla della Florida. Mi mostra un berretto da baseball con qualcosa che ha a che fare con... non capisco. Aspetti. Mi invia il concetto di Marla o Marlin».

«I Florida Marlins!» gridò Mark. «Ho appena regalato a Max il cappellino da baseball dei Florida Marlins. Gli piace molto perché gli ricorda Doug».

«Vuole che Max sia felice del suo berretto e che saluti da parte sua tutti i ragazzi della compagnia».

Mark spiegò che tutti amavano Doug: andava pazzo per gli sport e piaceva a tutti i bambini del quartiere.

«Doug cita di nuovo una bicicletta nuova. Amava la sua nuova bicicletta. Non capisco bene perché continui a parlarne», confessai. Mark era seduto sul bordo della sedia.

«Incredibile», sussurrò. «In un certo senso, fu proprio la bicicletta la causa della disgrazia. L'aveva ricevuta due giorni prima del temporale e l'aveva usata per raggiungere la riva del fiume per controllare l'acqua impetuosa dell'inondazione. A quanto pare la bicicletta venne spazzata via dall'acqua che saliva. Quando Doug le corse dietro, cadde in acqua. La corrente era troppo impetuosa e lui non riuscì a mettersi in salvo».

«Vuole che lei saluti affettuosamente Linda».

«Linda è mia moglie», spiegò Mark. «La saluterò da parte sua».

«E' molto felice che lei sia venuto qui e vuole che faccia sapere a tutti che lui sta benissimo».

«D'accordo, amico», sussurrò Mark con un sorriso, quindi alzò la testa e guardò verso l'alto.

Pochi giorni dopo ricevetti una telefonata dalla famiglia di Doug. Erano rimasti stupiti dai particolari delle informazioni che aveva ricevuto Mark e che nessuno, neppure le stazioni televisive,

54

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

avevano saputo. Fissarono un appuntamento e parecchie settimane dopo parlarono con il figlio che li convinse della sua vita nell'aldilà. Come Doug spiegò ai genitori, la sua vita non era terminata in quel fiume ingrossato dalla pioggia. Raccontò che aveva intenzione di finire la scuola e che aveva buone speranze di avere un giorno anche una ragazza. Sapere che la vita di Doug continuava veramente li rese felici.

#### **NON È COME PENSI**

Mentre scrivevo questo libro, ho riesaminato parecchi anni di sedute per potervi presentare quelli che io ritenevo fossero i più comuni tipi di incontri personali tra i vivi e quelli che avevano attraversato il velo della morte. Nella mia ricerca mi sono imbattuto

in alcune sedute che si distinguevano dalle altre. Erano semplicemente originali o comprendevano miracolose dimostrazioni dei poteri degli spiriti, oppure durante la comunicazione erano stati rivelati fatti incredibili e sorprendenti.

Trovai la seguente sessione un esempio incredibile di tutto ciò che ho detto precedentemente. E' la storia di una coppia la cui vita era stata distrutta dalla morte del figlio. Una morte che suscitava più domande che risposte. Lo spirito del figlio fu molto riconoscente per aver avuto l'opportunità di chiarire ai genitori i controversi eventi della sua morte. Alla fine, non solo era riuscito a ridare serenità ai suoi cari ma, cosa ancora più importante, la sua stessa anima poté finalmente trovare pace.

Alan e Sandra erano venuti da me consigliati da amici. Erano molto scettici e per nulla certi di volersi lasciare coinvolgere in qualcosa di strano come lo spiritismo. Feci la solita introduzione, spiegando loro il modo in cui ricevevo le informazioni, cosa potevano aspettarsi e cosa no. Mi ascoltarono e mi parve avessero capito che dovevano essere preparati a tutto.

La prima persona che individuai nella stanza fu la madre di Sandra. Ad alta voce dissi: «Sandra, sua madre è qui. Le è molto vicina e le dice di stare attenta a quel coltello di cucina».

«Oh, mio Dio», esclamò Sandra. «Lo stavo affilando proprio oggi

**55**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

e mi sono quasi tagliata un dito. Mi stava osservando?».

Risposi: «Non poteva che essere sua madre, perché io non c'ero nella sua cucina».

Sandra sorrise e sua madre continuò a inviarmi pensieri.

«Sua madre dice che le piacciono i nuovi mobili sulla veranda».

«Giusto? Ne abbiamo acquistati alcuni l'altro giorno. Quando viveva con noi se ne stava seduta spesso in veranda».

«Ha un grande senso dell'umorismo. Dice che se ne stava seduta là in attesa di morire».

All'improvviso venni interrotto dai pensieri di un altro spirito che enfaticamente voleva essere sentito.

«Sì, ti sento», dissi allo spirito. «C'è qualcun altro con sua madre, Sandra. E' un giovane morto improvvisamente. Sua madre dice che non ha fatto che chiedere di lei».

Gli occhi della coppia si colmarono di lacrime, ma io andai avanti.

«Vi dice qualcosa il nome Steven?».



Entrambi impallidirono e cominciarono a piangere. Ammisero che Steven era loro figlio, il motivo per cui erano venuti da me. Io proseguì: «Steven è molto agitato. Non si sente in pace. E' da un bel po' che cerca di arrivare a voi. E' nell'aldilà da circa due anni?».

«No, da circa dieci mesi, quasi un anno».

«Hmmm. Dice che la sua morte vi ha distrutti. E' molto addolorato. Aveva cercato di raddrizzare un torto. Non so di cosa stia parlando. Voi capite cosa vuole dire?».

Alan parlò ad alta voce. «Sì, penso di sì. Che altro sta dicendo?».

«Perbacco, mi sta dando una sensazione bruciante. E' come se la testa mi stesse esplodendo. Mi spiace, ma questo è ciò che mi sta inviando. Gli hanno sparato con una pistola?».

«Sì».

«Dice che voi l'avete trovato nella sua camera da letto».

«Proprio così». Entrambi si asciugarono gli occhi.

«Mi dispiace darvi queste notizie, ma credo che vostro figlio si

**56**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

drogasse, o almeno che stesse sperimentando le droghe».

«Sì, questo l'abbiamo scoperto», disse Sandra.

«Vostro figlio è molto forte». Sta gridando: «E' stato Ronnie! Chi è Ronnie!».

«Ronnie era un suo amico».

Trasmisi poi l'informazione che cambiò l'atmosfera nella stanza, non solo per la coppia ma anche per me.

«Il suo orologio. Parla del suo orologio d'oro».

Alan disse: «Dopo la sua morte non siamo riusciti a trovarlo.

L'abbiamo cercato dappertutto».

«Vostro figlio lo ha dato a Ronnie come pagamento. Ronnie era arrabbiato. Sapete se c'è stata una qualche lotta prima che vostro figlio morisse?».

«No».

«Steven mi sta urlando: Non mi sono ucciso. E' stato Ronnie.

Ronnie mi ha ucciso. Non sono stato io a uccidermi!».

Seguì un silenzio di tomba. Nessuno di noi riusciva a credere alla notizia ricevuta. E' molto raro che uno spirito appaia e dica il nome del suo assassino. In questo caso Steven voleva giustizia. Mi appoggiai allo schienale e cercai di calmarmi prima di continuare.

«Steven sta dicendo qualcosa riguardo al suicidio. Avete pensato

che avesse commesso suicidio?».

Entrambi ammisero d'averlo pensato.

«Vostro figlio sta cercando di farvi sapere che non si è trattato di un suicidio. Lui non si sarebbe mai ucciso. Sapete se la polizia ha messo in dubbio la sua morte?».

«No, abbiamo tutti pensato che Steven si fosse ammazzato perché si drogava. Hanno trovato tracce di droga nel sangue», rispose Sandra.

«Capto molto chiaramente che vostro figlio e questo Ronnie stavano litigando. Ronnie voleva soldi e droga. Alan, lei ha una pistola, una piccola pistola?».

«Sì, è quella che lui ha usato».

**57**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

«Mi dice d'averla presa dal cassetto in basso della credenza. Esatto?».

«Gesù, come diavolo fa a saperlo? Sì, sì, è giusto».

«Sapete se questo Ronnie ha mai avuto a che fare con la polizia precedentemente?».

«No, crediamo di no», dichiarò Sandra.

«Vostro figlio continua a mostrarmi una lite per soldi. Steven doveva dei soldi a Ronnie. Questo tipo era proprio isterico, e completamente fatto... sto parlando di Ronnie. Sentite, vostro figlio continua a mostrarmi un garage. Un garage in mattoni con una porta bianca e tre finestrelle. Lui apre la porta e va a sinistra, lungo la parete».

«Noi non abbiamo un garage. Che significa?».

«Non lo so, ma tenetelo presente, vi prego: può diventare comprensibile più avanti. Il vostro ragazzo è felice d'avervene parlato. Dice che un giorno capirete. Prendete Ronnie. Cita un nome, Sharon o Sherry».

«E' sua sorella», disse Alan.

«Ha appena avuto un bambino?».

«No».

«Ecco, non so cosa significhi, ma ricordate l'informazione: la capiremo forse in seguito. Sua madre è qui che saltella e mi dice che voi avete aiutato Steven. Lui sta bene».

«Grazie»

«Mi sta anche mostrando qualcosa che ha a che fare con il pelare le patate».

«Ieri ho preparato la minestra di patate, era una ricetta di mamma. Ho pensato a lei», rispose Sandra.

«Mi dice che è riuscita bene».

Alle mie parole sorrisero entrambi. La seduta continuò ancora per un po'. Steven parlò del suo funerale e di quanto avesse desiderato che sua madre non si fosse agitata tanto per la lapide. L'incontro terminò e ci salutammo. La coppia era convinta di essere entrata in contatto con il figlio.

**58**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Mi dissero che avrebbero riascoltato il nastro per capire se riuscivano a cogliere il significato delle incredibili informazioni ricevute.

Parecchi mesi dopo ricevetti una telefonata da Sandra.

Desiderava dirmi quanto la sua famiglia fosse riconoscente per il mio aiuto e informarmi che nel frattempo erano accadute molte cose. Avevano chiamato la polizia e parlato con il detective che aveva seguito il caso della morte del figlio.

L'investigatore aveva condotto indagini su Ronnie. Quando era andato a casa sua aveva trovato il garage in mattoni con le tre finestre. Sul lato sinistro, nascosto dietro un pannello di legno, c'era un chilo di eroina, un assortimento di droghe e l'orologio d'oro di Steven. Allora il poliziotto l'aveva arrestato. Dopo essere stato interrogato Ronnie aveva ammesso che Steven gli doveva dei soldi per la droga e che non l'aveva pagato. Steven gli aveva offerto l'orologio d'oro, lui l'aveva preso ma continuava a volere i soldi. Il giorno che era andato a prendere i soldi, Steven aveva preso la pistola del padre dalla credenza per difendersi. Appena saputo che Steven non aveva il denaro, Ronnie aveva afferrato l'arma e gli aveva sparato in testa. Ammise che in quel momento era sotto l'effetto della droga. Venne portato in giudizio e attualmente sta scontando una condanna a vita in un penitenziario statale.

#### **IL MARINE**

La gente trapassa in svariati modi. Alcuni s'addormentano silenziosamente, altri si procurano da soli la morte e altri ancora muoiono coinvolti in un qualche incidente. Anche se noi scegliamo il modo di andarcene da questa vita molto prima di entrare nella dimensione terrena, nessuna dipartita è più tragica di una morte violenta, quella che ha il maggiore impatto su chi è ancora nella forma fisica.

In molti casi una persona che se ne va in modo violento o troppo in fretta non si accorge che il processo della morte ha avuto luogo. Poiché il trauma avviene tanto rapidamente, il corpo spirituale potrebbe essere letteralmente buttato fuori dal corpo fisico. Lo spirito potrebbe non riconoscere la sua sorte per molti anni a venire. In quel periodo uno spirito potrebbe andare in tutti i luoghi

59

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

a lui familiari sulla terra e credere di essere ancora vivo ma immerso in un sogno. Questo fenomeno dello spirito viene definito **anima persa** o, come lo chiamano molti di noi, **fantasma**. Quando uno spirito è turbato, infelice o inquieto, lo denominiamo **poltergeist**. Fortunatamente molti spiriti nell'aldilà sono impegnati a salvare queste anime perse e fuorviate.

In alcune circostanze, in presenza di spiriti molesti, siamo in possesso di sistemi per affrontarli. Ricordate: loro hanno tanta forza e tanto controllo quanta voi gliene lasciate. Voi avete il controllo, tenetelo sempre presente. Nella maggior parte di casi un poltergeist, non si rende conto di essere deceduto, per cui voi dovete partire da questo concetto. Per ogni spirito, inoltre, la propria morte è immersa nelle **circostanze** più disparate. Io consiglierei di andare nella zona della casa più colpita dalle molestie. Il tempo richiesto per eliminare questa energia varia da caso a caso. Prima di iniziare qualsiasi lavoro intuitivo vi consiglio di fare un rito di protezione personale e di chiedere ai vostri spiriti guida o angeli custodi di starvi accanto e di assistervi.

La prima cosa da farsi è creare un'atmosfera nella casa o nella stanza alzando le vibrazioni in quella particolare area suonando musica spirituale o religiosa come un pezzo del **Padre Nostro** o dell'**Ave Maria**, o un qualsiasi inno, canto, brano musicale di alta vibrazione spirituale. Purificate poi la zona colpita pulendo l'atmosfera attorno a voi: bruciare la salvia è un ottimo metodo; profumi altrettanto efficaci sono l'incenso e la mirra. Questi tre aromi sono sensibili a frequenze estremamente alte e servono per eliminare le energie negative. In terzo luogo illuminate quanto più possibile la zona. Aprite le persiane e le tende. E' importante, infine, meditare nel tentativo di raggiungere lo spirito turbato. Non importa che lo vediate o lo sentiate. Fategli sapere che è passato in un'altra dimensione e dategli di cercare un genitore o un nonno che lo guidi nella dimensione successiva. Ricordate di continuo allo

spirito sconvolto che non ha bisogno di rimanere in questo mondo terreno e che, nella dimensione spirituale, si troverà in un luogo molto più felice dove non si sentirà più schiavo. Vi prego di trasmettere questi concetti allo spirito con amore e compassione. A seconda della gravità della situazione, una purificazione richiederà pochi giorni o addirittura settimane.

60

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Ci sono molte altre situazioni in cui una persona muore violentemente, come nel caso di assassinio. Di solito questo spirito si renderà conto del suo stato dopo un breve periodo di aggiustamento. Di norma verrà subito accolto da un parente o da una guida. La seguente seduta offre il punto di vista originale di uno spirito mentre descrive come è avvenuta la sua morte. Prima di andare avanti, è importante sottolineare che a ogni seduta spiritica io dico al cliente tutto ciò che arriva alla mia mente. Ho stretto un accordo con il mondo degli spiriti per cui, se essi mi forniscono informazioni, è giusto che io riveli tutto alla persona cui trasmetto i messaggi. Io sono solo il medium, non tocca a me censurare le notizie ricevute. Per di più potrebbe esserci un fatto particolare che il cliente non capirebbe se io non gli dicessi tutto. Per questo motivo descrivo, con lo stesso realismo che mi è stato manifestato, i dettagli e le scene visive, compresi i colori, e tutte le sensazioni, sia gioiose sia sgradevoli.

Nel mio studio si presentò un giovane su segnalazione di un amico. Non sapevo nulla di questo uomo e non compresi l'istantaneo bisogno imperioso che percepì dall'altra dimensione. Qualcuno era ansioso di parlare, per cui iniziai.

«Sembra che ci sia una grande separazione dalla sua famiglia. E' lontano dai suoi? Voglio dire, vivono in un altro stato?».

«Sì», rispose.

«Il nome Laura significa qualcosa per lei?».

«Sì, è mia sorella; vive in Arizona».

«Non so perché, ma voglio rimanere dentro la vibrazione familiare. Ci sono tre ragazzi nella famiglia, due maschi e una femmina?».

«Già... ecco, ce n'erano».

«Sì, sì, perché sto ricevendo una forte sensazione di un giovane uomo. Credo sia suo fratello. E' giusto?».

«E' a lui che pensavo».

«Mi dà il nome Mike. Le dice qualcosa?».

Il giovane cominciò ad accalorarsi. «Sì, sì, è lui. Si chiama così!».

«Dice che sta bene. E' molto felice che lei sia venuto qui oggi.

**61**

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Vuole che lei dica a mamma e papà che lui sta bene. Parla del Texas».

«I miei genitori vivono in Texas. E' lì che siamo cresciuti. Come se la cava?».

«Tutto bene. Non riesce a credere che io lo posso sentire. Da tanto desiderava farlo. Ha incontrato alcuni amici, nel mondo degli spiriti. I suoi commilitoni. Comprende?».

«Sì, la prego, continui».

«Era in Vietnam? Sa, parla molto velocemente della guerra in Vietnam. Dice di essersi riunito ai suoi compagni dei corpi d'armata. Non voleva andare là».

«E' vero! Io ero giovane, allora, ma mia madre mi ha detto che Mike non voleva andarci».

«Sembra sia morto molto rapidamente».

Mi sentii cadere in un più profondo stato di trance. Venni proiettato in un luogo di fuoco e dolore nel bel mezzo del Vietnam. Era come se il mondo fosse impazzito. Io ero circondato da colori giallo e arancione brillanti e accesi. Davanti a me percepii un forte «pop». Fissai il cliente e gli spiegai che dovevo fermarmi un attimo. Chiesi alle mie guide di eliminare questa esperienza di ricordo di morte che mi faceva soffrire troppo nel corpo fisico. Le guide la eliminarono immediatamente. La scena riprese a svolgersi, ma questa volta io ero uno spettatore.

«Mi viene mostrato un uomo nella boscaglia. E' molto buio.

L'uomo che ritengo sia suo fratello sembra molto agitato. Sta camminando con il resto della sua truppa. Cerca di togliersi il giubbotto, ma la parte inferiore sembra impigliata in qualcosa attorno alla cintura».

Il giovane cercò senza successo di trattenere le lacrime. Capiva che io stavo rivivendo la scena della morte di suo fratello. Vidi che una granata strappava la cerniera del giubbotto. Lo scoppio fu devastante: il corpo del ragazzo venne decapitato. La scena s'oscurò.

Io fissai il mio cliente.

«Una granata rimasta impigliata nei suoi indumenti ha fatto

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

saltare in aria suo fratello?»..

Il giovane si accasciò sulla sedia. La sua bocca si mosse lentamente, cercando di formare le parole giuste.

«Sì, questo è quello che diceva il documento inviato dal governo».

Non potevo crederci. Nessuno mi era mai apparso tanto vividamente. Mi riuscì difficile trattenere l'eccitazione mentre continuavo.

«E' sorprendente? Suo fratello è un fantastico comunicatore. Aspetti, vediamo che altro vuole dire... Sta descrivendo ciò che ha provato quando si è svegliato. Dice di avere ripreso conoscenza dopo quelli che erano parsi pochi secondi. Si era guardato in giro e aveva notato di sentirsi molto diverso, non più stanco come prima. Aveva visto un gruppo di suoi commilitoni che urlavano in cerchio, ma non aveva potuto sentire le loro parole finché non si era avvicinato di più. Stavano gridando il suo nome. Mike! Mike! Lui aveva risposto, ma non l'avevano sentito. Si era avvicinato al cerchio e aveva visto che stavano fissando i resti di un corpo umano. All'improvviso aveva sentito il suo corpo attraversato da una sensazione strana e paurosa. Aveva guardato la piastrina di riconoscimento che un commilitone teneva in mano. E aveva visto il proprio nome».

Il giovane era affascinato. «Tutto questo è pazzesco. Ha visto realmente ciò che stava accadendo».

«Dice che si sentiva un po' confuso ma che si era reso conto che doveva essere morto. Ora descrive una forte sensazione di pace e calma. Aspetti... Vuole che le dica che è stato accolto da Alice. Conosceva una Alice?».

«Alice è nostra nonna».

«Ebbene, Alice l'ha aiutato a trapassare. Lui era scioccato e, nello stesso tempo, felice e sollevato. Dice che lei gli è stata vicina. Vuole che le dica che ha visto anche Pappy, e che Jo Jo è ancora con lui».

«Pappy era mio nonno e Jo Jo il suo cane pastore tedesco. Mike e Jo Jo stavano sempre insieme. E' incredibile. E così, anche gli animali continuano a vivere?».

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

«Tutte le creature continuano a vivere. Suo fratello desidera che



io le dica quanto gli dispiace avere provocato tante preoccupazioni e grattacapi. Si renda conto, per favore, che lui sta bene e che vive una vita piena».

«Non deve preoccuparsi di questo. Gli faccia solo sapere che noi lo amiamo molto e che siamo felici che lui ci sia vicino. Aspettiamo di rivederlo un giorno».

«Dice che lui e tutti gli altri lassù... sta ridendo, compreso Jo Jo, saranno lì ad attendervi».

Quando, come in questo caso, durante una seduta compare un animale, il cliente di solito mi guarda un po' perplesso. Noi non pensiamo che la piccola Fluffy o Rover sopravvivano alla morte. Perché no? Gli animali sono fatti della stessa forza vitale data da Dio agli esseri umani. Quando compare una bestiola, la vibrazione è simile a quella che sento in presenza di un essere umano. Percepisco chiaramente anche la personalità di un animale. Molte volte la bestiola farà capire quanto amava un dato cibo o quanto gli piaceva accucciarsi su una particolare sedia. Come la sua controparte umana, descriverà a volte dettagliatamente come è morto o quanto gli riusciva difficile mangiare quando era malato oppure com'era difficile camminare verso la fine.

Quella che segue è una bellissima storia tratta da una seduta spiritica tenuta da un medium inglese deceduto. Ritengo che racchiuda il vero significato dell'amore incondizionato che provano per noi gli animali.

C'era una volta un semplice contadino inglese. Come a volte succede, tempi duri gli portarono via la fattoria e poi tutti i componenti della sua famiglia morirono. Non gli rimase che il suo vecchio ronzino bianco di nome Patty «dalla schiena troppo insellata» che lui aveva aiutato a nascere. Patty e il contadino vissero insieme per moltissimi anni, finché non arrivò il giorno in cui toccò al cavallo morire. Il contadino, completamente solo, era distrutto. Anni dopo, quando fu la volta del contadino di passare a miglior vita, si svegliò sotto forma di spirito e si trovò seduto in un meraviglioso prato. Non sapeva dove si trovava e pensò che forse stava sognando. Fissò la collina che si stagliava lontana.

All'improvviso un cavallo scese al galoppo la collina diretto verso di

64

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

lui. Era la sua vecchia Patty, ma lei non era più il vecchio ronzino artritico e con la schiena troppo insellata che ricordava: era una

puledra forte e vivace. Appena gli fu vicina, il contadino riconobbe la sua Patty e ne percepì l'amore, quell'amore che l'aveva guidato nel mondo degli spiriti.

I legami d'amore tra noi e i nostri animali continuano a vivere mentre noi viaggiamo verso l'altra dimensione. I legami d'amore, con chiunque siano stati intrecciati, continueranno per sempre.

65

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

## **5 - SCONTRI FATALI**

Un giorno torneremo tutti alla nostra casa spirituale, di questo possiamo esserne certi. Ciò nonostante, il modo in cui abbandoniamo questa terra e il luogo cui approdiamo è diverso per ognuno di noi. Molti lasciano il corpo in modo inatteso e tragico, come capitò a Mike in Vietnam. Sfortunatamente molte più persone muoiono in incidenti d'automobile. Quale intermediario tra il mondo spirituale e quello terreno, ho ricevuto innumerevoli pensieri da persone morte in incidenti.

Devo spiegare il perché.

In primo luogo, gli **incidenti** non esistono.

Essi sono le dirette conseguenze della legge spirituale di causa ed effetto, o karma. Lasciate che vi spieghi cosa intendo: una persona va a una festa e decide consapevolmente di bere alcool. Quando è piuttosto ubriaca, decide di chiudere la serata e di tornare a casa. Nello stesso momento una coppia sta tornando a casa dopo essere stata al cinema. La capacità visiva dell'ubriaco è confusa, così non vede la macchina che gli viene addosso se non quando è troppo tardi. Purtroppo centra in pieno l'auto della coppia e i due muoiono sul colpo.

Vista in questo modo, la morte è la conseguenza o l'effetto della decisione di questo uomo di bere. Il suo stato alterato è la causa dell'incidente, e lui è responsabile d'avere posto fine alla vita di due persone. Questa è una situazione karmica. Dato che la coppia è morta si dovrà avere un bilanciamento in un'altra vita. In altre parole, tutte le nostre azioni vengono ripagate della stessa moneta, positivamente o negativamente, in questa o in un'altra vita. La legge di causa ed effetto è una legge naturale e immutabile dell'universo, e ogni esperienza ha una sua risposta sotto forma di azione karmica o grazia divina.

Ciò che sembra un incidente, o addirittura un disastro naturale, non sempre è ciò che sembra. Nulla accade per caso. Non solo le

cose sono motivate da effetti karmici, ma un'anima, o un gruppo di anime, stipula un accordo prima di entrare nel mondo fisico. Ogni

66

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

cosa della vita avviene come parte di un piano spirituale.

Tutto è finalizzato all'apprendimento dalle esperienze. Per poter apprendere la pienezza della vita, ogni anima deve sperimentare tutto quello che è possibile sperimentare. E così, insieme all'esperienza positiva, un'anima deve necessariamente viverne anche una negativa. Si deve apprendere la dualità della natura. E' attraverso il negativo che si apprezza il positivo.

Con questo concetto in mente, alcune anime accettano, da spiriti, di sperimentare un disastro naturale, o un incidente aereo e quindi di abbandonare in questo modo il loro corpo. E' una decisione consapevole? No, non credo che possa esserlo. Il nostro ego non permetterà mai che questo genere di danno venga inflitto al nostro corpo. Un altro modo di guardare ai disastri e agli incidenti è il seguente: queste anime stanno forse completando vecchi karma di una vita precedente. Allora ci si può porre la domanda in questi termini: l'incidente o il disastro è servito in qualche modo ad altri? In altre parole, quale effetto ha avuto la morte di questa persona sulla famiglia e sugli amici intimi? Comprenderanno più chiaramente l'amore e apprezzeranno maggiormente la vita? La morte di una persona cara li aiuterà nella crescita spirituale? Non possiamo capire queste cose con la nostra mente razionale perché la loro natura è spirituale. Basti dire che le nostre esistenze fanno parte di un quadro molto più grande di quanto si possa comprendere.

Spesso un cliente chiede se una persona cara ha sofferto nel momento dell'impatto fatale. Nella maggior parte dei casi uno spirito sviene e non ricorda. Gli spiriti dicono spesso di vedere l'automobile distrutta e di chiedersi chi sia la persona rimasta uccisa. Finché non riconoscono la propria immagine senza vita non si rendono conto di avere subito quell'esperienza.

Quando gli spiriti si rendono conto per la prima volta della loro dipartita potrebbero rimanerne sconvolti, per non dire di più, specialmente se si sentono ancora molto vivi.

Quando muoiono a causa di un incidente, e lo spirito viene letteralmente scagliato fuori dal corpo, un parente, un buon amico o una guida sarà di solito lì vicino ad assistere il nuovo arrivato nel

momento di transizione della morte. Il nuovo arrivato capisce

**67**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

subito che c'è una vita sotto forma di spirito. Guarda il proprio corpo eterico e comprende che è identico al suo ex corpo fisico. A volte uno spirito potrebbe risvegliarsi in un ospedale, che non è uguale agli ospedali sulla terra, ed essere accolto da un parente o da un caro amico che gli dà il benvenuto e lo informa che è deceduto in seguito a un incidente stradale.

Bisogna rendersi conto che a ogni morte, in particolare una improvvisa, uno spirito potrebbe avere bisogno di ulteriore aiuto e comprensione per abituarsi al nuovo ambiente. Grazie a Dio ci sono quelle splendide anime che lo confortano. Sulla terra le chiameremmo assistenti sociali o terapeuti perché, come questi, gli aiutanti spirituali aiutano mentalmente il nuovo arrivato ad abituarsi a un ambiente sconosciuto.

Quando lavoro con genitori in lutto, essi mi dicono spesso che la perdita di un figlio è la peggiore esperienza che si possa avere in vita. Nessuno è preparato alla morte di un figlio. I genitori afflitti inevitabilmente si addossano la colpa della sua morte, come se ne fossero responsabili o avessero potuto impedirla. Ma questo potere lo ha solo Dio.

Come vedrete nel seguente paragrafo, un figlio cerca di rassicurare la madre sul fatto che sta bene e che perciò lei non dovrebbe sentirsi responsabile della sua morte. Con parole d'amore, risate e particolari conosciuti solo da loro due egli cerca di darle conforto. Alla fine della seduta notai un completo cambiamento nella donna.

Non piangeva più.

#### **IL RAGAZZO IN MOTOCICLETTA**

Questa particolare seduta avvenne in casa di un cliente. C'era un gruppo di otto persone che non avevo mai conosciuto e neppure sapevo alcunché di quelli che desideravano contattare.

Dopo avere trasmesso messaggi a tre persone, girai improvvisamente la testa a sinistra e notai una signora seduta sul divano. Stava piangendo.

«Posso venire da lei?» chiesi.

Lei mi guardò e rispose esitante: «Certo, d'accordo».

**68**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

«C'è un giovane biondo che è rimasto seduto sul divano accanto

a lei tutta la sera. E' qualcuno che riconosce?».

«Sì, credo di sì».

«Mi dice di chiamarsi Stephen. Il nome le dice qualcosa?».

La donna scoppiò in lacrime ed esclamò: «Sì, sì. E' mio figlio?».

«Mi pare abbia un ottimo senso dell'umorismo e una calorosa risata. Giusto?» continuai.

«Sì, è giusto».

«Il suo senso dell'umorismo è caustico e un po' pungente, se capisce cosa intendo».

La donna annuì e accennò a un sorriso nel rendersi conto che stava veramente comunicando con suo figlio.

«Saluta Diane e dice qualcosa sul fatto che lei sapeva della festa».

«Diane era la sua ragazza».

La donna rifletté sul riferimento alla festa senza riuscire a fare un collegamento. All'improvviso esclamò: «Oh, mio Dio! Diane era a una festa con lui la sera in cui morì. Erano insieme alla festa di un amico».

«Mi sta mostrando una motocicletta su una strada scivolosa.

Comprende?».

«Sì», rispose.

«Prende una curva a gran velocità quindi imbocca una strada in discesa lungo una collina. Hmmm... ecco, era un po' alticcio».

La donna continuò ad annuire con la testa mentre ascoltava.

«Che significa "Greenleaf"? Mi mostra un cartello su cui c'è questo nome».

«E' il nome della strada dove ha avuto l'incidente», rispose lei.

«Capisco. Ora mi sta mostrando un'automobile blu scura. E' finito con la motocicletta contro questa macchina?».

«Sì, è andata così. Stephen è stato sbalzato dalla moto ed è finito sotto l'automobile». Scoppiò a piangere

«Suo figlio vuole che lei sappia che gli è piaciuta moltissimo la

69

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

sua fotografia sull'annuario, e anche la bellissima dedica».

«Proprio così. Ne abbiamo una copia appesa sulla parete in salotto».

«Vuole che lei sappia una cosa molto importante. Dice che lei si è portata in giro un sacco di sensi di colpa per la sua morte, e che questo non è giusto. Lei non era responsabile».

«Ecco, se l'avessi chiamato quella sera, forse non sarebbe andato alla festa».

«Stephen dice che ci sarebbe andato ugualmente, e lei lo sa. Faceva sempre quello che voleva».

«Sì, è vero, ha ragione. Immagino che non avrei potuto impedire in alcun modo l'incidente. E' solo che mi fa stare male l'idea che non ci fosse nulla che io avrei potuto fare».

«D'accordo, ma lei si rende conto che non è stata colpa sua, vero?».

«Sì, ora lo capisco, grazie». Chinò la testa e continuò ad ascoltare il resto dei messaggi.

Stephen citò altri elementi probanti che solo i componenti della sua famiglia potevano capire.

Fino a quel punto fu una seduta normale. L'informazione che seguì fu intrigante e piuttosto incredibile. Stephen si rivelò il migliore amico di un medium: era un grande comunicatore capace di descrivere dettagli attraverso una personalità divertente.

«Stephen dice di salutare tutti i suoi amici. Mio Dio, ne aveva un sacco!».

«E' vero».

«Sa se i suoi amici hanno tenuto un ufficio funebre per lui?» chiesi.

«No, credo di no. Voglio dire... hanno messo dei fiori sul luogo dell'incidente, ma non penso...».

«Lui mi sta mostrando le iniziali J.D., e qualcuno fa un brindisi. Non so proprio cosa significhi».

La donna cominciò a ridere e gridò: «Oh, sì? Alcuni dei suoi amici hanno scalato la recinzione del cimitero e hanno lasciato una

**70**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

bottiglia di Jack Daniel's sulla sua tomba. Penso lo si possa chiamare una specie di ufficio funebre».

Nella stanza risero tutti, poi le si avvicinarono e l'abbracciarono. Stephen le assicurò che lui le sarebbe sempre rimasto vicino e le disse di accettare il tutto con calma. Sua madre fisso il soffitto e cominciò a parlare con Stephen. Non solo era riuscita ad accettare la morte del figlio, ma si era anche liberata del suo irrazionale senso di colpa. Il fatto di sapere che il figlio continuasse a vederla da lassù la rese felice.

**LA CHEERLEADER**

Proprio come sulla terra, quando alcune cose ci infastidiscono, sentiamo di doverle risolvere. Da spiriti ci comportiamo allo stesso modo. Quando passiamo nel mondo degli spiriti, esistiamo secondo i pensieri e le azioni della nostra vita terrena. Se abbiamo fatto qualcosa di cui ci siamo vergognati quando avevamo una forma fisica, la sensazione che ne abbiamo derivato potrebbe rimanere a lungo nella nostra consapevolezza.

Se moriamo senza avere risolto alcune faccende, non possiamo riposare in pace o migliorare spiritualmente finché non sono state risolte le questioni terrene. Una delle ricompense del mio lavoro è aiutare uno spirito a cercare e ricevere perdono per una qualche sua cattiva azione. Solo allora uno spirito si sarà liberato del suo vincolo negativo e potrà progredire nella sua crescita nell'aldilà. Come, già detto, molte volte introdurrò spiriti inaspettati. In questo caso c'è qualcosa di molto importante che lo spirito ha bisogno di riferire a un cliente. Nell'esempio seguente lo spirito è una vecchia compagna di liceo che vuole il perdono per azioni che ha commesso nel passato.

Durante un incontro di gruppo un sabato sera sul tardi, proprio poco prima di terminare la seduta, venni indirizzato a due donne e un uomo che sedevano di fronte a me sul divano. Compresi che erano tutti collegati. Posi le mie domande alla donna seduta in mezzo.

«Mi scusi, posso parlarle?».

«Certo», rispose.

**71**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

«C'è qui una giovane donna che ha circa la sua età. Ho l'impressione che qualcosa la turbi, la preoccupi. Conosce il nome Stacey?».

«Sì. Sono andata a scuola con lei».

«E' deceduta in modo improvviso. Mi sta mostrando vetri e sangue e poi indica la sua testa. Non era preparata alla morte. Ha senso tutto ciò?».

«Sì, sì. Stavo pensando a lei mentre ero qui seduta».

«Dice che non si sarebbe persa questo incontro per nulla al mondo... Stacey mi sembra una ragazza che ama i divertimenti».

«Sì, lo era».

«Ho la sensazione che fosse molto popolare a scuola, l'anima delle feste».



Tutti si misero a ridere.

«Prima di morire aveva la mente confusa, come se fosse drogata o ubriaca. La vedo su un'automobile. La sua testa ha subito un urto. Vedo un sacco di vetri infranti e di sangue. Ritengo che abbia avuto un incidente d'auto; sono addolorato nel dirlo, ma ho la sensazione che sia stata scagliata fuori attraverso il parabrezza».

Entrambe le ragazze esclamarono: «Esatto».

«Mi dice che è successo a un incrocio. Era stata a una festa dove, dice, la droga le ha fatto perdere la testa».

«Sì».

«Vi conosce entrambe. Giusto?».

«Sì, eravamo tutte e tre compagne di scuola».

Posi ora le mie domande a Julie, l'altra donna seduta sul divano.

«Mi sta mostrando una fotografia di voi tre. Lei ha la foto di cui parla?».

«Sì, la stavo guardando poco fa».

«Strano. Ora mi fa vedere qualcosa... forse delle tenute sportive.

Non so se per il football o per qualcosa che ha a che fare con l'università. Mi mostra una lettera su un maglione».

Julie chiarì: «A scuola eravamo tutte e tre cheerleader. Io

**72**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

guardavo proprio una fotografia di noi tre con indosso le nostre uniformi da cheerleader, che avevano una lettera ricamata sul petto».

Mi fregai la fronte e trassi un sospiro di sollievo. Ero felice che avessero compreso l'informazione.

Continuai. «Ha sempre desiderato diventare madre».

«Proprio così. Parlava di formarsi una famiglia e di tutte le cose che avrebbe fatto».

«Vuole che vi dica che dove è ora si occupa di bambini. E' una specie di assistente sociale, e le piace molto».

Le due donne annuirono con il capo e sorrisero. All'improvviso l'umore di Stacey cambiò.

«Molto strano. Mi sta inviando un senso di pesantezza e inizia a piangere. Il modo in cui vi ha trattate la sta turbando molto. Mi sta dicendo, scusate il termine, che con voi si è comportata in modo meschino».

Entrambe annuirono scuotendo la testa.

«Mi dice che ha rotto l'amicizia con voi perché voleva stare con

amici che erano più popolari e legati al gruppo "in" della scuola. Ammette di essere stata una persona gelosa e che scatenava dispute tra le persone. Voleva sempre essere al centro dell'attenzione. Voi due avete smesso di parlare con lei per un po'?».

«Già, proprio così. Non le abbiamo rivolto la parola per alcuni mesi prima della sua morte».

«Vuole che vi dica che le dispiace molto. Aveva torto e chiede che la perdoniate per come si è comportata. Dice che essere la ragazza più popolare della scuola l'aveva tanto ossessionata da trascurare i sentimenti altrui. Una cosa stupida».

Le due giovani si misero a piangere.

«La perdonerete? Il suo modo di comportarsi l'ha molto preoccupata».

«Certo, la perdoniamo», mormorò Julie.

«Vuole che sappiate che capisce il vostro dolore. Ha

**73**

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

sperimentato su di sé il modo in cui vi ha trattato e odia quello che vi ha fatto».

Le due giovani si asciugarono le lacrime.

«Julie, quest'estate lei ha sposato il giovane seduto accanto a lei?».

«Sì, in agosto».

«Aveva pensato che sarebbe stato bello avere Stacey come damigella d'onore?».

»Sì. Ci abbiamo pensato tutte e due. E' molto strano».

«Mi sta mostrando un abito rosa e ha legato i capelli con un nastro rosa».

Julie gridò: «Oh, mio Dio? Il rosa era il colore degli abiti delle damigelle d'onore, e tutte avevano un nastro rosa tra i capelli».

Continuai: «Stacey vuole che sappia che lei ha partecipato al suo matrimonio in spirito. Dice: "Pensavi di potere dare una festa senza di me?"».

A questo commento tutti risero e ringraziarono Stacey per essere intervenuta. Stacey, a sua volta, ringraziò le amiche per il loro amore sincero e per il loro perdono. In quel momento vidi Stacey avvicinarsi alle due giovani e abbracciarle, poi si girò e mi sorrise in segno di gratitudine. Lentamente si dissolse nell'etere. Il gruppo ci mise alcuni istanti prima di rendersi conto dell'incredibile

esperienza e della sensazione di pace e di amore discesa su tutti. E' importante comprendere che si continua ad avere opportunità per cambiare atteggiamenti e comportamenti una volta abbandonato il corpo fisico. Se qualcuno era stato cattivo e scortese da vivo, come aveva ammesso Stacey, nell'aldilà potrebbe avere una nuova consapevolezza di sé. Lei aveva capito quanto male si era comportata sulla terra e si era pure resa conto di avere avuto molte occasioni per dare amore, ma di avere scelto invece di creare guai. Questa nuova consapevolezza porta alla comprensione e al desiderio di venire perdonata.

Nella maggior parte delle mie sedute, la richiesta più comune degli spiriti è quella del perdono. L'essere dispiaciuti per le malefatte terrene non è solo una forma di guarigione per gli spiriti

74

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

ma uno stimolo per quelli che sono ancora sulla terra per iniziare a risolvere problemi o irritazioni con altri. Il popolo degli spiriti vuole che viviamo una vita priva di giudizi e pregiudizi. Gli spiriti ripetono di continuo che l'unica via è l'amore e il perdono?

#### **IL POLIZOTTO**

Una delle domande che vengono poste più spesso è: **Se gli spiriti possono vedere gli eventi prima che accadano, perché non ci dicono cosa dobbiamo aspettarci?** Bisogna capire che il popolo degli spiriti può dirci soltanto ciò che sa e solo ciò che è spiritualmente giusto riferire. Sebbene uno spirito abbia raggiunto un più acuto senso di consapevolezza e una coscienza più ampia, può dare informazioni solo dal grado della sua conoscenza illuminata.

Mi spiegherò meglio. La terra è la nostra aula scolastica. Noi arriviamo qui per apprendere molte lezioni, e queste lezioni variano da persona a persona. Ciascuno di noi incarna un diverso livello di crescita, e ciascuno di noi deve superare differenti esperienze per potere acquisire saggezza e ampliare la conoscenza del più grande quadro della vita. Come disse Gesù: «Nella casa di mio padre vi sono molte dimore». Ciò significa che vi sono molti livelli spirituali d'esistenza. Quando moriamo, entriamo in un livello spirituale che uguaglia i pensieri e le azioni della nostra vita terrena. Uno spirito può farci avere informazioni solo dal livello spirituale da lui raggiunto.

Nell'aldilà, inoltre, gli spiriti rispettano e seguono le leggi

spirituali. Se sfidassero quelle leggi, andrebbero contro lo stato naturale di armonia ed equilibrio e non potrebbero evolversi spiritualmente. E così, invece di dare risposte su ciò che potrebbe accadere, si attengono alla loro legge e ci permettono di fare le nostre scelte.

Per esempio, se qualcuno chiedesse alla madre morta se si sposerà o no, le risposte potranno essere due. La madre potrebbe avere l'informazione richiesta e inculcare la risposta nella mia mente. D'altra parte, se il matrimonio fosse una lezione karmica per il figlio, la madre non vorrà di certo comprometterne la crescita spirituale dando una risposta a un'imminente prova karmica. Una

75

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

persona **deve** superare da sola l'esperienza umana. Pur con le nostre guide e i nostri angeli, dobbiamo prendere le decisioni che ci riguardano basandoci sulla consapevolezza spirituale. Si potrebbe dire che ciascuno di noi è costantemente **nesso alla prova**.

La seguente seduta è uno splendido esempio di come uno spirito possa non essere a conoscenza di qualcosa della vita terrena ma essere capace di vedere alcuni particolari di un evento futuro.

Lasciatemi sottolineare che questo non è di solito il caso, ma, come vedrete, quando accade è una cosa sorprendente. Il contatto ebbe luogo durante una seduta di gruppo. Io mi avvicinai a una signora ed entrai in sintonia con sua nonna che era in piedi accanto a lei.

La nonna arrivò con informazioni fortemente probanti: riferì come era morta e fece delle osservazioni sui nuovi cuscini del divano della nipote. Pensai non avesse altro da dire finché non accadde qualcosa di molto strano.

«Carla, lei conosce sulla terra qualcuno di nome Joanne?».

Lei ci pensò su un po' ma non riuscì a ricordare nessuno con quel nome, per cui continuai.

«Ecco, c'è un uomo accanto a me che insiste col dire che lei la conosce».

Niente da fare, non riusciva a ricordare.

«Parla di un incidente di moto. E' morto in un incidente in motocicletta e dice che è successo mentre tornava a casa dal lavoro».

Lei continuò a riflettere e all'improvviso impallidì.

«Oh, mio Dio, penso di sì!» esclamò.

«Sta citando il nome Kathy».

«Sì, la mia migliore amica si chiama Kathy e Paul era suo marito. E' morto in un incidente con la motocicletta».

Carla era ora molto eccitata e noi dovemmo interromperci per un paio di minuti affinché riprendesse il controllo di sé. Poi continuai.

«Paul mi mostra un'uniforme, un'uniforme da poliziotto. Mi fa vedere anche una sfilata di automobili della polizia: sembra una specie di processione».

**76**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

«Sì, l'hanno fatta per il suo funerale».

«Vedo molti poliziotti trasportare una bara. Sa se la sua tomba è vicina a una specie di muro?».

«Non ricordo... no, proprio non lo so. Dovrò chiedere a Kathy».

«Sa per caso se Kathy ha appeso una targa sulla parete con il distintivo di Paul e la sua foto?».

«Non lo so».

«Glielo chieda, per favore. Dice di averla vista davanti alla targa e che gli parlava».

«D'accordo, glielo chiederò».

Fu allora che Paul cominciò a dare informazioni incredibili e del tutto inattese. Non sapendo sempre come interpretare ciò che ricevevo, non compresi affatto le informazioni.

«Paul dice di avere visto un bambino. Sa del bambino. Parla di una neonata e che lui era presente alla sua nascita. Questo lo capisce?».

Carla aveva sul volto un'espressione vacua. Poi iniziò a piangere e si mise la mano sulla bocca. Singhiozzando tra una parola e l'altra disse: «Sì, sì... capisco. Quando Paul è morto, Kathy era incinta di due mesi ma lui non lo sapeva. Kathy ha avuto la bambina cinque mesi fa. Si chiama Joanne».

Nella stanza tutti, me compreso, rimasero a bocca aperta.

In seguito Carla venne a sapere che Paul era stato sepolto proprio accanto a una parete, sul fianco di un mausoleo. Kathy aveva incorniciato il distintivo di Paul e l'aveva appeso, assieme a una sua fotografia, sulla parete nel salotto. Kathy disse a Carla che, davanti alla foto del marito, aveva chiesto a Paul un segno che le dimostrasse che stava bene. I risultati della seduta la rallegrarono e la rassicurarono.

Ancora oggi Kathy si sente rincuorata sapendo che il suo caro marito non solo è vivo nell'aldilà ma che dal paradiso protegge la

loro piccola.

LA MADRE E L'AUTOBUS

77

### MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh

La seguente sessione avvenne durante uno spettacolo a favore dell'AIDS Project Los Angeles nel 1992. Io ero stato invitato a tenere una dimostrazione pubblica affinché gli spettatori avessero un'opportunità di esaminare la morte da una prospettiva non proprio ortodossa. Dal momento che una dimostrazione pubblica può comportare la presenza di cinquecento persone e anche di più, io devo trovare un modo per creare un collegamento tra il mondo degli spiriti e i partecipanti terrestri. Ciò viene realizzato dai miei spiriti guida che vengono a conoscere la condizione di uno spirito e con grande cautela lo sistemano dietro di me. Io non ho voce in capitolo sulla posizione o l'ordine in cui ricevo l'informazione e non so mai chi comparirà.

Durante la quarta trasmissione di messaggi, uno spirito femminile iniziò a parlarmi.

«C'è qui una signora che mi dice di essere deceduta in Messico. Ha un qualche significato per qualcuno qui in sala?».

Nessuno rispose per cui continuai.

«Questa donna mi dice che ha avuto un incidente automobilistico con un autobus. Sì, credo si sia scontrata con un autobus.

Qualcuno capisce di cosa sto parlando?».

Anche questa volta nessuna risposta. E' raro che nessuno riconosca un'informazione. Quando capita, scopro in seguito che qualcuno aveva riconosciuto la notizia ma che o era rimasto troppo scioccato per la precisione o non aveva voluto esporsi in un'assemblea pubblica, oppure l'informazione non era stata interpretata correttamente durante la seduta.

Quella sera successe la seconda cosa. Dopo due ore salutai gli spettatori e, mentre stavo radunando le mie cose per andarmene, si presentò a me un uomo dai capelli scuri.

«Mi scusi, mi chiamo Ed Auger».

«Buonasera, posso esserle d'aiuto?».

«Mi stavo chiedendo se l'informazione sulla signora in Messico avesse potuto essere per me. Mia madre è morta in un incidente automobilistico in Messico, ma non si è scontrata con un autobus bensì con un camion».

«No, questa signora mi ha mostrato chiaramente un autobus.

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

C'era una qualche scritta sul fianco. E' sicuro che si trattasse di un camion?» chiesi.

«Sì, credo di sì, ma controllerò con mio padre. Grazie mille».

Con queste parole uscimmo dalla sala ognuno per la propria strada. Un mese dopo ricevetti una telefonata urgente da Ed. Mi disse di avere parlato con il padre in Messico il quale aveva confermato che l'incidente della madre era avvenuto con un autobus. Aveva addirittura inviato a Ed una copia dell'articolo sul disastro apparso sul giornale. Ed era sconvolto per non avere riconosciuto subito l'informazione e sperava che sua madre non fosse adirata con lui. Mi spiegò di non avere compreso l'informazione perché al tempo dell'incidente lui aveva solo due anni.

Fissammo un appuntamento con la speranza che Ed potesse incontrare la madre che conosceva appena.

«Ed, sua madre è una donna molto carina. Ha bellissimi occhi e splendidi capelli scuri. La vedo mentre se li tira indietro».

«Ho solo una sua fotografia e il suo aspetto è proprio quello».

«Ecco, sua madre non è d'accordo con lei. Insiste col dire che lei ha un'altra sua foto in salotto».

«No, non me ne viene in mente nessun'altra».

«Dice che non è una vera fotografia. E' qualcosa di speciale.

Buffo? Dice che è stata fatta prima che sposasse suo padre. Sa qualcosa di un quadro di sua madre?».

«Oh, mio Dio, sì. Ho un ritratto di mia madre a diciannove anni appeso in salotto. Era stato dipinto subito dopo che aveva incontrato mio padre».

«Sta ridendo. Dice che lei è tanto pignolo verso tutto ciò che è in quel salotto. Mi sta mostrando anche delle maschere. Tribali, credo».

«Sì, sono appese sulla parete di fronte al quadro. Faccio collezione di maschere africane. E' sorprendente!».

«Ora parla di suo padre. Dice che ha delle medaglie. Aspetti, voglio capire bene. Ecco, suo padre ha ricevuto un qualche premio, una medaglia o un nastro?».

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Ed non ne era sicuro.

«Sua madre proveniva da una famiglia molto rispettata. Penso



fossero molto noti nell'ambiente della politica. Questo le suona giusto?».

«Sì, esatto. In Messico suo padre era un sindaco, ed era molto influente e importante».

«Sta cercando di dirmi come si chiama. Mi fornisce tre nomi diversi. Uno suona come Camille o Camilla?».

«Incredibile. Si chiamava Camilla Dolores Garda».

«Bene. Molto bene. Sua madre è una grande comunicatrice».

Rimanemmo in silenzio per alcuni minuti.

«Mi spiace dirle questo, ma devo riferirle esattamente ciò che ricevo. Non censuro niente».

«D'accordo, vada avanti».

«Sa se sua madre aveva dovuto sposarsi?».

«Cosa intende?».

«Ecco, dice di essere stata costretta al matrimonio».

Ed era scioccato. Non l'aveva mai saputo e trovava difficile crederlo. Gli dissi che forse non stavo interpretando nel dovuto modo le parole della madre e che lui avrebbe dovuto chiedere a suo padre. La seduta continuò ancora per un po'. Sua madre parlò di un anello con diamante, del lavoro di Ed nel mondo finanziario e del suo recente trasferimento.

L'uomo se ne andò soddisfatto ma anche perplesso. Pochi giorni dopo mi telefonò e mi disse di avere parlato con suo padre della seduta. Il padre aveva confermato la medaglia che aveva ricevuto per meriti militari. Disse che la teneva in un cassetto in camera da letto accanto all'anello con diamante che aveva dato a sua moglie. Ed mi spiegò poi il messaggio della madre riguardo l'essere stata costretta a sposarsi. Risultò che il padre si era risposato due anni dopo la morte della madre di Ed. Il padre riferì al figlio che aveva dovuto sposare sua madre perché l'aveva messa incinta e che, se non l'avesse fatto, avrebbe rovinato la reputazione della famiglia. Suo padre non ne aveva mai fatto parola, era rimasto un segreto.

80

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Ed era più che certo di avere comunicato con la madre. Era felice di sapere che lei era sempre con lui e che l'avrebbe aspettato quando sarebbe toccato a lui tornare a casa nel mondo degli spiriti. Dice che sta aspettando con gioia il momento in cui si ritroveranno e staranno per sempre insieme.

81

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

## 6 – A.I.D.S.

Da che mondo è mondo ogni generazione è stata messa alla prova da un qualche tipo di flagello. E' una disgrazia che io debba dedicare un capitolo a questo soggetto, ma l'AIDS è la piaga della società odierna. Si è inserito tra il cancro e le malattie cardiovascolari quale causa di morte di milioni di persone in tutto il mondo. Mi è stato spesso chiesto: **Perché esiste l'AIDS? Cosa dobbiamo apprendere da questa malattia?** Sono stati scritti centinaia di testi nel tentativo di rispondere a queste domande. Non sarò certo io a sostenere di avere una grande conoscenza dell'argomento né tenterò di dare qui una spiegazione della sua esistenza. Penso che i motivi siano complessi e che non ci siano risposte semplici. Posso soltanto riferire al lettore la mia esperienza a proposito di questa malattia da un punto di vista spiritistico, con le parole di coloro che hanno oltrepassato la soglia della morte e hanno spiegato perché avevano dovuto personalmente vivere l'esperienza dell'AIDS.

Lasciatemi ribattere un punto. Tutte le cose sono state create dal pensiero universale. Anche se non vediamo il pensiero, esso esiste. Ho già sottolineato che c'è una legge universale di causa ed effetto che è costante, molto simile al movimento di energia che anima il nostro mondo. In altre parole è il nostro pensiero che crea le condizioni delle nostre vite. Pochi di noi vivono con pienezza e verità l'esistenza. Noi usiamo invece male il potere dei nostri pensieri. Anche coloro che predicano la verità sembrano incapaci di vivere all'altezza della loro pia filosofia. E così invece di usare i pensieri per condividere gli ideali di un Dio che ama incondizionatamente, rivolgiamo l'energia al pregiudizio e al bigottismo.

Troppe persone assumono un atteggiamento da Dio in terra. Alcuni usano il loro potere materiale per dominare gli altri. Solo l'ego è avido di potere fine a se stesso, e lo può trovare ovunque, in un'azienda o nel governo o sul pulpito di una chiesa. Insieme al potere vi è la convinzione che una certa quantità di ricchezza materiale possa renderci speciali o preziosi. Siamo tutti consapevoli

82

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

che alcuni di noi hanno tratto vantaggio e continuano a trarne dallo sfruttamento di altri esseri umani. Infine, tocca a noi come individui sapere che non è la quantità di denaro che abbiamo in

banca, la dimensione della nostra casa o il numero di automobili che possediamo a determinare merito e valore. Quando andiamo nell'aldilà, l'unica domanda che ci porranno avrà a che fare con la quantità d'amore che abbiamo nei nostri cuori.

Siamo tutti uguali. Dio non ha scelto un gruppo al di sopra di un altro. Quando osiamo essere consapevoli, aumentiamo comprensione e compassione e vediamo ogni essere vivente come parte dell'energia universale di Dio. Siamo privi di pregiudizi e di odio basati sul colore, la razza, il sesso e le preferenze sessuali. Dio non è limitato. Solo gli esseri umani limitano il loro pensiero.

Personalmente credo che, diffondendo odio, pregiudizio e intolleranza, abbiamo contribuito alla diffusione dell'AIDS. E' il nostro modo errato di pensare a provocare un generale senso di malessere e quella mancanza di armonia in cui oggi si trova il nostro mondo.

La gente chiede spesso se vi è una cura per questa terribile malattia. A loro dico: sì. C'è una cura per ogni malattia che ci affligge, ma non se ne troverà nessuna fino a quando non abbandoneremo gli atteggiamenti egocentrici e non inizieremo ad apprezzarci e ad amarci l'un l'altro incondizionatamente.

La malattia conosciuta come AIDS, pur essendo un morbo tremendo, è stata anche una incredibile opportunità di crescita e illuminazione. Associata all'inizio agli omosessuali, ha raggiunto ora la popolazione comune. Tutti i popoli della nostra terra sono stati restii a rendersi conto della rapidità della sua diffusione. Stiamo comunque finalmente accettando il fatto che la questione AIDS coinvolge tutti. A causa di questo flagello siamo stati costretti ad apprendere lezioni di tolleranza, comprensione e accettazione. Questa malattia fa emergere anche caratteristiche delle persone che esse neppure si erano accorte di avere. E così molta gente colpita da AIDS s'interroga, tra le altre cose, sulla spiritualità, sulla propria esistenza universale, sulla paura dell'ignoto e, cosa più importante di tutte, sul fattore amore. Le nostre anime crescono al massimo sotto la maggiore tensione. Ciò vale non solo per gli ammalati di AIDS ma anche per le loro famiglie e i loro amici.

**83**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Durante le sedute con spiriti deceduti a causa di questa malattia, molti motivano la loro esperienza. Gli spiriti introducono la comunicazione spiegando che il loro cammino di vita era stato

deciso molto prima che scendessero su questa terra. Molti hanno riferito di essere impegnati a equilibrare il karma negativo di questo pianeta creato dal nostro errato modo di pensare agli altri e dal modo sbagliato di comportarci l'uno verso l'altro. Le persone morte di cancro mi hanno detto la stessa cosa.

Dedico questo capitolo a tutti coloro che sono colpiti da questa devastante malattia; a tutti coloro che si sono impegnati ad aiutare questi malati e a chi ha perso in questo terribile modo una persona amata.

#### **LA PICCOLA DI MAMMA**

E' importante sottolineare che le capacità di comunicazione degli spiriti sono essenziali e determinano in gran misura la riuscita di una seduta. La seguente sessione fu molto impressionante per due motivi: primo, la bambina fu chiara, precisa e aveva compreso il processo di comunicazione. Secondo, ogniqualvolta compaiono dei bambini, essi sono puri e parlano con innocenza.

Un giorno mi telefonò e implorò il mio aiuto una signora molto sconvolta di nome Miriam. Mi disse che la sua bambina aveva preso l'AIDS dopo una trasfusione di sangue ed era morta. «Non posso più continuare a vivere finché non sarò certa che la mia bambina sta bene», disse. Le fissai subito un appuntamento.

Quando Miriam Johnson arrivò, m'informò che non sapeva molto di quello che facevo. Disse che era al limite e che chiunque fosse riuscito a fare anche solo un po' di luce le sarebbe stato d'aiuto. La feci accomodare e le spiegai dettagliatamente come lavoravo e cosa poteva aspettarsi. Era un po' nervosa ma, resasi conto che io non ero minaccioso né fasullo, riuscì a rilassarsi e a dare il via all'esperimento.

Iniziai la seduta con la mia solita preghiera. Passarono parecchi minuti prima che io udissi un leggero mormorio di pensieri nella mia testa.

«Credo che la sua bambina sia qui. Ha lunghi capelli castani,

**84**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

luminosi occhi verdi e un adorabile sorriso. Sembra un po' timida». Miriam, con gli occhi colmi di lacrime, mormorò: «E' qui? E' proprio lei?».

«Lei dice di sì».

«Come faccio a saperlo? Cosa può dirmi?».

Io continuai. «Mi viene detto il nome Bethie».

Miriam cominciò a piangere senza freni. «Sì, era quello il suo nomignolo. La chiamavo sempre Bethie. Il suo vero nome è Elizabeth».

«Molto strano... ha in mano qualcosa che non riesco bene a individuare. Un attimo. Oh, aveva degli animali di peluche?».

«Sì, nella sua cameretta».

«Dice che lei le ha dato un animale di peluche. Aspetti! Me lo sta mostrando. Hmmm, sembra un pony rosso. Le dice qualcosa?».

«No, non ricordo che avesse un pony rosso. Forse ce l'aveva ma ora non me lo ricordo».

Chiesi poi telepaticamente a Bethie di dirmi qualcosa di più sull'animale. Dopo alcuni minuti proseguì.

«Bethie mi sta mostrando una stanza d'ospedale e lei è lì con un pony rosso di peluche».

Nella mente di Miriam si accese una lampadina.

«Oh, sì, certo. Glielo avevamo comperato John e io e lei l'ha tenuto per tutto il tempo passato in ospedale. Scusi, me n'ero dimenticata».

«Devo dire che la sua bambina è molto intelligente e che è decisamente venuta su questa terra con una missione. Mi piace la sua energia e la sua gioia di vivere. Non ci si sarebbe mai aspettati che morisse tanto giovane».

Miriam annuì e si asciugò le lacrime dagli occhi.

«Parla di un campeggio. Ricorda che sia mai stata in campeggio?».

«Sì, l'estate scorsa, al campeggio Rainier».

«Sua figlia mi sta mostrando una medaglia con un nastro. Sa

**85**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

cosa può essere?».

«Sì», sussurrò Miriam col fiato mozzo. «Aveva vinto una medaglia. L'ho guardata di recente. Una medaglia di canottaggio: era diventata una campionessa».

«Sì, era con lei questa mattina in camera da letto quando ha tirato fuori la medaglia dalla scatola», dissi.

Miriam quasi non credette alle proprie orecchie.

«Vuole salutare con tanto amore John e dire a lei che è d'accordo con la sua decisione. Mi spiace, ma non ho idea di cosa intenda».

Ancora una volta gli occhi di Miriam si riempirono di lacrime. Mi fissò e mormorò: «Ho appena detto a John che lo sposerò, ma non

ero certa che alla mia bambina sarebbe piaciuta la mia decisione». «Lei dice di sì e che ha visto John chinarsi e darle un bacio sulla fronte quando è morta all'ospedale».

Dopo numerosi altri incredibili fatti probanti, chiesi a Miriam se avesse qualche domanda.

«Sì. La mia piccola sarà in paradiso quando ci arriverò io?».

In quel momento venni toccato dall'emozione splendida e amorevole di Bethie. Lei mi chiese di dire a sua madre che non solo sarebbe stata lì per lei, ma che sarebbe andata a prenderla e che sarebbero salite in cielo insieme.

La seduta finì con Miriam che sorrideva felice. Non poté trattenersi dall'abbracciarmi e dal dirmi quanto fosse riconoscente. Sentiva di potere ricominciare finalmente a vivere perché sapeva che la sua bambina era al sicuro e viva. Prima era una donna disperata, ora Miriam era una donna gioiosa.

#### **IL CUORE**

La bellezza del mio lavoro non sta solo nel fatto di trasmettere ad altri la verità della vita dopo la morte ma anche nel fatto d'avere assistito a cambiamenti incredibili e miracolosi nelle persone venutene a conoscenza. La seguente seduta fu una delle più toccanti esperienze d'amore eterno in cui mi sia mai imbattuto. Molte volte ho ricevuto informazioni che non avevano avuto

**86**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

alcun significato per il cliente se non in un secondo tempo. Fu questo il caso di una seduta con un ragazzo di nome Tom. Quando iniziai a entrare in sintonia con la sua energia, notai un giovane uomo alla sua destra che cominciò a descrivere le circostanze della propria morte, di cui io prima della seduta non avevo saputo nulla. «C'è qui un signore che le invia tanto affetto. E' alla sua destra. Ha occhi blu, capelli castani e porta la barba. E' morto piuttosto giovane. A quanto pare avrebbe dovuto morire molto più tardi. Hmmm... Sa chi potrebbe essere?».

«Sì, penso di sì», rispose Tom.

«Mi dà la sensazione di essere confuso, come se fosse stato drogato. Ho l'impressione che fosse sotto l'effetto di antidolorifici, qualcosa come la morfina».

«Esatto».

«Sento anche che aveva difficoltà a respirare. Credo che gli abbiano dovuto dare ossigeno. Mi sento anche molto debole. E'

come essere malato di AIDS. Comprende?». Tom iniziò a piangere. «Sì, capisco. E' così che è morto». «Le manda tutto il suo amore e dice che è sempre con lei. Ha cercato di dirle che le è vicino, ma lei non lo vede, e ciò lo frustra. Mi riferisce che lei ha avuto una promozione sul lavoro». «Ecco, sì, il mio supervisore mi ha parlato proprio questa mattina della possibilità». «Il suo amico sta ridendo. Dice che ha dato una mano per fargliela ottenere e che ora lei è in debito con lui». Tom rise. «Conosce il nome Gary?». «E' il suo nome». «Parla del giardino davanti alla casa e del suo desiderio di piantare dei fiori. Mostra se stesso mentre innaffia il prato e dice qualcosa riguardo al fatto che non sta utilizzando i fiori giusti. Sa che cosa intende?». «Sì, penso di sì. La settimana scorsa ho acquistato dei fiori per il mio giardino. Li ho portati a casa ma non li ho ancora piantati».

**87**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Chiesi: «Perché no?». «Quando sono giunto a casa, li ho messi vicino agli altri e ho visto che i colori non armonizzano, perciò devo riportarli al vivaio. Gary era molto esigente per quanto riguardava il giardino e lo innaffiava tutti i giorni. Sapevo che quei colori mescolati insieme non gli sarebbero piaciuti. Non oso piantare fiori che non si adattano al suo schema di colori. La cosa proprio non gli garberebbe!». «Infatti non gli garba!» esclamai. Ridemmo entrambi. «Mi sta dicendo che lei era in garage a controllare delle scatole. Mi mostra degli album di fotografie. E' una cosa sensata?». «Sì, l'ho fatto proprio questa settimana. Sto pensando di trasferirmi e volevo scegliere cosa tenere e cosa buttare». «Gary dice che lei ha già parlato con qualcuno circa la vendita della casa e che ha preso in considerazione quella che sta dietro la villa dove vive ora». «Non capisco». «Gary dice di aspettare, che capirà. Mi mostra qualcosa che ha a che fare con due cuori uniti insieme. Ha qualcosa di simile in



camera da letto?».

Tom non riuscì a identificare i cuori. Esaminò mentalmente tutta la casa senza capire cosa stessi descrivendo. Gli dissi che forse avrebbe capito in seguito.

«Gary vuole che le dica che l'ama molto e che l'amerà sempre. Vuole che lei sappia che è sempre con lei».

Tom esprime il suo amore a Gary e la sua felicità nel sapere che Gary era vicino a lui.

«Gary le invierà qualche segno così saprà che è accanto a lei».

«Sarebbe fantastico. Non vedo l'ora».

Con queste parole la seduta terminò. Tom mi assicurò che l'incontro l'aveva sollevato. Aveva riconosciuto in molte delle cose dette la personalità di Gary. Mi ringraziò e se ne andò.

Quattro mesi dopo Tom tornò a trovarmi e mi riferì un fatto

**88**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

straordinario. Disse che dopo la seduta era andato a casa, aveva messo via il nastro e non ci aveva più pensato. Tre settimane dopo aveva ottenuto la promozione, come Gary gli aveva garantito. Poi continuò: «La mia collega mi ha regalato due biglietti. Il primo era di congratulazioni per la promozione, poi mi ha detto che era accaduta una cosa stranissima: mentre stava per uscire dalla cartoleria si era fermata davanti a un altro cartoncino e si era sentita costretta a comperarlo. Non capiva perché, ma sapeva che doveva darlo a me. Quando l'ho estratto dalla busta, ho visto due cuori uniti insieme. All'interno c'era il messaggio: TI AMO».

Tom disse che vi era qualcosa di familiare in quel biglietto, perciò era tornato a casa e aveva esaminato tutte le scatole piene di lettere e biglietti che gli aveva inviato Gary. Quando li aprì comprese il significato del biglietto. Tutti erano stati firmati allo stesso modo: TI AMO... Gary.

#### **MAMMA E PAPÀ, SONO IO?**

Molte persone che siedono attorno al tavolo con me sono estremamente scettiche. Di solito il sistema di credenze non permette loro di aprirsi alle possibilità di una vita dopo la morte. Il mio lavoro sfida le credenze più convenzionali che si basano su anni di idee rigide e di un modo di ragionare ristretto.

Attorno a ogni creatura vivente vi è una forza energetica che viene chiamata aura. Quando uno spirito viene a trovarvi, vi vede come una forma d'energia. Non solo vede il corpo fisico (volto,

petto, gambe e così via), ma vede anche a molti altri livelli. Nell'aura lo spirito riesce a vedere i vostri corpi emotivi, mentali e spirituali, e lo stato di ciascuno di essi. Nel campo aurico sono contenuti tutti i pensieri, le parole, le azioni, i sentimenti e le questioni di salute. Per questo motivo gli esseri di spirito sono capaci di comunicare qualsiasi malattia o sconvolgimento emotivo stiate sperimentando. Questa informazione viene rivelata in particolar modo se gli spiriti sentono di poter fare qualcosa per aiutare quella persona. Uno spirito può anche riferire ogni altra informazione registrata nell'aura, come eventi futuri su cui avete riflettuto.

La seguente trasmissione di messaggi ha cambiato totalmente il  
**89**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

modo di pensare di due miei clienti. Ancora una volta ripeto che io non sono responsabile di chi o cosa arrivi. Qualcuno che non si erano aspettati si fece sentire con un'informazione che considerai straordinaria. La coppia, Vivian e Paul Strauss, era seduta di fronte a me. Capii che erano scettici per cui iniziai immediatamente.

«Non so chi desideriate contattare, ma devo chiedervi una cosa: avete perso una figlia?».

La coppia si lanciò un'occhiata curiosa quindi rivolse lo sguardo su di me. Rispose Vivian.

«No, ma cosa intende dire?».

«C'è una ragazza sui vent'anni vicino a voi. Mi spiace, ma non riesco ad afferrare il suo nome. Forse mi farà sapere in seguito chi è».

Passarono alcuni minuti.

«Vivian, c'è una signora più anziana che c'entra con sua madre e che parla di Chicago?».

«Sì, è mia nonna, la madre di mia madre. Ha vissuto a Chicago. Che sta dicendo?».

«E' preoccupata per sua madre. Sua madre ha dei problemi agli occhi o ha appena fissato un appuntamento con un oculista?».

Paul cominciò a dimenarsi a disagio sulla sedia. L'informazione l'aveva colpito, così ora parlò lui.

«Proprio così».

«Questa signora dice che lei ha avuto dei problemi con sua madre, che non le rivolge più la parola. Mettiamola in questo modo... sua madre può essere un po' opprimente e voi due di solito

vi scontrate. E' vero?».

Non riuscirono a credere alle mie parole. Avevo esposto la situazione proprio come era.

«Sì, non ci vado d'accordo come vorrei», rispose Vivian. «E' difficile parlare con lei».

«Sua nonna, la madre di sua madre, vuole che lei la tratti meglio. Dice che deve avere più comprensione».

La coppia annuì e io continuai.

**90**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

«Questa signora vi invia tutto il suo amore. Chi è Paul?».

«E' il mio nome», rispose Paul.

«Nel mondo degli spiriti c'è un'altra persona con questo nome».

Vivian e Paul si guardarono. Potevo vedere le lacrime riempire i loro occhi.

«Mi dicono che si tratta di vostro figlio. E' giusto?».

«Sì».

«Paul, il vostro ragazzo mi sta dicendo che lei deve prendersi più cura di se stesso. E' molto preoccupato per la sua salute. Dice che lei non ha accettato la sua morte, che tiene dentro tutto il suo dolore e non lo esprime. Questo è dannoso per la sua salute. Lei ha bisogno di uscire e fare altre cose. Le piace occuparsi di giardinaggio?».

«Sì».

«Suo figlio vuole che lei semini dei fiori nel giardino davanti casa».

«Ci stavo proprio pensando l'altro giorno».

«E' stato lui a metterle questa idea in testa».

La coppia mi fissò con espressione vacua. Erano chiaramente commossi dalla precisione dell'informazione e si aggrappavano a ogni mia parola.

«Questo vi parrà strano», continuai, «ma devo dirvi che vostro figlio vuole che sappiate che ha una ragazza lassù».

Vivian si nascose il viso tra le mani e cominciò a piangere.

Mormorò: «E' vero. Sta bene anche lei?».

Non compresi la situazione, per cui chiesi ai genitori di spiegare il messaggio.

«Era morta anche la sua ragazza sulla terra?».

«Sì, molti mesi dopo nostro figlio. Per noi era come una figlia», spiegò Vivian.

«Oh, mio Dio. E' incredibile», replicai. «Lei vuole che sappiate che sono insieme. Oh, è la ragazza arrivata all'inizio della seduta». Entrambi annuirono con un gesto della testa. La seduta continuò

**91**

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

ancora per un po' e io riferii tratti della personalità e le circostanze della morte del figlio.

«Sapete; vostro figlio mi sembra un po' ribelle. Gli è stato difficile sistemarsi. So che con lui c'è questa ragazza, ma di certo è uscito con molte altre coetanee».

«E' vero, aveva molte ragazze, o almeno così diceva».

«Credo che amasse la musica. Sa qualcosa sulla chitarra in garage?».

Rispose Paul. «Sì, la stavamo guardando ieri. Paul voleva suonare in un'orchestra. Si esercitava di continuo».

«Ha detto di osservarla quando tornate a casa. Vedrete che la seconda corda è rotta».

Paul non ne era certo ma disse che avrebbe controllato.

«Ora mi sta parlando di qualcosa a proposito di un'automobile. Avete per caso un pick-up?».

«Sì».

«Mi sta parlando di nuovi pneumatici, sul prenderne nuovi o qualcosa del genere?».

Pensai che l'uomo stesse per avere un infarto. Il suo viso si era fatto d'un bianco cadaverico.

«Li ho fatti montare venerdì scorso».

«Vostro figlio dice di controllare i fari anteriori perché devono essere cambiati».

«Oh, mio Dio, me ne sono accorto proprio ieri sera».

La coppia era stupita.

«Vostro figlio è morto molto velocemente. Ho una strana sensazione alla testa, come se fossi drogato, anche se non ho l'impressione che sia morto per overdose. Ha piuttosto qualcosa a che fare con l'interno del suo corpo. Continua a dire che non ha sofferto a lungo e che di questo è contento. C'era qualcosa che non andava nel suo sangue?».

«Sì!».

«Aveva l'AIDS?».

**92**

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Ricominciarono a piangere.

«Sì».

«Strano. La maggior parte degli spiriti con AIDS ha avuto la malattia per un periodo piuttosto lungo prima di morire. Non è questa l'impressione che ricevo da vostro figlio... sembra che si sia ammalato e sia morto rapidamente».

«Già, scopri di avere l'AIDS e una settimana dopo entrò in ospedale e morì. Il tutto è stato molto veloce», rispose il padre.

«E' deceduta di AIDS anche la sua ragazza?».

«Sì», disse la madre.

«Lei vuole inviarvi tutto il suo amore e salutare Carrie. Capite? Vuole che portiate i suoi saluti e tutto il suo affetto a questa persona».

«Carrie è sua madre».

«Vostro figlio desidera dirvi che gli dispiace che abbiate dovuto sopportare tutto ciò e che ora sta bene. Avrà anche l'opportunità di fare della musica».

Vivian e Paul si strinsero le mani. Il desiderio per cui avevano pregato, un'occhiata in un mondo completamente nuovo, era stato esaudito. Sapevano che non avrebbero più potuto riavere il loro figlio ma, attraverso me, ebbero la prova che era vivo nell'aldilà. Erano pronti a iniziare il processo di guarigione. Da quel momento, il rapporto di Vivian con sua madre è migliorato di molto e Paul ha cominciato a sistemare il suo bellissimo giardino fiorito dove siede, medita e contempla la vita da una nuova prospettiva.

**CIAO, BABY**

Come già detto, io non so mai quale parte di una trasmissione di messaggi avrà il maggiore impatto su un cliente. Molte notizie sembrano banali ma, naturalmente, mi rendo conto che vengono fornite come prova. A volte, quando ricevo un messaggio nella mente, razionalizzo il concetto perché penso di stare influenzando l'informazione o perché la trovo troppo insignificante. In seguito, tuttavia, scopro che quella particolare parola, frase o descrizione aveva un grande significato per il cliente. Per quanto abbia

**93**

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

praticato questo lavoro per anni, continuo a imparare a fidarmi delle comunicazioni con gli spiriti. La seguente seduta è un esempio fantastico di come qualcosa di banale possa cambiare per sempre la vita di una persona.

Partecipavo a un incontro di gruppo in casa di una donna a San

Bernardino, in California. Dopo avere riferito i messaggi a tre dei presenti, mi voltai verso una giovane donna seduta da sola sul divano. Si chiamava Laurie. Le riferii un messaggio di trenta minuti di sua nonna che descrisse i beni di famiglia, chi possedeva certi suoi oggetti e dove erano sistemati in giro per la casa.

Ero quasi arrivato al termine quando apparì lo spirito di un giovane uomo che si sedette accanto alla ragazza. Pareva tenergli la mano. Iniziò a inviarmi informazioni.

«Vedo un uomo seduto accanto a lei. Dice che è lui il motivo per cui lei si trova qui questa sera. Capisce il messaggio?».

Pensai che Laurie stesse per svenire. Impallidì e gli occhi parvero uscirle dalle orbite mentre tentava di trattenere le lacrime.

Le sue labbra si dischiusero e lei sussurrò: «Sì, è qui?».

«C'è un uomo che dice di amarla. Afferma di essere molto dispiaciuto per quello che ha fatto».

La giovane donna si asciugò le lacrime e mi rivolse un sorriso esultante.

«Mi sta dando l'iniziale M. di un nome. Ecco. E' una M. all'inizio e una Y. alla fine?».

«Sì, esatto. Il suo nome è Marty».

«Era il suo ragazzo?».

«Sì».

«Parla di qualche problema e dice di non essere stato sincero con lei riguardo ad alcune cose».

«Lo so. Va bene. Gli dica che va tutto bene».

Spiegai poi a Laurie come poteva inviargli i suoi pensieri e che non aveva bisogno di me per comunicarglieli.

«Marty mi sembra un duro. Ha un buon senso dell'umorismo, ma devo ammettere che lo usa in modo un po' contorto. Mi capisce?»

94

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Insomma, lui dice cose assurde e la gente potrebbe ricavarne un'idea sbagliata».

Laurie sorrise in segno di comprensione. Mi spiegò che spesso lui faceva arrabbiare la gente con ciò che diceva.

«Dice che voi avreste dovuto vivere insieme, ma che non avete potuto, e indica anche alcuni problemi che ci sono stati a questo proposito... troppe persone hanno cercato di intromettersi.

Capisce?».

«Ecco, a mia madre Marty non piaceva molto e non voleva che

noi stessimo insieme, per cui ci creava un sacco di difficoltà quando parlavamo di convivere».

«Lui capisce. Mi dice di avere avuto un passato movimentato e che lei lo ha aiutato a raddrizzarsi. Penso che avesse una compagnia sbagliata».

Laurie annuì con un cenno del capo.

Proseguì. «Ritengo si drogasse, e che è stato così che si è preso il virus, scambiandosi le siringhe. Ne sa qualcosa?».

«Non lo so. Lui non mi diceva niente. Ho pensato, infatti, che se lo fosse beccato così. Era piuttosto vizioso prima che lo incontrassi».

«Mi dice che lei è stata la cosa migliore che gli sia mai capitata. Parla di un fidanzamento. Avevate intenzione di sposarvi?».

Laurie iniziò di nuovo a piangere.

«Ne parlavamo. Lui diceva di volerlo fare e stavamo fissando una data».

«Ora mi parla di un anello di fidanzamento. Dice che l'aveva scelto per lei».

Laurie crollò. Dopo alcuni minuti ci mostrò un anello di fidanzamento di diamanti che portava al collo attaccato a una catenina.

Tra le lacrime spiegò la situazione. «Sua madre lo ha trovato assieme a una lettera indirizzata a me. Aveva avuto intenzione di darmelo il giorno della sua morte».

Nella stanza tutti sussultarono. Io attesi alcuni minuti finché

95

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Marty non mi diede altre informazioni.

«Vuole ringraziarla per essersi presa cura di lui. Lo ha aiutato a mangiare e a lavarsi?».

«Sì, mi ero presa cura di lui. Nessun altro voleva avere a che fare con lui. A me non importava... io l'amavo».

«Molto bello da parte sua. Lei è stata messa alla prova dagli spiriti e ha superato l'esame».

Per tutto il resto del contatto Marty continuò a ringraziare Laurie per averlo indirizzato sulla giusta via e per averlo assistito durante la malattia. Cercò di comunicarle che l'amava ancora. Laurie credeva di stare parlando con lo spirito del suo innamorato morto, ma io capivo che aveva ancora alcune riserve. La mia energia stava calando e le mie guide mi dissero di smettere per quella sera.



Ringraziai tutti e a Laurie dissi: «Marty dice... Ciao, Baby». Laurie si alzò e lanciò un urlo. Le chiesi se andava tutto bene e lei esclamò: «Ieri sera, mentre pensavo a Marty, gli ho detto: "Se questo tipo è veramente serio e tu arrivi, chiamami con il mio nomignolo". Il mio nomignolo è Baby».

A quelle parole tutti noi rimanemmo a bocca aperta e scuotemmo la testa stupefatti per lo spirito e per il potere dell'amore.

96

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

## **7 - SUICIDIO**

Come esseri viventi, noi siamo fatti di tutto ciò che abbiamo sperimentato in vite passate. In altre parole, la nostra vita attuale è un insieme di pensieri passati, azioni e fatti, positivi o negativi, che abbiamo portato con noi. A causa del karma passato ci ritroviamo a rinascere in date situazioni familiari con un particolare stato economico e sociale necessario alla nostra crescita spirituale. Prima di assumere un'identità terrena, uno spirito si prepara alla sua nuova vita nei regni spirituali. E' cosa comune per un'anima riprendere un tipo di lavoro che nelle precedenti vite gli era interessato o aveva già svolto. Diciamo che uno spirito programma di sperimentare la vita terrena nell'anno 2001 svolgendo la professione medica.

Passerà del tempo con le sue guide e i suoi maestri per perfezionare le necessarie capacità ed esaminerà le scoperte e le tecnologie mediche che saranno disponibili in quel periodo.

Potrebbe anche venire a conoscere nuove malattie o flagelli che colpiranno l'umanità e apprenderà a diffondere la conoscenza e l'amore per tutti tramite il suo potenziale lavoro sulla terra. Appena uno spirito prende atto della sua conoscenza, viene integrato in una nuova personalità.

E' di estrema importanza che un'anima comprenda il valore della sua partecipazione al futuro dell'umanità e come ciò influirà sulla vita degli altri.

Quali esseri spirituali, noi continuiamo a imparare, a svilupparci e a evolverci. Noi guardiamo alla nostra futura incarnazione come a una specie di programma di ciò che stiamo tentando di realizzare e di apprendere mentre viviamo nel nostro corpo fisico.

Per questo motivo raccogliamo opportunità ed esperienze sulla terra che sono le più favorevoli per la nostra crescita e per la

consapevolezza spirituale. Il nostro karma è connesso al momento della nostra prossima incarnazione e all'esperienza che faremo in quel periodo.

Fondamentalmente tutti noi siamo qui per apprendere l'amore.

97

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Vi parrà una cosa semplice ma, generalmente parlando, non lo è affatto. L'amore ha molti aspetti. Una delle prime lezioni che dobbiamo imparare è l'amore per noi stessi.

Senza amore e consapevolezza di sé, non sapremo come amare gli altri. Appena conosciamo a fondo l'amore incondizionato di sé e degli altri, comprenderemo e rispetteremo la legge naturale di causa ed effetto, non perché desideriamo una più alta posizione nella vita ma piuttosto perché sappiamo che è l'unica via. Nel comprendere questa legge e vivendo secondo i suoi dettami rispetteremo la nostra reciproca singolarità.

Potremo allora vivere in conformità con gli altri esseri umani considerandoli fratelli utili al miglioramento di tutti.

#### **L'inclinazione al suicidio**

Questa terra è un luogo in cui acquisire consapevolezza di elementi e aspetti della condizione umana che non possiamo sperimentare altrove. E' un luogo di crescita, e la crescita non è mai semplice. La maggior parte delle persone vive oggi è costantemente alle prese con problemi di sopravvivenza. Siamo bombardati da preoccupazioni finanziarie, di lavoro, emotive o di salute. Spesso queste preoccupazioni sono associate a sentimenti di autodistruzione. Pensiamo: Questo non lo posso sopportare, oppure: Starei meglio morto.

E' piuttosto comune per la maggior parte della gente provare istinti suicidi almeno una volta nella vita. Questi istinti, tuttavia, vanno e vengono con il cambiare delle situazioni. Il tipo di personalità che è ossessionato da idee di autodistruzione e fa molti tentativi per porre termine alla propria vita appartiene di solito a una delle seguenti categorie:

1 - Una personalità dominante, che sente di non avere il controllo della situazione.

2 - Una persona che ha una immagine di sé molto negativa. Si considera senza valore perché ha l'impressione di non dare alcun contributo alla società. Ritene che il pianeta sarebbe un posto

98

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

migliore senza di lei.

**3** - I malati terminali che non vogliono affrontare il dolore e la sofferenza del morire.

**4** - Quelli che hanno malattie mentali o uno squilibrio biochimico. E' comprensibile che, a causa di particolari sensazioni, circostanze e convinzioni, una persona possa trovare un fondamento logico al suicidio. Da un punto di vista spirituale comunque non è una cosa giusta. Ognuno di noi ha un destino con il quale siamo nati. Il nostro destino karmico potrà durare un solo mese o trentacinque anni o ottant'anni. Prima di tornare su questa terra, ci colmiamo di un forte desiderio di nascita e di esperienza fisica, e vi giungiamo con un meccanismo di temporizzazione inserito nel nostro programma psichico. Quando la vita viene interrotta, il nostro corpo fisico smette di esistere, ma dobbiamo renderci conto che i **collegamenti magnetici** che abbiamo sulla terra sono ancora pienamente attivi. Questi legami vengono sciolti solo quando abbiamo completato il nostro tempo predeterminato nella dimensione fisica. Perché, come sta scritto: **Ogni stagione ha il suo tempo.**

Quando una persona si uccide, una delle prime cose di cui si rende conto è di non essere morta. Prova la schiacciante sensazione di essere molto pesante perché i legami terreni fanno ancora parte della sua natura. In un certo senso possiamo dire che l'anima non è del tutto libera. Muore la personalità mortale, ma non l'anima immortale. Lo spirito rimane imprigionato tra il mondo fisico e quello spirituale, vivo ma incapace di comunicare con le persone amate o con chiunque altro. L'anima prova sensi di colpa, dolore e angoscia per la vita interrotta. Apprende il suo destino ed è consapevole di quanto sarebbe stata vantaggiosa e significativa la sua vita se fosse rimasto vivo. Nella sua nuova condizione spirituale comprende perché aveva dovuto fare quelle particolari esperienze che l'hanno portata al suicidio. Prova anche il dolore e la rabbia di coloro che ha lasciato dietro sé. La condizione peggiore è il trovarsi in uno stato di limbo. Non può salire nei mondi celesti né tornare nel mondo fisico. E' bloccata in una «terra di nessuno» con il costante ricordo della sua terribile azione. Rivede di continuo la

99

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

propria morte, che si svolge come un brutto film. E' intrappolata e non c'è via d'uscita da quel cinematografo.

Mentre alcuni sono consapevoli di ciò che hanno fatto, molti suicidi non si accorgono neppure di essere morti. In generale, queste anime rivivono ripetutamente e in modo automatico l'attimo fatale della morte. Il suicidio diventa un cerchio senza fine, e può essere raccapricciante. Alla fine arriva il momento in cui si rendono conto di essere realmente morti nella dimensione fisica.

### **Il punto di vista spirituale del suicidio**

Dietro ogni azione vi è una potente forza che costituisce il motivo principale dell'atto autodistruttivo. E questo motivo è il fattore determinante, non solo per il suicidio ma per ogni azione della nostra vita. Ogni azione ha una causa e noi creiamo le azioni basandoci sui motivi. Come ho già affermato molte volte, esiste una legge naturale di causa ed effetto. In altre parole, l'azione è la conseguenza diretta di una causa.

Nel caso dei malati terminali o di persone anziane, con il suicidio vogliono risparmiare alle famiglie tempo, soldi e dolore. Queste persone non conoscono l'aspetto spirituale delle loro azioni. Forse prima di raggiungere la dimensione fisica, i membri della famiglia avevano stabilito alcune condizioni e situazioni per risolvere il karma del loro gruppo. Oppure avevano avuto bisogno di sperimentare l'assistenza a un ammalato. Alcune persone sostengono che il suicidio assistito è migliore, interrompe la sofferenza e dà alla morte una qualche dignità. Ma chi può assumere la parte di Dio? Come facciamo a sapere che uno spirito non aveva scelto di vivere l'esperienza di una malattia letale per consumare il suo karma? Se interrompiamo il tempo naturale di una persona sulla terra, non sapremo mai se avremmo appreso qualcosa di prezioso o se tale esperienza sarebbe stata necessaria per raggiungere un nuovo piano spirituale.

In ogni caso, lo spirito di un suicida dovrà rivivere e fare di nuovo quell'esperienza, tornando in un'altra vita con uno stesso o simile disturbo. La malattia non sarà estrema come in una vita precedente perché parte di essa è già stata superata. Di solito uno

**100**

### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

spirito deve esaurire una malattia per non esserne più colpito. Vi sono due eccezioni all'infrazione del suicidio:

**1** - Se il suicidio è stato commesso da persone con malattie mentali o squilibri biochimici. In tali casi questi individui non sono completamente consapevoli delle loro decisioni. Quando

muoiono, si ritrovano in una specie di «corsia» in cui vengono aiutati a guarire la loro condizione mentale e la natura della loro anima viene riportato al giusto stato.

**2 -** La seconda eccezione al suicidio è un'anima che torna nel mondo fisico prima del tempo e non è tanto matura da affrontare le lezioni della vita come pensava. Anche se uno spirito pensa di possedere una certa forza, arriva sulla terra e non si sente a suo agio. Le ultime parole prima della morte di coloro che hanno queste mancanze sono spesso di questo tipo: **Non sono adatto a questo mondo**, oppure **Penso che non sia il momento giusto per me**.

Dato che la vita consiste proprio di uno spirito di crescita e di apprendimento, noi apportiamo sempre specifiche situazioni da superare o sistemare. Ritengo che, se ci rendessimo conto che mentre siamo sulla terra è normale sperimentare sofferenze fisiche, mentali o emotive e che il suicidio non le elimina, ci sarebbero meno suicidi. Abbiamo bisogno, soprattutto i giovani, di comprendere che il suicidio è sbagliato e di sottolineare la responsabilità di vivere pienamente la nostra vita.

**Come possono i vivi aiutare i morti?**

Molti mi hanno chiesto: **Che si deve fare con il corpo di una persona che ha commesso suicidio?** Il corpo non è che un guscio. Nell'abbandonarlo lo spirito non prova alcun attaccamento al corpo. E' come un abito consunto. Nel caso di un suicidio o di un tragico incidente, è essenziale che il corpo venga cremato. Se lo spirito si sente ancora legato alla terra, la cremazione distrugge rapidamente il corpo e lo spirito non sentirà più alcun legame fisico

**101**

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

a esso. Sarà così più facile per l'anima comprendere la sua nuova situazione.

Noi dobbiamo renderci conto che questo problema non è di facile soluzione perché le circostanze di ogni suicidio sono diverse. Possiamo comunque aiutare quelli che hanno commesso tale tremendo errore. E' importante capire che i nostri pensieri sono l'unico mezzo per arrivare a queste vittime. In primo luogo, possiamo inviare pensieri alla loro anima e dire loro di smettere di sprecare energia cercando di tornare nel mondo fisico. Essi devono rendersi conto di aver abbandonato con la morte il corpo fisico. Poi possiamo inviare loro pensieri d'amore, di pace e di perdono.

Inviando questi bellissimi pensieri, gli spiriti tormentati troveranno conforto e capiranno meglio la loro situazione.

Come detto sopra, vi sono molti motivi diversi dietro a un'azione di autodistruzione, ma il risultato è sempre lo stesso per tutti. Fino a oggi non è mai comparso uno spirito che mi abbia detto che è felice della decisione presa o che rifarebbe quell'atto. Proprio il contrario. Tutte le vittime di suicidi condividono un senso di rimpianto per il crimine commesso contro l'anima. Posso dire che tutti coloro che sono tornati hanno messo in guardia altri dal ripetere i loro errori. Il suicidio rallenta il loro progresso spirituale ed essi trovano molto arduo perdonare se stessi.

Ho scelto le seguenti sedute come esempi delle circostanze e dei motivi per cui le persone commettono il suicidio, delle loro reazioni quando possono finalmente parlare con i loro cari. Mi è stato spesso impossibile raggiungere una vittima di suicidio perché non era in uno stato di consapevolezza oppure si trovava in uno stato non definito.

**MI DISPIACE!**

Il seguente caso descrive chiaramente uno spirito disturbato che, dopo avere distrutto la propria vita, non desiderava altro che dimostrare ai suoi cari che era con loro e che aveva bisogno del loro perdono. Rende evidente anche la confusione che coglie le persone rimaste. A metà circa della seduta, la cliente ebbe un crollo emotivo e implorò lo spirito della sua amica di perdonarla perché si sentiva responsabile del suo suicidio.

**102**

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Stavo per iniziare una dimostrazione nella chiesa dei metodisti uniti a Hollywood. Il mio salotto, il luogo dove tenevo di solito queste dimostrazioni, era troppo piccolo per accogliere la folla: circa duecento persone.

Il cielo quella sera era minaccioso. Pensai che da un momento all'altro si sarebbe squarciato e avrebbe inondato le strade di una pioggia scrosciante. Mi trovavo sull'altare e osservavo l'enorme folla. Fu un momento molto strano. Guardai prima il pubblico, poi mi volsi intorno. Non riuscivo a credere che stavo per tenere una seduta spiritica in una chiesa. Risi tra me e me e pensai: **Ah, se il prete della mia parrocchia mi potesse vedere ora!**

Iniziai la meditazione e, mentre la recitavo, sentii il rumore delle gocce di pioggia colpire il tetto. Non era un semplice acquazzone.

Era un diluvio? Si udì poi il forte rumore di un tuono seguito a breve distanza dal brillante chiarore di un lampo. Il lampo illuminò le vetrate colorate. Era un grande spettacolo e persino un regista come Spielberg non avrebbe potuto fare di meglio!

Alla congregazione di fronte a me dissi: «Ebbene, se non eravate spaventati prima, scommetto che lo siete ora?».

Durante ogni incontro di gruppo o dimostrazione, non so mai chi comparirà per primo. Questa volta, come nella maggior parte dei casi, iniziai a sentire i pensieri di un essere spirituale.

«C'è una donna qui che continua a darmi il nome Susan».

Udii immediatamente una donna gridare nel secondo banco alla mia sinistra. La fissai e chiesi: «Le dice qualcosa?».

«Non ne sono certa», rispose. «Ecco, conosco qualcuno con quel nome».

Io proseguì. «Mi dice che lei conosce sua madre».

«Stavo parlando con sua madre proprio ieri. Abbiamo litigato».

La donna emise un altro strillo come se stesse per perdere il controllo.

Tutti rivolsero lo sguardo dalla sua parte. Era evidente che soffriva molto. Attesi alcuni istanti.

«Questa donna vuole venire da lei. E' strano, ma non dà l'impressione di appartenere alla sua famiglia. Eppure le è molto

**103**

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

vicina e dice di volerle bene».

La donna chinò la testa. Io continuai.

«Mi dà il nome Kathy. Questo le dice qualcosa?».

La donna si asciugò le lacrime e, senza alzare gli occhi, lentamente mormorò: «E' il suo nome».

«Mi dice che lei ha iniziato un nuovo lavoro e vuole che sappia che è stata lei, Kathy, a darle una mano per ottenerlo. Mi mostra anche due gattini, uno a strisce grigie e l'altro bianco a macchie nere. Parla di loro come dei suoi bambini».

«Sì, sono i miei gatti, è esatto. Li vede in casa?» domandò.

«Sì, vuole che lei sappia che li vede proprio in casa. Parla del campanellino con cui giocano in cucina. Credo sia legato alla maniglia della porta».

La donna annuì.

«Mi sta mostrando una casa. Ora la casa pare diversa. Hmmm... E' una casa di legno, direi di legno chiaro. Somiglia molto a uno



chalet di montagna. Attorno al portico esterno corre uno steccato in legno. Conosce questa casa?».

«Sì, era la nostra».

«Mi dice che lei aveva intenzione di ricostruire qualcosa o di aggiungere qualcosa. Buffo? Continua a parlare degli imprenditori edili stupidi».

La donna replicò: «Già, stavamo rifacendo una parete esterna accanto alla veranda e non riuscivamo a trovare l'impresa giusta. Non facevano che prenderci in giro».

«Ora mi mostra una fotografia. La foto è in una cornice a forma di cuore. La riconosce?».

«Sì, è la foto di Kathy. L'unica che ho di lei. Per favore, le dica che mi dispiace».

«Sa che le dispiace, ma dice che non è stata colpa sua. Comprende?».

«No, è stata colpa mia. E' per causa mia che è morta».

Io ascoltai con attenzione e improvvisamente sentii una pistola nella mia bocca.

**104**

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

«Sento una pistola in bocca. La canna è fredda. Mi spiace, ma ho l'impressione che lei si sia uccisa sparandosi in bocca. Giusto?».

La donna sussultò e mormorò: «Sì».

«Sa, mi sembra che prima di morire stesse urlando e gridando. Avevate litigato violentemente?».

«Sì».

«Ha detto che era molto confusa e che si era chiusa a chiave in camera da letto per un paio d'ore».

«Sì, avevamo litigato. E' vero. La prego, le dica che mi dispiace e che le voglio molto bene».

«Lo sa», risposi. «La sua amica mi sta dicendo che era stata una sua decisione quella di uccidersi. In quel momento voleva che lei si sentisse in colpa, ma ora sa che non era giusto e le chiede di perdonarla per il dolore che le ha arrecato. Vuole che sappia che non aveva avuto il coraggio di porre fine al rapporto con lei e che aveva trovato troppo duro da affrontare il pensiero di una relazione con qualcun'altra. Capisce cosa sta dicendo?».

«Sì, certo. Capisco, ma non mi perdonerò mai».

«Lei non ha premuto il grilletto? Ha tentato di parlarle, ma Kathy non ha voluto ascoltarla. Non può atteggiarsi a Dio! Deve capire

che la sua amica non riusciva a trovare dentro di sé l'amore per capire che era una persona speciale. E' tornata per dirle che non è stata colpa sua».

La donna parve sentire le mie parole. La seduta continuò per un paio di minuti, quindi passai al messaggio per un'altra persona della congregazione.

Durante la pausa la donna mi si avvicinò e mi abbracciò sussurrando: «Non ho mai creduto a questo prima ma sapevo che era Kathy quella che era venuta». Il messaggio di Kathy l'aveva aiutata moltissimo. Soggiunse: «Ha dato troppe prove che era proprio lei». Proseguì dicendo che avrebbe cercato di perdonare se stessa che avrebbe pregato per lei e chiesto il suo aiuto.

In seguito venni a sapere che questa donna aveva avuto una storia con un'altra donna. Quando aveva detto a Kathy che non voleva più continuare la relazione e che era giunta l'ora di

**105**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

cambiare, avevano discusso. Kathy era andata in camera sua, aveva preso una pistola e l'aveva caricata. Si era poi chiusa a chiave in bagno, aveva infilato la pistola in bocca e si era sparata. Un'ultima cosa. Kathy aveva detto alla sua amica che il ricordo della sua morte continuava a ossessionarla ma che stava ricevendo aiuto dagli spiriti.

#### **NON E' MAI TROPPO TARDI PER DIRE TI AMO**

E' un gran peccato che un giovane che ha avuto tutto dalla vita decida di togliersela. La famiglia prova immediatamente sensi di colpa e pensa che in qualche modo avrebbe potuto impedire quel gesto. Lo spirito dell'uomo non solo si vergogna ma trova difficile perdonarsi e amarsi di nuovo.

Il seguente è un caso di questo genere. Un giovane tornò per parlare a sua madre dell'amore che non si era mai reso conto d'averne finché non fu troppo tardi. Sebbene vi fosse stata un'enorme quantità di dolore e angoscia, vi fu anche ottimismo. Fu una delle sedute più commoventi e quella in cui sperimentai più da vicino il vero significato dell'amore incondizionato. Quando l'amore è tanto forte, non esiste giudizio.

Quando risposi alla porta, vidi una donna di media altezza con uno splendido sorriso e una pelle morbida. Pareva sui cinquantacinque anni ed emanava un senso di pace e di sicurezza di sé. Parlava con proprietà di linguaggio e aveva un gran senso

pratico per quello che riguardava se stessa e la vita in generale. All'inizio dichiarò che non aveva mai partecipato a una seduta spiritica e che non credeva molto a ciò che io facevo, ma la sua terapeuta pensava che le sarebbe servita per risolvere alcune questioni del passato. Disse che, pur di vivere nel presente, era pronta a tentarle tutte. «Inoltre», aggiunse, «mi piace dare un'occhiata a tutte le mie opzioni».

A quelle parole provai un'immediata affinità con questa donna. Aveva un'affascinante personalità e uno splendido e corroborante senso dell'umorismo. Mi ricordò «Zia Bea» dell'**Andy Griffith Show**. Non avevo naturalmente alcuna informazione su di lei o sulla persona che desiderava contattare. Le chiesi: «Si sente a suo

106

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

agio?» Lei rispose: «Sto benissimo». Al che iniziai la seduta. «C'è un uomo in piedi dietro di lei che mi dice di farle gli auguri di compleanno».

«Bene, grazie mille. Il mio compleanno è stato due giorni fa».

Proseguii. «Quest'uomo le è molto intimo e parla di andare in Africa o di essere stato in Africa. Questa cosa le dice nulla?».

«Sì, capisco. Mio marito e io abbiamo trascorso molto tempo in Africa e speriamo di tornarci presto. Non è qualcosa?».

«Avete un figlio e una figlia?».

«No, solo due figli maschi».

«Quest'uomo mi sta dicendo qualcosa riguardo un figlio. Non saprei dire, però, di quale figlio stia parlando».

«Non so».

«Aspetti. Ah, capisco. Suo figlio minore è deceduto. Giusto?».

«Sì, è vero».

«E' qui. E' quello dietro di lei. E' molto confuso perché non riesce a credere che stiamo facendo questa cosa. O piuttosto, che lei la stia facendo».

«E' tremendamente giusto».

«Le dice qualcosa una collezione di antichi manufatti tribali?».

«Sì, mio marito è un antiquario. La nostra casa è stracolma di cose antiche. E' sorprendente?».

«Mi viene dato il nome Andrew o Andy».

«E' il suo nome. Lo chiamavamo Andy. Gli avevamo dato il nome di suo padre».

«Mi mostra una bellissima casa e alle pareti vi sono splendidi

quadri a olio. Mi pare provengano da ogni parte del mondo. Assomiglia molto a un museo».

«Giusto. Perbacco, lei è incredibile! Io colleziono opere d'arte, soprattutto oli, e la mia è una raccolta molto ampia. Mio Dio!». Capivo che stava cercando di immaginare come avessi avuto quell'informazione.

**107**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

«Mi sta anche mostrando delle stoffe esotiche, coperte o copriletti. Ne ha in ogni luogo della casa. Di fatto mi sta mostrando quelle appese sulle pareti».

Lei scrollò la testa.

«Che cos'è questa storia circa il vivere sul retro della casa? Andy parla di vivere dietro la casa».

«Abbiamo una casa per gli ospiti, e Andy la usava come studio. Passava là la maggior parte del suo tempo».

Mi dichiarai d'accordo con lei. «Ecco perché mi fa vedere dei colori tanto belli. Sì, vedo realmente e distintamente una tavolozza».

L'incontro proseguì per almeno un'altra mezz'ora con alcune incredibili prove di vita dopo la morte. Andy descrisse dettagliatamente dove si trovava e cosa stava sperimentando.

«Mi ha detto che, appena arrivato lassù, è stato in una specie d'ospedale dove hanno curato il suo stato mentale. Ora vive in una comunità d'artisti dove tutti sono impegnati nella loro particolare espressione. Dice che incontra persone che capisce e che capiscono lui. In questi giorni sta imparando molto di più su ogni cosa».

Passò poi a parlare del suo rapporto con la madre e di come era morto.

«Suo figlio era una persona molto sensibile. Sento che era molto infelice. Non proprio infelice: più che altro depresso. Sento che non riusciva a dominare le emozioni. Prendeva delle medicine?».

«Sì. Andy doveva prendere delle medicine prescrittegli dal suo medico per una forma maniaco-depressiva. Faceva uso anche di droghe».

«Hmmm. Già, so che prendeva delle medicine, ma devo dirle che lui è certo che ci fosse anche uno squilibrio chimico e che questo lo abbia portato alla morte. Mi dice di averle spesso detto che la odiava».

«Sì, è vero».

«Lei naturalmente sa che non lo pensava. Era ammalato».

«Oh, sì, lo so».

**108**

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

«Vuole che lei sappia che a parlare erano i medicinali e la sua frustrazione. Non ha capito la cosa dal suo punto di vista finché non è morto. Ha detto che lei ha cercato di aiutarlo per anni e che non voleva mai arrendersi. Dice che lei non ha mai alzato la voce contro di lui quando faceva qualcosa di sbagliato».

La donna si agitò sulla sua sedia, poi bisbigliò: «Di questo non so nulla. Ma, sì, amavo mio figlio. Mi ero resa conto che aveva un gravissimo problema. Che altro ci si aspetta faccia una madre? Lo amavo in modo incondizionato e lo appoggiavo».

«Anche nei momenti più duri», continuai per lei. «Da ciò che dice, la trattava malissimo e lei accettava ogni cosa».

«Capivo cosa stava succedendo. Almeno cercavo di fare l'impossibile per capire. Ho fatto tutto quello che potevo per Andy per essere certa che fosse al sicuro. Volevo fosse felice, ma lui è sempre stato un solitario. Lo amavo e lo amerò sempre. Suo padre e io abbiamo fatto il possibile, anche se penso che mio marito avesse perso la pazienza. In un qualche strano modo, tuttavia, io capivo Andy. Mi sembrava di riuscire di tanto in tanto a comprendere la sua anima. Sapevo quanto era infelice. Mi faceva stare male il sapere che soffrisse tanto».

«Gli rincresce di averle fatto passare tutto questo».

«Non deve dispiacersene. Io lo amo».

Il contatto telepatico cambiò e si caricò di grande emotività mentre Andy descriveva la sua morte.

«Suo figlio è nella parte posteriore della casa e si sente molto turbato. Pensa di porre fine a tutto. Ha l'impressione di non potere più andare avanti. Continua a guardare i suoi quadri. Si chiede cosa ne sarà di loro quando sarà morto. Poi pare non gli importi più nulla. E' depresso. C'è tanto odio contro se stesso. Si sente emotivamente instabile. Era via al momento della sua morte?».

«Sì. In verità eravamo tornati da un viaggio quel pomeriggio. E' stato suo padre a trovarlo».

«Suo figlio mi sta mostrando un campo dietro la casa. Assomiglia a un campo o a un lungo cortile».

«Esatto. E' incredibile. Non so proprio cosa dire, ma è tutto vero».

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Interruppi la comunicazione per chiederle se stava bene e se voleva che continuassi. Rispose che stava bene e che dovevo assolutamente continuare.

«Suo figlio ora mi sta indicando un bellissimo albero. Sembra una quercia imponente. Lui si arrampica sull'albero».

All'improvviso cominciai a sentire la gola stringersi e non riuscii più a respirare. Percepì istantaneamente la circostanza della morte, perché Andy mi trasmise esattamente cosa aveva dovuto patire. A questo punto interruppi la comunicazione e gli chiesi di mostrarmi visivamente la sua morte così da non doverla provare. Pregai anche le mie guide di vegliare su questa comunicazione dal momento che lo spirito non era capace di controllarsi. Dopo parecchi minuti ripresi a riferire i messaggi. Andrew mi inculcò visivamente la scena della sua morte.

«Suo figlio si è impiccato a una quercia nel cortile sul retro. Ha raggiunto con una scala uno dei rami. E' esatto?».

La madre di Andrew cominciò a piangere. Prese un fazzoletto dalla borsetta, si asciugò gli occhi e disse che, sì, l'informazione era esatta.

Io proseguì. «Mi sento male. E' strano, raramente ho provato o visto qualcosa in questo modo. Suo figlio ha abbandonato il corpo dalla testa».

Andy si mostrò mentre fluttuava sopra il suo corpo.

«Non riesce a credere di essere morto perché si sente molto vivo. Pensa di avere combinato un qualche guaio e sta cercando con tutte le sue forze di ritornare nel corpo attraverso la testa. Non ci riesce e si sente frustrato. Inizia a piangere!».

Fui sopraffatto da questa esperienza. Continuavo a descrivere a sua madre la sorprendente visione che ricevevo. Dopo un po' ripresi a parlare. «Andy dice di avere atteso nei paraggi senza sapere esattamente cosa fare. Ha visto suo padre che lo trovava, e quanto era sconvolto. Andy si era reso immediatamente conto del terribile errore commesso. Era profondamente dispiaciuto per lei e per suo marito. Aveva osservato suo padre comunicarle la notizia e l'ha vista crollare. Le ha letto nel pensiero: lei aveva sempre saputo che sarebbe andata a finire così. Ha sentito anche i suoi sentimenti

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

d'amore. Era dispiaciuto per quello che le aveva fatto provare».

«Per favore, gli dica che capisco».

«Dice: "Grazie, mamma. Perdonami. Ti amo moltissimo, e amo anche papà. Qui mi stanno aiutando. Ci sono delle persone gentili che si sono impegnate a farmi tornare in me. Era tanto dura, mamma"».

Spiegai alla donna che lo spirito ha il libero arbitrio e che potrebbe reincarnarsi in un momento sbagliato. «Quando ciò avviene, la persona vivrà di solito con la forte sensazione di non essere inserito nella vita». Continuai dicendole che suo figlio non si era adattato a questa vita perché la sua anima aveva sperimentato la vita sulla terra in un momento sbagliato. Non era abbastanza maturo per superare tutti gli ostacoli che gli erano stati posti davanti. «Molto spesso la vita è troppo opprimente e lo spirito cerca una via di fuga. Ecco perché una persona commette suicidio».

La donna comprese a fondo le mie parole. Ammise che Andy non si era mai inserito. Disse: «Anche da piccolo era molto diverso da suo fratello e dalla maggior parte dei bambini della sua età». In un certo senso, questa seduta confermò il fatto che tornare sulla terra troppo presto era sbagliato.

La madre fu molto felice di essere entrata in contatto con suo figlio. Lei aveva sperato che un giorno sarebbe accaduto un miracolo, e quel giorno era arrivato. Disse ad Andy che avrebbe vissuto il resto della sua vita pensando a lui in modo che lui potesse fare un po' di esperienza terrena attraverso di lei. Salutai questa donna e quel giorno mi sentii fortunato d'essere stato in presenza di un'anima saggia che conosceva il significato del vedere l'amore in tutti e in ogni cosa.

#### **MIA MADRE E MIO PADRE**

Una delle esperienze più devastanti che una famiglia affronta è il suicidio di un membro della famiglia. Non solo rimane un vuoto impossibile da riempire, ma sarà per sempre ossessionata da una valanga di domande. Perché lo ha fatto? Avrei potuto fermarla? Le dispiace averlo fatto? Che cosa le capiterà ancora?

**111**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Ogni anno migliaia di persone vivono la terribile esperienza del suicidio di un membro della famiglia. Anche se io sono un solo individuo e il numero delle persone che incontro è limitato, sono profondamente soddisfatto quando posso rispondere a queste



domande attraverso i loro cari nell'aldilà.

Nella seguente seduta ebbi anche la possibilità di fare capire la motivazione che sta dietro il concetto di vita dello spirito e perché si sia comportato in quel dato modo sulla terra. L'informazione fu preziosa per la cliente per due motivi. Non solo le chiarì ciò che provava verso il suicidio ma fornì risposte a domande sul suo rapporto con i genitori, un rapporto che si era sforzata per tutta la vita di comprendere. Vi fu una guarigione e da quel momento la sua vita non è più stata la stessa.

Aprii la porta a una donna molto attraente di nome Nancy. Era affascinante ma anche un po' preoccupata e nervosa. Mi accomodai subito con lei in salotto e le spiegai ciò che la serata avrebbe potuto svelarle. Lei ammise di essere un po' a disagio e che il tentativo di mettersi in contatto con il mondo degli spiriti la impauriva. La rassicurai che non vi era nulla da temere, nessun motivo d'agitazione. Le dissi che io lavoravo con la luce dell'amore di Cristo e che, se per un qualsiasi motivo si fosse sentita a disagio durante la seduta, ci saremmo fermati.

Nancy chiese cosa io intendessi con «luce dell'amore di Cristo», al che le spiegai che si tratta di un amore puro e privo di critica, di qualità eccelsa, che si era incarnato nel maestro noto come Gesù. E' lo stesso amore che sta alla base della maggior parte delle religioni cristiane. Quando inizio il mio lavoro invoco sempre questa luce d'amore o luce di protezione.

Mi disse che aveva fiducia in me e piano piano salimmo nella stanza delle sedute. Dopo avere recitato la preghiera d'apertura, iniziai.

«Nancy, una guida egiziana che opera con me mi informa che è presente la sua famiglia. Mi dice che sono proprio qui quelli con cui desidera parlare».

Nancy mi fissò con i suoi grandi occhi blu. Spalancò la bocca e rimase senza parole.

«Dietro di lei c'è una signora. Indossa un vestito sul verde ed è

112

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

molto bella. Capelli castano chiari e un sorriso che potrei descrivere come lieve ma dolce. So che questo le suona strano. I suoi occhi sono di un magnifico blu. Le fa sapere che ora sta bene».

Nancy continuò a fissarmi.

«Sento che questa persona è una figura materna. Le dice niente

il nome Joan?».

«Sì, è il nome di mia madre: è morta. Era esattamente come lei l'ha descritta».

«Credo sia molto più giovane di come lei la ricorda. Sì, mi sta dicendo che lei ha una foto del suo matrimonio e che questo è il suo aspetto nel mondo degli spiriti».

«Sì, l'ho guardata proprio ieri sera».

Nancy si asciugò le lacrime dagli occhi. Ripeté quanto era incredibile, quanto non riuscisse a capacitarsi. Io proseguì con la trasmissione dei messaggi.

«Sua madre desidera che lei sappia che ha visto Katherine e Margaret».

«Margaret è sua madre e Katherine sua sorella», commentò Nancy.

«Menziona anche il nome John. Conosce quel nome?».

«Oh, mio Dio, John è mio marito. Si chiama così. Mia madre lo vede?».

«Sì. Vuole salutarlo e dirgli di prendersi cura di lei».

Nancy era sgomenta, scosse la testa incredula.

«Nancy, sua madre mi dà la sensazione di essere stata molto ammalata prima di morire. Sento che ci sono stati tanti farmaci, tante pillole. Giusto?».

«Sì, giusto».

«Sa se è stato suo padre a trovarla? Credo fosse sul pavimento in camera da letto...».

«Sì. E' stato papà a trovarla».

«Sua madre è molto dispiaciuta. Chiede il suo perdono. Dice che non voleva sconvolgerla tanto... non era completamente in sé in

113

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

quel momento. Era spesso depressa?».

«Uhmhm. Sì, lo era. Non so perché, ma mamma era sempre malata. Voglio dire, anche da bambina la ricordo così».

«Sua madre si sta scusando per non essere stata un bravo genitore per lei. Entrava e usciva da istituti psichiatrici?».

«Sì, per buona parte della sua vita. Soffriva di psicosi maniacodepressiva

».

Risposi rapidamente. «Lo sapevo. Si sente sbilanciata. Lasciava che la vita le accadesse invece di farla accadere. Sta cercando di

farle sapere che l'ama molto e che le rincresce di non essere mai stata capace di dirglielo quando era viva. Penso che sua madre non avesse capito l'amore e non sapesse come darlo».

«Mio Dio. E' tutto così esatto».

«Nancy, penso che la condizione mentale di sua madre sia stata responsabile della sua morte. Si è uccisa?».

La donna cominciò a piangere.

«Sì. Ho cercato di aiutarla, ma lei non mi ha permesso di avvicinarmi. Penso fosse semplicemente troppo depressa. Ho tentato, James, ma proprio non sapevo come trattarla. C'è qualcosa che avrei potuto fare per fermarla o impedire che succedesse?».

«No, sua madre era la peggior nemica di se stessa. Nancy, lei non avrebbe potuto impedire che accadesse. Sua madre non l'avrebbe ascoltata... sua madre non ascoltava molta gente».

Nancy sorrise e scrollò la testa.

«A Joan rincresce non essere stata una madre per lei. Non aveva intenzione di ferirla. Vuole che io le dica che le piacciono gli animali».

«Oh, mio Dio, sì, mia madre adorava gli animali».

«Con lei c'è Skippy o Skipper. Cos'è?».

Spalancò ancora di più gli occhi e la bocca.

«Era il cane che avevamo quando ero ragazza. Mia madre l'amava. Oh, erano tanto amici. Skipper dormiva accanto a lei ogni notte. James, posso chiederle una cosa? Mia madre è felice? Sì

**114**

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

trova in un buon luogo e cosa le succederà? Dove andrà?».

Io inviai mentalmente queste domande a sua madre, Joan, e attesi alcuni istanti per una risposta. A volte, quando si pone una domanda a uno spirito, ci mette un po' di tempo a comprenderla e a formulare poi la risposta.

Dopo alcuni minuti dissi: «Sua madre vuole che le dica che ha ricevuto aiuto da un'altra signora. Una specie di consigliere. Sua madre ha posto fine alla sua vita ma non consciamente. Era psichicamente inconsapevole. Da quando è deceduta non ha fatto che lavorare per cambiare il proprio stato mentale e imparare a riportare l'amore nel suo cuore. Per riconoscere l'amore in sé. E' in un buon posto, molto simile alla terra, ma più bello. Dice che, anche se è morta, non si sta riposando. Per nulla. Sta cercando a

modo suo di recuperare il tempo perduto».

Da quel momento in poi la seduta assunse un aspetto del tutto nuovo. Io continuai a riferire messaggi della madre a Nancy.

«Vuole che lei sappia che sta bene. E' insieme alla sua famiglia ma ha ancora da lavorare molto su se stessa. Sa che nessuno può farlo per lei, che deve farlo da sola. Sua madre era molto triste per suo padre. Insiste su quanto si sente responsabile. Non capisco cosa voglia dire».

«Io sì». A questo punto Nancy riprese a piangere.

«D'accordo, mi lasci continuare. Suo padre, hmhhh. Suo padre è un'anima gentile? Devo dirle che, quando sua madre parla di suo padre, io colgo immediatamente la vibrazione di un uomo. E' qui vicino a me. E' morto anche suo padre?».

«Sì, è deceduto poco dopo mamma. Sta bene? Ho bisogno di saperlo, per favore, me lo dica. Mi può sentire?».

«Sì, suo padre sta bene, è con sua madre. Dice che tutto ciò che desiderava era essere con sua madre, e ora lo è. Racconta quanto tutto sia diverso dove sono ora. S'era immaginato il paradiso come un luogo con angeli e arpe, ma finora non ne ha visti. E' in campagna. Continua a dire di essere stato tanto stupido».

«Sì, vada avanti, la prego».

«Questo è molto strano. A suo padre piacevano i cavalli?».

**115**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

«Ecco, è cresciuto in una fattoria. Penso avessero dei cavalli, ma non ne sono certa. Io...».

In quel momento la interrompi perché suo padre mi aveva detto qualcos'altro.

«No, suo padre sta parlando di cavalli da corsa. Gli piacevano i cavalli da corsa. Scommetteva su di loro».

«Oh, mio Dio, è vero. Ogni sabato andava all'ippodromo. E' incredibile? Continua a farlo?».

«Dice che potrebbe, se volesse. Dice che anche lassù ci sono queste cose, ma che non scommettono denaro. Più che altro scommettono per il gusto di farlo. Nancy, suo padre mi chiede di dirle che lui l'ha delusa. Gli dispiace, ma era tanto solo. L'ha delusa».

Nancy commentò: «Capisco, papà. Era duro per te».

«Nancy, non so cosa significhi, ma suo padre mi sta mostrando una pistola. Sembra una calibro quarantacinque, ma, mi scusi, non

riconosco una pistola dall'altra. E' una rivoltella, ma non una piccola. Me la mostra. Mi fa vedere anche una stanza, una specie di studiolo. Vi è una pedana e tutt'attorno scaffali. Vedo anche un richiamo per anatre».

«Faceva collezione di richiami d'anatre».

«Suo padre mi indica ora una pozza di sangue e lui è appoggiato allo schienale di una sedia. Mio Dio, si è sparato?».

Nancy scoppiò in lacrime e formulò con la bocca la parola sì.

Ero scioccato. Un suicidio bastava, ma il suicidio di entrambi i genitori era impensabile. Provai un tale dolore al cuore e tanta compassione e comprensione per Nancy. Dovetti fermarmi alcuni minuti per calmarmi. Non riuscivo proprio a crederci.

«Mi dispiace, Nancy, non voglio essere tanto preciso, ma devo riferirle ciò che ricevo. Suo padre si è sparato alla tempia sinistra. Dice che lei questo lo sa. E' giusto?».

«Sì, sono stata io a trovarlo. Avevo cercato di chiamarlo tutto il giorno, ma lui non ha mai sollevato la cornetta, per cui sono andata da lui tornando a casa dal lavoro. Sono entrata nel suo studio e l'ho trovato accasciato contro lo schienale della sedia. La pistola era sul

116

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

pavimento sotto il suo braccio».

«Oh, mi dispiace tanto. E' terribile. Suo padre vuol farle sapere che ha commesso un grave errore. Non sapeva come continuare a vivere senza sua madre e che non voleva essere di peso a lei e a John. Voi avevate la vostra vita. Questo è interessante. E' una cosa che ho già sentito. Suo padre dice di non avere dovuto attendere troppo a lungo, perché in ogni caso la sua vita volgeva al termine».

«Che significa?».

Spiegai a Nancy che quando qualcuno commette suicidio, rimane legato alla terra finché non è giunto il momento naturale della sua morte. La vita del padre sarebbe finita presto. Quando si era ucciso, il tempo che gli rimaneva sul piano fisico era relativamente breve. Riferii a Nancy anche che la madre era andata ad accogliere suo padre.

Al che Nancy chiese: «Come ha potuto farlo?».

«Sua madre si trovava a un livello leggermente più alto nel mondo spirituale. Quelli che sono su un livello più alto possono tornare ai livelli più bassi e assistere altre anime. Quelli che si trovano ai livelli inferiori non possono salire a quelli superiori finché

non se li sono guadagnati».

Il concetto confuse un po' Nancy ma questo era il suo primo contatto con il mondo metafisico. La rassicurai che più si sarebbe addentrata nello studio della metafisica, più avrebbe compreso questo concetto.

«Nancy, suo padre vuole che io le dica che lui è di nuovo felice. E' con sua madre».

«Grazie! Ero preoccupata per lui. Sono contenta che stia bene e che siano insieme. Giusto?».

«Sì, sono insieme. Buffo, suo padre sta parlando di un lago, o di una casa su un lago. Dice che sua madre lo guardava pescare da un pontile. Non so cosa significhi».

«Io sì. Quando ero piccola avevamo una casa delle vacanze su un lago e mio padre ci portava a pescare dal pontile. Mi ha insegnato a pescare».

«Ecco, suo padre vuole che lei sappia che lui è in paradiso».

**117**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

«Se papà sta pescando, di certo è in paradiso».

Con queste parole terminammo l'incontro e ringraziammo gli spiriti e le nostre guide. Io aggiunsi una speciale preghiera affinché Nancy potesse utilizzare le informazioni per guarire. So che la mia preghiera è stata esaudita perché, mentre se ne andava, lei si girò verso di me e, ancora con le lacrime agli occhi, sussurrò: «James, non so che dire. E' stato un miracolo. Mi sento tanto leggera. Provo un gran senso di pace. E' una pace che cercavo da più di dieci anni senza mai riuscire a trovarla. Grazie mille per avermi aiutata. E' stata una cosa straordinaria. Che Dio la benedica?».

#### **Pena capitale**

Voglio includere in questo capitolo altri due concetti sulla fine prematura della vita. Sebbene né la pena capitale né l'intervento medico siano uguali al suicidio, anche queste due questioni trattano dell'interruzione del destino di un'anima. Così dicendo desidero sottolineare che non solo il suicidio è sbagliato ma che altrettanto lo è la pena capitale.

Una delle peggiori cose immaginabili è che un essere umano tolga la vita a un altro prima del momento. E' un'azione devastante e tremenda, che pare impossibile da perdonare. Nel caso dell'assassinio vi è inoltre il grave problema del dover assicurare il corso della giustizia. Si crede che, liberando la società dal cattivo,

si giustifichi un simile atto brutale. Cosa non del tutto vera. A questo aggiungete l'argomento di quanti soldi dei contribuenti si risparmiano con una rapida esecuzione, e la pena capitale diventa accettabile.

Certo, è sbagliato che uno tolga la vita a un altro, e ciò è vero in ogni caso, anche per la pena capitale. Vi prego di soffermarvi un attimo e di esaminare la situazione da un punto di vista spirituale e non da una posizione emotiva. Il nostro universo è molto più grande di quanto noi possiamo concepire, perciò dobbiamo cominciare a guardare questa circostanza e ogni azione attraverso gli occhi spirituali. Dio, nella sua incredibile saggezza, ha dato un ritmo a tutta la vita. Il sole sorge e tramonta, i pianeti ruotano attorno al sole, le maree salgono e scendono e così anche ogni

118

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

anima ha un suo ritmo di nascita e morte. A causa di questo ritmo, per ogni anima vi è un momento naturale in cui abbandonare questo mondo e tornare ancora una volta nei regni dello spirito. E solo Dio conosce l'intero piano.

Quando una persona viene staccata violentemente dal corpo fisico prima del momento predestinato e spontaneo, si hanno conseguenze spirituali. Come con il suicidio, le maree magnetiche dello spirito devono rimanere entro l'atmosfera terrestre finché non è giunto il momento di abbandonarla. Quando lo spirito di una persona è costretto a lasciare il suo corpo come nella pena capitale, la personalità del criminale rimane quella che era prima dell'esecuzione. Quando raggiunge l'aldilà, è di solito impaurito e arrabbiato perché è più che probabile che non sia molto evoluto e a conoscenza delle leggi spirituali. Nella maggior parte dei casi, una simile anima erra senza fine per il mondo astrale inferiore con altre anime a lui simili. Dato che queste anime tormentate sono colme di rabbia e di odio, cercano spesso di vendicare la loro morte prematura. Scandagliano la terra alla ricerca di esseri umani deboli che spingono mentalmente a uccidere o ferire altri. Sembra un film, non è vero? Eppure le cose stanno proprio così.

La cosa migliore che possiamo fare è riabilitare questi individui e insegnare la santità della vita a quelli che si trovano nel nostro sistema carcerario. So che questo suona come un sogno irrealizzabile ma, se distruggiamo qualcuno prematuramente, eliminiamo ogni possibilità di correzione e riabilitazione. Ci si mette



un solo istante per vedere la Luce di Dio e venirne trasformati. Una persona corretta in questo modo potrà un giorno servire per evitare che qualcun altro distrugga un'altra vita. La porta della crescita e dell'illuminazione deve essere tenuta sempre aperta.

Con la pena capitale noi portiamo avanti la diffusione della violenza degli uni sugli altri. Non premiamo con tanta rapidità l'interruttore senza pensare alle conseguenze delle nostre azioni. Comprendendo le ramificazioni spirituali, possiamo rettificare le nostre convinzioni e non sanzionare tanto affrettatamente una condanna a morte. La nostra società ha la responsabilità spirituale ed etica di assistere le anime tormentate e non evolute. Non trattiamole come immondizia ormai raccolta.

Vi prego di comprendere che io non giustifico l'assassinio. Voglio

119

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

solo sottolineare che una persona che toglie la vita a un'altra lo fa perché non ha del tutto sviluppato la consapevolezza del suo stesso io divino. Quando una persona è conscia della propria identità divina, saprà che uccidere non è neppure una possibilità. Chi siamo noi per giudicarci a vicenda? Ne sappiamo abbastanza delle leggi della vita per fare la parte di Dio? Vi assicuro che non siamo tanto potenti. Ancora una volta dobbiamo tenere aperta la mente e imparare a guardare le cose da un punto di vista spirituale e responsabile.

#### **Apparecchi salvavita**

Quando qualcuno viene tenuto in vita per mezzo di un'apparecchiatura salvavita come un respiratore, credo che ancora una volta sia in azione un piano divino. Per ogni malattia o problema di salute, vi è una crescita, una qualche evoluzione da cui noi come singoli o la società nel suo complesso possiamo imparare. Le scoperte mediche e la tecnologia innovatrice sono parte di questo sviluppo. Ogni scoperta avviene al momento giusto. Forse ci sarebbero altre incredibili svolte e invenzioni se l'io dell'uomo non fosse dominato dal profitto politico o finanziario.

All'umanità comunque è stata data una grande capacità creativa che può essere impiegata per assistere le persone a condurre vite più produttive e di qualità. Molte esistenze sono state salvate dalla moderna tecnologia medica, tra cui i potenti farmaci e le vaccinazioni sconosciuti un secolo fa. La scienza dovrebbe essere fiera di ciò che ha realizzato, in particolar modo della sua capacità

di mantenere la qualità di vita di una persona. La parola chiave è **qualità**. I medici non sono qui per sostituire Dio, perché non lo potrebbero fare neppure se lo volessero. Io non prendo posizione sulla validità o meno di prolungare una vita tramite questi apparecchi, ma voglio porre in rilievo il seguente punto: come ho già dichiarato, vi è un momento per iniziare e uno per concludere una vita.

Credo che, quando è giunto il momento giusto per uno spirito di allontanarsi dal suo corpo, lo farà. La scienza non può fermare il grande orologio universale, per quanto pensi di poterlo fare o per

**120**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

quanto si sforzi. Ancora una volta credo che un'anima tenti di sperimentare ogni situazione possibile. Quando è attaccata a una macchina salvavita, un'anima potrebbe in effetti aiutare in qualche modo la scienza a ideare un'altra grande invenzione per le generazioni future.

Dobbiamo esaminare una tale situazione dal punto di vista spirituale. Forse uno spirito ha accettato, prima di reincarnarsi, di vivere una simile esperienza. Potrebbe essere una situazione che aiuta familiari e amici ad apprendere lezioni d'amore e di compassione. Non dimentichiamo che un'anima deve apprendere alcune lezioni su come ricevere amore o apprezzare la santità della vita.

Come ogni giudizio morale, ciascuna anima deve prendere questo tipo di decisione da sola. Ancora una volta devo dirvi che ogni spirito è unico e che ognuno ha bisogni spirituali diversi e deve sperimentare ciò che è meglio per la crescita della propria anima. Non vi sono risposte giuste o sbagliate. Non tocca a noi giudicare le decisioni di altri in questioni del genere ma solo prendere in considerazione l'esperienza e la lezione da un punto di vista spirituale.

**121**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

### **8 - RIUNIONI AMOREVOLI**

Personalmente credo che l'aspetto più cruciale del mio lavoro sia quello di cacciare via il potere che diamo al senso di paura. La paura non è solo un'illusione ma anche il più grande ostacolo alla crescita personale e al potenziale di eccellere dello spirito umano. Essa lega le persone al conflitto interiore e toglie loro il senso di libertà individuale. Quando temiamo non possiamo amare, e

indirettamente rinunciamo a uno stile di vita ricco di creatività e produttività.

La paura è come un circolo vizioso: quando entriamo in sincronia con la paura, le diamo vita, quindi attraiamo proprio ciò che temiamo, e di conseguenza la paura diventa la nostra realtà. In altre parole, il vecchio adagio **Ciò che temete capita**, è vero.

Dobbiamo ricordare che sono i nostri pensieri a creare. Il pensiero è l'energia, o la creatività, di Dio. Noi possiamo usare questa energia come vogliamo perché abbiamo il libero arbitrio. Dobbiamo anche renderci conto che siamo responsabili delle conseguenze dei nostri pensieri. Continuando a pensare in un dato modo, come quando temiamo qualcosa, tale energia di pensiero prende forma nella nostra vita.

Quando inizio il processo di «leggere» psichicamente i miei clienti, li informo del modo in cui essi permettono alla paura di penetrare nelle loro menti e di come i loro timori influiscano sui loro corpi, sulla loro salute complessiva e sulla loro vita in generale. Nella maniera più semplice possibile, li aiuto a riconoscere questo avversario e a trovare metodi per cambiare le convinzioni che hanno portato alle loro paure. Nel comprendere a fondo questo concetto, accedono a un enorme numero di possibilità creative interiori.

All'inizio è molto difficile. La gente non cambia tanto facilmente, specialmente dopo essere stata condizionata per decenni dalla famiglia, dalla società, e dopo essere stata controllata dalla religione. Io posso, tuttavia, piantare un seme e spingere le persone a vedere tutte le possibilità. Aprendo una nuova porta nel loro modo di pensare, posso guidarle a usare i loro pensieri in

122

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

modo positivo e amorevole.

Uno dei timori maggiori è il timore della perdita. Per alcuni, questa paura si presenta come impossibilità di riconoscere la felicità, la bontà o la ricchezza nella loro vita. Quelli che possiedono tutto ciò che hanno sempre desiderato potrebbero a un certo punto avere l'impressione di non meritare la felicità o di non essere degni della ricchezza. Altri non riescono neppure a immaginarsi una vita di pienezza e di gioia perché **è troppo bello per essere vero**.

Pensano che qualcosa andrà male, e di solito è proprio ciò che succede. Dico spesso ai miei clienti di ricordarsi che noi siamo fatti

di Luce. La Luce circonda tutto, è sempre creativa e sempre generosa. Anche se non si vede la Luce, dobbiamo credere che, tramite Dio (Luce), tutto è possibile. Dio dice sempre sì; siamo noi quelli che dicono di **no!**

In questa paura della perdita è insita quella della morte. Io decisamente credo (e ciò può risalire ai miei studi di psicanalisi freudiana) che inconsciamente il desiderio e l'istinto di rimanere vivi sono i più forti. Molti di noi sono essenzialmente egotisti, non vogliono neppure riconoscere un termine alla vita, e perciò temono la morte. Questo timore nasce dal fatto che la morte è uno stato su cui noi non abbiamo alcun controllo. La morte è l'ignoto assoluto. E' al di là dei nostri sensi umani e del nostro ragionamento logico e razionale. Noi temiamo l'ignoto perché non sappiamo cosa aspettarci. Non solo non sappiamo cosa aspettarci dalla morte ma neppure dove andremo, supposto che si vada da qualche parte. E' un peccato che la morte sia l'ultima notizia di cronaca perché è questo tipo di pensiero spaventoso, continuamente alimentato dalla primitiva visione della morte della nostra società, a rinforzare il nostro timore.

Trovo sorprendente che tanti individui credano ancora che quando moriamo cessiamo di esistere. Io ho l'impressione che il mio lavoro riesca a dissipare una simile idea e ad aprire le menti della gente a qualcosa che sta oltre i loro sensi fisici. Nel momento in cui io riferisco il messaggio di uno spirito a una sua persona cara, la vita di quella persona cambia, di solito per sempre. Ripensando agli anni passati, vorrei avere catturato queste incredibili esperienze su videocassetta. E' difficile raccontare a parole le reazioni della gente, non è proprio la stessa cosa

**123**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

dell'osservarle di persona in tutta la loro esaltazione. Tramite questo libro ho cercato di condividere con voi alcune di queste sensazioni. Quando avviene un collegamento psichico tra i due mondi, quello fisico e quello spirituale, si assiste a una riunione che si può definire solamente con un termine: miracolosa.

E' comprensibile che le persone siano nervose quando vengono da me. Con ogni probabilità è la loro prima esperienza con uno spiritista, e non hanno alcunché su cui basarla, a parte il poco che hanno forse letto o i resoconti imprecisi che avranno visto al cinema o in televisione. Quando i miei clienti sono nervosi e in

attesa di qualcosa, dichiaro fin dall'inizio che gli spiriti usano sia la loro energia sia la mia. Li informo che questa energia è molto simile alla corrente elettrica e che, se essi sono agitati, invierà attraverso la sua linea elettrica un'onda, o effetto di propagazione, e i loro pensieri arriveranno a me inintelligibili. Più sono calmi, migliore sarà il collegamento e più facile mi sarà comprendere i pensieri di uno spirito. Essenziale per me è guadagnarmi una certa fiducia da parte del mio cliente. Quando inizio a dire alle persone che mi consultano qualcosa su di loro che nessuno conosce, essi si rendono conto che sono sincero e le loro difese cominciano a cadere. Solo allora posso andare avanti, aprire la porta allo spirito e presentare loro l'ignoto.

Una seduta spiritica potrebbe iniziare con me che colgo un nome o un preciso tratto della personalità o che descrivo lo spirito che vedo. Potrebbe essere facile come quando dico: «C'è qui suo padre e lui mi sta dicendo che è morto d'infarto». Il momento in cui una persona riconosce l'informazione e lo spirito che la rivela, tutta l'energia della stanza si trasforma. E' iniziata una riunione e l'aria si colma di un senso di eccitazione. Per il cliente non si avrà solo un cambiamento mentale ma anche uno fisico: gli occhi si apriranno, la bocca si spalancherà, gocce di sudore gli imperleranno la fronte e il battito cardiaco sarà accelerato. A quel punto il cliente vuole sentire di più e inizia a parlare direttamente con lo spirito. Di solito io devo chiedere a questa persona di trattenersi e di calmarsi perché lo spirito sta cercando con tutte le sue forze di trasmettermi un concetto e ogni eccitamento eccessivo può indebolire il segnale. A parte una evidente euforia, i clienti si lasciano prendere dall'emozione e il più delle volte piangono. Il pianto è un misto di

124

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

tristezza, estremo piacere, felicità e sollievo. Dal momento che comunico loro reali modi di fare e inflessioni, si rendono conto che il loro caro non è morto. Sentono inoltre effettivamente l'amore che lo spirito riversa nella stanza. Con l'arrivo di messaggi sempre più dettagliati, ogni «Tommaso» dubbioso del gruppo getta via il suo scetticismo e si riempie di speranza. L'atmosfera afflitta si trasforma in breve in una di pura gioia, felicità e appagamento. I messaggi probanti servono anche come prova che il mondo oltre la tomba esiste, cosa che colpisce profondamente tutti. Quando si ha una riunione tra vivi e morti, forse per la prima

volta i vivi comprendono che la morte non ha tolto loro l'amore che una volta provavano per parenti e amici nella dimensione terrena. Si rendono conto che i cari defunti sono ancora con loro, interessati alle loro faccende quotidiane. Provano un senso di pace sapendo che i loro cari verranno loro incontro nel mondo degli spiriti. E soprattutto comprendono che la loro vita cambierà radicalmente perché hanno sentito l'amore e udito la testimonianza dall'aldilà, e perché ciò che era ignoto non lo è più. Sapendo che la morte non esiste, sono liberi di **vivere**. In un attimo un'esistenza tormentata dal dolore diventa un'esistenza da vivere ogni giorno come se fosse il primo.

Con questa nuova consapevolezza, i vivi riconoscono l'essenziale contributo che essi possono dare sulla terra e non vogliono più sprecare il tempo prezioso che rimane. Iniziano inoltre a guardare alla vita sapendo che noi siamo tutti un'unica cosa e che ciò che colpisce una persona colpisce tutti. Cominciano a considerare ogni pensiero e ogni azione con grande responsabilità perché sanno, attraverso i loro cari, che nel mondo dello spirito dovranno necessariamente confrontarsi con le proprie azioni. I miei clienti sono stati informati dagli spiriti che la terra non è l'unico luogo dove ci si incontra. Anche le anime disincarnate hanno vissuto riunioni con vecchi membri della famiglia, amici e compagni di scuola. Dopo anni di separazione, si ricongiungono nell'aldilà, dove l'amore continua per sempre, a persone care da tempo perdute. In altre parole, nessuno sarà mai solo.

**BUON ANNIVERSARIO**

**125**

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Uno degli incontri più commoventi avvenne molti anni fa. Riguardava, come succede spesso, un solido rapporto d'amore tra due persone. Avevo ricevuto una telefonata da un uomo di nome Larry Gray. Aveva superato la settantina, e aveva una voce teatralmente profonda unita a un modo di fare gentile. Disse di avere sentito parlare di me da un amico e si chiedeva se potevo aiutarlo a fare «qualcosa di speciale». « Che cosa? » gli chiesi. Mi rispose che si stava avvicinando il cinquantesimo anniversario del suo matrimonio e «Voglio festeggiarlo con mia moglie».

L'unico ostacolo era che lei era morta. Gli dissi che era possibile e fissammo giorno e ora.

Il giorno dell'appuntamento arrivò, e alle dodici e trenta suonò il

campanello. Aprii la porta e fuori c'era Larry Gray in tutto il suo metro e novanta, in un elegante abito marrone stile anni Settanta. Gli diedi una sola occhiata e non potei esimermi dal pensare che fosse davvero una persona dolce.

Larry parlò per primo. «Buongiorno, non la disturbo, vero?»

«Affatto. Lei deve essere Larry Gray».

«Sì, sono io. Spero di non essere in ritardo o di non disturbarla».

Larry aveva un suo modo di scusarsi per ogni azione. Dava l'impressione di non volere ferire nessuno.

«No, per nulla, Larry. La stavo aspettando. S'accomodi».

Gli feci strada nella stanza delle sedute e lo feci accomodare sul divano. Lui ricominciò a chiacchierare e io mi resi conto che amava parlare. Dovetti interromperlo, o non avremmo avuto tempo per la seduta. Glielo feci presente e lui, molto educatamente, esclamò:

«Oh, mi scusi. So di essere un vecchio, e gli uomini come me amano parlare. Mi scusi. Certo, è soprattutto lei che dovrebbe parlare. E' per questo che sono qui, o no?». Ridacchiò.

Mi sedetti e spiegai come si svolgeva il mio lavoro. Recitai la preghiera d'apertura, quindi guardai alla destra di Larry e vidi una bella brunetta che indossava un abito stile anni Quaranta. Gli dissi: «Credo che Kay sia al suo fianco con indosso un abito rosa. Sembra un'attrice».

«Perché era un'attrice. Ci siamo conosciuti recitando a Berkeley», rispose Larry.

**126**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Io proseguii. «La chiama Amore. Dice Amore invece del suo nome».

«E' carino. Ci chiamavamo sempre in molti modi. Perbacco, quanto sono vecchio. Ora i miei capelli sono grigi».

«Dice che ha sposato il suo cuore, non i suoi capelli». Ridemmo entrambi, quindi continuai.

«Kay dice che lei, Larry, ha una splendida voce e che canta sempre».

«Già, è vero. Ogni fine settimana vado alla chiesa del Cristo Scienista e canto nel coro. Così ho qualcosa da fare. Là sono tutti tanto gentili con me».

«Ora mi sta parlando del vostro matrimonio. Non vi siete sposati in California, a New York forse?».

«Sì, a New York. Kay le può dire l'anno?».



«Credo mi stia dicendo 1940».

«Sì, è giusto. E la chiesa? Le darà anche il nome della chiesa?».

«Vediamo». Attesi alcuni minuti e tutto quello che ricevetti furono notizie su una chiesa degli attori.

Larry rispose: «Ecco, la chiesa era proprio dietro l'angolo ed era frequentata dagli attori di tutti i teatri. Le dirà dove vivevamo?».

Inviai questa domanda mentale alla moglie e dopo pochi istanti dissi: «Sta parlando di un quartiere di New York, tipo Upper West Side, e di un minuscolo appartamento».

«Oh, bene, bene. Sì. Era conosciuto come Washington Heights. Mio Dio, sono emozionato».

«Larry, ora mi sta inviando notizie su Philadelphia. Avevate dei legami con questa città?».

«Sì».

«Perché sta parlando di andarci in treno. C'erano dei parenti a Philadelphia? Capisce a cosa si riferisce?».

«Sì».

«Accadeva suppergiù nello stesso periodo del vostro matrimonio. Vivevate a New York e lei è andato a Philadelphia?».

**127**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

«Dopo il matrimonio io mi recai per un certo periodo in questa città ogni domenica, finché non abbandonai la mia chiesa di laggiù e non cominciai a frequentarne una a New York».

Risi e battei le mani: «Bene, bene. D'accordo, aspetti, vediamo che altro c'è. Kay mi sta dicendo che era sola quando è morta e che era stata lei stessa a volerlo. «Per piacere, non lasciarti turbare da questo».

«Già, la faccenda mi aveva sconvolto, Kay. Per dio, avresti potuto aspettare!».

«No, ha dovuto andarsene al momento giusto. E' una donna tanto dolce? Porta un bellissimo cappello. Anche questo sembra anni Quaranta. Mi dice che le piaceva molto indossare cappelli e che spesso le diceva: "Vado in centro a comperarmi un cappello"».

«Sì, proprio così. Perbacco, succedeva tanto tempo fa. Kay amava i cappelli, ne aveva una bella collezione. Vestiva sempre in modo carino. Le piacevano i colori e le cose belle».

«Le piacciono ancora. Ora parla di un pianoforte».

Larry cominciò a ridere e chiese che Kay continuasse a parlarmi del pianoforte.

«Mi dice che avevate un pianoforte in casa e che le piaceva molto suonarlo. Non faceva che suonare il pianoforte. Parla anche di qualcosa riguardo Wagner. Capisce a cosa si riferisce?».

«Sì, sì. E' sorprendente! Avevo acquistato il pianoforte per Kay e ce l'ho ancora. Ma lo suonavo io, lei non l'ha mai fatto. Io suonavo e lei cantava. C'eravamo messi d'accordo così, lo ricordi, Kay? Oh, sì, io continuo a strimpellarlo. Mi vede mentre suono?».

«La vede, e si mette proprio lì, a sinistra, come faceva sempre. Che cos'è questa storia su Wagner?» domandai a Larry.

«Ecco, mi vergogno ad ammetterlo, ma a me piaceva collezionare vecchi dischi... ne ho una grossa raccolta. Mi piace in particolar modo la musica classica e recentemente metto spesso Wagner sul grammofono. Sarà pazzesco, ma lo faccio andare tutto il giorno. E' rilassante. Non credo ci sia nulla di male».

«No, solo la puntina», replicai, ed entrambi ridacchiammo.

Proseguì con il resto del messaggio.

**128**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

«Larry, Kay vuole che lei sappia che le era accanto quando lei era andato a trovarla al cimitero, prima».

«Ecco, oggi è il nostro anniversario, e io volevo che sapesse che l'amo e che la pensavo. Allora lo sai, Kay?».

«Sì, è molto contenta che lei sia andato là. Le piacciono le rose che ha messo sulla sua tomba».

«Oh, non era nulla. Pensavo le sarebbero piaciute».

«Infatti», continuai. «Mi sta mostrando una cripta. E' sepolta lì?».

«Sì, e io le sarò accanto».

«Mi sta mostrando lei, Larry, con i fiori. Buffo, le sta mettendo in mano un palo. Non so cosa significhi. Lei lo capisce?».

«Sì, penso di sì. Quando sono andato al cimitero a trovarla, ho dovuto aggrapparmi a un palo per mettere i fiori davanti alla cripta. Il suo loculo è molto in alto. Parlava forse di questo?».

«Sì, proprio di questo. E parla di tutto il percorso.» Kay iniziò a inviarmi un messaggio molto rapidamente. Io guardai in alto e le risposi. «Capito... capito... grazie». Mi rivolsi quindi a Larry. «Il sito dove riposa è nella parte posteriore? E' un po' bizzarro il modo in cui lei deve raggiungerlo. E' sul retro, in fondo ad alcuni scalini di marmo e su una parete laterale. Me lo sta descrivendo».

Larry non ne era certo. Nel tentare di decifrare il messaggio di

Kay, ero riuscito a confondermi completamente e avevo disorientato anche Larry. Continuai.

«C'è una signora accanto a Kay. Ha una voce molto caratteristica, molto teatrale. Credo abbia cantato anche lei opere. Solleva di nuovo l'argomento pianoforte. Sa perché?».

«Sì, certo. E' Esther. Era una cantante fantastica. Lavoravamo tutti e tre insieme a teatro. E' stata la mia insegnante di piano per anni. Oh, per dio, che bello sentirla di nuovo?».

«Questa signora vuole che le dica che lassù vi è una grande comunità di artisti teatrali. Un sacco di insegnanti di musica e di addestratori della voce. Le cose comunque sono diverse, dice, la musica non è come sulla terra, ma pura: "Qui abbiamo l'armonia pura. Sulla terra se ne parla soltanto, ma non la si raggiunge

129

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

veramente"».

«Meraviglioso».

La moglie e l'insegnante si trattennero ancora un po' e insieme rivissero ricordi del passato condiviso sulla terra. Fu uno splendido cinquantesimo anniversario di matrimonio. Pensai a che altro di più emozionante potesse aggiungere. E poi lo disse.

«Larry, le dice qualcosa Parigi? Siete stati in quella città insieme?».

«Sì. Che sta dicendo a questo proposito?».

«Vuole che le dica qualcosa a proposito di essere sulla Tour Eiffel a Parigi: è stato uno dei momenti più belli della sua vita. Capisce a cosa si riferisce?».

Larry cominciò a piangere. Prese un fazzoletto, si asciugò gli occhi e mi fissò. «E' stato uno dei momenti più felici anche della mia vita. Abbiamo trascorso così il primo giorno della nostra luna di miele».

«Kay dice che anche il resto della vostra vita insieme è stato una luna di miele», soggiunsi.

Larry sorrise e io proseguì con il messaggio.

«Sarà sempre con lei, Larry, e... aspetti, vuole che lei vada a casa e che le suoni una canzone d'amore al piano».

Al che Larry sorrise e sussurrò: «Perbacco, questa è Kay, non ci sono dubbi. Non sa quando smettere».

«E non imparerà mai», ribattei.

**CHARLIE**

Gran parte del valore del mio lavoro viene determinato dalle situazioni in cui m'imbatto tra persone che si amano moltissimo. Era così che vedevo la mia missione finché non ricevetti una telefonata e la centralinista mi disse che all'apparecchio vi era una signora sorda che desiderava parlare con me. Risposi che ero d'accordo e la centralinista ci aiutò a conversare. La donna si chiamava Susan, era molto depressa e aveva bisogno di aiuto. Voleva sapere se era possibile esaudire la sua richiesta. Alla

130

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

centralinista dissi di sì e fissammo un appuntamento.

Il giorno della seduta non ero certo se sarebbe accaduto qualcosa. Alle undici suonò il campanello e sull'uscio trovai due donne; una piuttosto piccola, con i capelli neri, l'altra un po' più alta e rossa di capelli. La donna piccola si presentò come Kathy e disse di essere l'interprete.

Le invitai a entrare e offrii loro dell'acqua. «Spero non abbiate avuto difficoltà a trovare casa mia», dissi. Guardai alle mie spalle e vidi Kathy impegnata a fare segnali a Susan. Passati nella stanza delle sedute, decidemmo che la cosa migliore sarebbe stata quella di fare sedere Susan di fronte a me con Kathy in piedi alle mie spalle pronta a tradurre in segni le mie parole.

Iniziai spiegando il processo della comunicazione con gli spiriti. Da persona nata a New York parlo piuttosto rapidamente ma Kathy stette sempre al passo. Nel ricordare questo caso, mi torna in mente quello che provai, specialmente riguardo all'impegno colmo d'amore di Kathy. Rimasi stupito delle sue capacità d'interprete quanto lei delle mie.

Iniziai la seduta redigendo la cartella psichica di Susan. Per farla, prendo di solito un foglio e una penna, entro in sintonia con gli schemi d'energia di quella persona e annoto o traccio le mie impressioni. A volte lo faccio all'inizio di una seduta per facilitare la comunicazione durante un consulto. Quando rivelo a una persona alcune esatte informazioni psichiche, questa persona capisce immediatamente che sono nel giusto. Rimuovo così ogni dubbio e il procedimento della comunicazione con gli spiriti è molto più facile. Susan sembrava molto solitaria, ma anche molto testarda. Le descrissi la sua famiglia, che non era molto comunicativa e aperta, e riferii che la sua sordità era causata da due ossicini nell'orecchio che non si erano sviluppati completamente alla nascita. Ammise

che avevo ragione e il fatto che io fossi stato capace di darle tali informazioni specifiche la rallegrò. Completata la cartella, recitai la preghiera e iniziai il processo di apertura agli spiriti.

Immediatamente ricevetti informazioni sulla sua casa.

«Questo è molto strano, ma mi stanno mostrando ciò che io credo sia la sua casa. Per caso c'è un sofà marroncino sotto una finestra con sopra una coperta colorata o un quilt?».

**131**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Dopo uno scambio di segni, Kathy mi riferì la risposta di Susan.

«Sì, esatto. E' proprio sotto la finestra, e quella coperta è quasi sempre sul divano».

Devo dire che era piuttosto insolito ricevere informazioni da qualcuno che mi stava alle spalle, anche se era un interprete.

Proseguì. «Su un sostegno di metallo a destra del divano vi sono molte fotografie. Sullo stesso scaffale vedo anche delle cose che sembrano dei fiori di plastica o di seta. D'accordo?».

«Sì, giustissimo».

«Mi viene mostrato anche un tappeto arancione. E' consumato in alcuni punti, specialmente vicino a una porta. Penso sia la porta d'entrata del suo appartamento. Mi viene mostrata anche una cucina. Aspetti. Non so chi mi stia dando questa informazione. Ora lo chiedo».

Domandai mentalmente allo spirito di identificarsi. Non vi fu risposta, per cui rimasi in silenzio. Mi vennero poi fatte vedere tante fotografie poste su un frigorifero che descrissi a Susan. «Mi stanno mostrando un gran numero di fotografie sul frigorifero. Molte sono di un cane».

Susan si mise a ridere. Mi disse che erano le foto del suo cane. Mentre proseguivo, sentii improvvisamente una gran quantità d'amore colmare la stanza. Era un amore che pareva nobile e incondizionato. Poi, senza riflettere, dissi... «Charlie».

Al che Susan iniziò a piangere in modo isterico. Totalmente confuso la fissai, in attesa di una risposta o di una spiegazione da parte sua. Avevo evidentemente toccato un punto dolente e desideravo che mi spiegasse di che cosa si trattava.

Kathy parlò per Susan. «Sì? Charlie era il mio cane. E' proprio con Charlie che volevo entrare in contatto, venendo qui. E' deceduto due mesi fa, e mi manca molto».

Non riuscii quasi a credere alle mie orecchie. Mi resi conto

perché mi era difficile identificare la persona. Era ovvio che l'informazione proveniva dal cane! Il cane mi mostrava le cose che capiva.

Susan gesticolò a lungo, quindi Kathy tradusse: «Susie mi dice che a Charlie piaceva molto accucciarsi sul divano e che il suo

132

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

posto preferito era la coperta. Di tanto in tanto graffiava il tappeto davanti alla porta fingendo di seppellire qualcosa».

«Capisco. Trovavo strano vedere quelle immagini da una bassa angolazione, ma ora ne comprendo il motivo: le vedo attraverso gli occhi di Charlie».

Dopo un po' continuai la trasmissione dei messaggi. «Charlie le invia tutto il suo affetto. Mi sta mostrando una luce rossa e mi dice che lui aveva fatto qualcosa con questa luce rossa».

Susan era eccitata mentre faceva freneticamente segnali a Kathy. «Sì, era la luce che mi faceva capire che il telefono stava squillando. Charlie veniva da me e mi dava dei colpetti con la zampa, quando la vedeva. Era fantastico? Aveva qualità umane».

«Mi sta inviando l'idea di un collare rosso ornato di gemme... ecco, sembrano diamanti. Sono certo che non sono veri diamanti».

Susan rise e ammise che non erano proprio veri ma che brillavano. Disse che si arrabbiava quando la gente prendeva in giro Charlie perché portava un «collare tanto femminile».

Ridacchiai quindi proseguì. «Charlie mi sta ora raccontando che lei lo portava al negozio all'angolo per comperare pane e latte».

«Sì, è vero».

Poi mi misi a ridere. Charlie mi aveva inviato un'immagine molto buffa, e io riferii il messaggio.

«Charlie mi sta dicendo che non gli piaceva fare il bagno nel lavello».

«E' vero. Ogni venerdì sera gli facevo il bagno e lei ha ragione: non gli piaceva per niente. Lottava. Penso che dopo un po' si sia abituato. Posso fare una domanda?».

«Certo».

Susan si mise a piangere e iniziò a formulare la domanda.

«Charlie soffriva molto quando è morto? E può per favore dirgli che mi dispiace?».

Le chiesi: «A un certo punto Charlie ha avuto problemi alle zampe? Non riusciva più a camminare? Perché sento un dolore al

fianco destro».

**133**

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

«Solo alla fine. Gli davo farmaci antidolorifici».

«Sa se aveva il diabete?».

«Sì, aveva anche problemi ai reni. Glielo sta dicendo lui?».

«Sì, mi sta dicendo col pensiero cosa non andava in lui prima della morte. Mi sta anche dicendo che le vuole molto bene e che lei lo ha aiutato. L'ha fatto addormentare?».

«Sì, ma non volevo farlo».

«Il suo cane stava soffrendo molto, alla fine. Lei l'ha veramente aiutato. Lo sa?».

Susan non rispose. Chinò il capo.

«Charlie dorme ancora con lei in fondo al letto. Capisce cosa sto dicendo?».

«Sì. Saliva sempre sul mio letto nel bel mezzo della notte. Mi svegliavo e trovavo la sua testa sul cuscino accanto al mio».

«Conosce qualcuno di nome Ivy? So che è uno strano nome, ma sento che è questo il nome».

Susan rifletté un attimo senza riuscire a ricordare. Pochi minuti dopo esclamò: «Sì? Ero al telefono con lei la settimana scorsa. Mi sta aiutando a trovare un altro cane. E' difficile trovare un cane per non udenti, e mi ha detto che forse ne ha uno per me».

«Sto ricevendo una forte vibrazione o sensazione. Charlie le fa sapere che lei avrà l'altro cane, che non rimarrà più sola. Charlie le darà una mano e si assicurerà che il nuovo cane sappia cosa deve fare. Tra parentesi, mi mostra un cane bianco. Sembra un husky». Susan si eccitò. «E' proprio il tipo di cane che Ivy sta cercando di ottenere per me».

«Lo avrà, non si preoccupi. Charlie mi dice che non sarà mai sola?».

Dopodiché ringraziai per l'assistenza il mondo degli spiriti e chiesi loro di aiutare Susan nel suo cammino.

Come già detto precedentemente in questo libro, gli animali sopravvivono alla morte. Quando entrano nel mondo dello spirito, accettano la transizione quasi fosse un fatto naturale. Di certo

**134**

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

potremmo imparare da loro. Mi è stato spesso chiesto: «Dove va la mia amata bestiola?». Anche i nostri animali da compagnia vanno in un paradiso, in un tipo di luogo molto bello e reale, lo stesso



posto occupato dagli esseri umani. Quando una bestiola muore viene accolta dall'essere umano o da esseri umani con cui aveva avuto un rapporto sulla terra. Se non vi è nessuno o se l'animale non aveva condiviso la sua esperienza terrena con un essere umano, viene spesso accolto da persone che se ne prendono cura. Questi custodi sono spiriti generosi, amorevoli, che proteggono il nostro migliore amico finché un membro della famiglia con forti legami d'amore con lui non lo raggiunge nel mondo dello spirito. Con ogni probabilità, questi custodi di animali sono state persone amanti degli animali durante la vita terrena.

E' una cosa molto comune per animali deceduti da poco tornare nel luogo terrestre dove avevano vissuto. Andranno ad accucciarsi sulla stessa sedia, dormiranno nello stesso posto e vi osserveranno attentamente. Ricordano la gentilezza e l'amore ricevuti da voi sulla terra e spesso torneranno per proteggervi e vigilare su di voi. Per questo, vi prego, non date mai per scontato un animale o qualsiasi altra forma di vita. Siamo tutti qui per condividere il mistero di un piano divino d'amore per tutte le creature di Dio.

#### **MORBO DI ALZHEIMER**

Una morte lenta causata dal morbo di Alzheimer non è solo poco dignitosa ma a volte quasi inumana. Eppure, ogni anno, centinaia di migliaia di persone sono colpite da questa terribile malattia. Il morbo di Alzheimer è causato dalla degenerazione delle cellule nervose del cervello e da un calo della sostanza cerebrale; porta a perdita di memoria, alla demenza, e a una confusione del senso del tempo e dello spazio. Negli stadi finali il malato potrebbe soffrire di gravi psicosi, fra le quali la paranoia e le allucinazioni.

Anche se le cause sono ancora sconosciute, vi sono numerose teorie: alcuni credono sia di origine genetica; altri pensano che influenti siano i fattori ambientali, come il piombo o altri metalli.

Una cosa è certa: con l'aumentare della popolazione anziana, crescerà anche lo stress nelle famiglie e nella comunità medica.

Spero che nuove ricerche riescano a scoprire la cura di questa

135

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

malattia devastante.

Molte persone mi hanno posto domande su amici e parenti affetti da morbo di Alzheimer, tipo: **Possono sentirmi? Mi vedono?**

**Dove sono? Sono ancora qui? Sono morti? L'anima ha lasciato il corpo? L'anima può andare avanti? Quale è la**

## verità?

Un giorno m'incontrai con una giovane donna di nome Sydelle che era stata indirizzata a me da un'amica intima. All'inizio della seduta disse che suo padre era morto e che lei aveva bisogno di risolvere alcune questioni, in particolare desiderava sapere se era in pace.

Quando iniziammo la seduta sentii fortemente che Sydelle era molto agitata e incerta, non solo a proposito della comunicazione ma anche riguardo al suo futuro. Sembrava che attorno alla sua testa volteggiassero molte domande. La rassicurai che, se tutto andava bene, i suoi timori e le sue ansie sarebbero stati eliminati dalla nostra comunicazione con gli spiriti. Iniziai entrando in sintonia con la sua energia. Colsi immediatamente una certa ostilità tra lei e la madre.

«Sydelle, lei parla con sua madre?».

«Sì, certo».

«Non intendo ficcare il naso nella sua vita, ma ho la sensazione che voi due non siate molto unite».

«Non sono certa di capire cosa vuole dire».

«E' come se sua madre fosse un peso per lei: a volte lei perde la pazienza».

«Oh, sì, è vero. Mi riesce difficile dirle qualsiasi cosa».

La seduta cambiò e io percepìi una porta aprirsi alle mie spalle, e improvvisamente comparve una folla.

«A un tratto sento che questa stanza è piena di gente. Aspetti... mi faccia entrare in sintonia con chi è qui».

Chiusi gli occhi e vidi l'immagine di un gentiluomo, impettito e dall'espressione seria. Mi diede l'impressione di essere «fuori di testa».

«Sydelle, credo sia suo padre. Sento che c'era qualcosa che non

136

### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

andava con la sua mente prima della morte, perché mi dà la precisa impressione che l'organo colpito fosse il cervello. Ho anche la sensazione che sia stato a lungo in un ospedale o in un convalescenziario...».

«Sì, mio padre ha avuto il morbo di Alzheimer per tredici anni».

«Oh, mio Dio? Ecco perché mi sento tanto confuso. Lui non riesce a crederci. Devo dire che non si sente ancora del tutto acclimatato... si guarda in giro e prova un senso di incredulità».

«Mah, non penso che credesse a questo genere di cose».  
«Sarà, però... Suo padre vuole ringraziarla per avere acceso la candela. Capisce cosa vuole dire?».  
«Sì, accendevo alcune candele quando era ammalato per aiutarlo a passare sull'altra riva».  
«Desidera ringraziarla per questo e per tutte le preghiere che l'hanno aiutato tanto. Dice di essere ancora confuso ma che sta piano piano iniziando a capire. Il suo funerale ha avuto luogo in una sinagoga?».  
«Sì».  
«Lui era presente. Dice di avervi visti tutti. Il numero delle persone l'aveva però sorpreso. Dice che se ne aspettava almeno il doppio».  
«Aveva tanti amici, ma essendo stato assente dalla vita tanto a lungo, non gliene erano rimasti molti».  
«Chi è Jack?».  
«E' lui, è il suo nome».  
«Parla di una coperta africana e menziona qualcosa a proposito di fotografie... le ha viste tutte. Aveva esposto alcune foto di suo padre che lo ritraevano quand'era in vita?».  
«Sì, proprio così. Al suo funerale avevo sistemato su una delle sue coperte africane alcune fotografie».  
«Chi è Rose?».  
«Sua madre».  
«Vuole che lei sappia che Rose l'ha accolto al momento del trapasso. Non la vedeva da tanto tempo. E' esatto?».

**137**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

«Era morta quando lui era ancora un bambino».  
«Rose è un tipo divertente. Sa che la osserva in cucina? Le piace anche il genere di abiti che lei indossa. Mi sta mostrando degli abiti a fiori».  
Sydelle rise e mi ringraziò per avere fatto entrare la nonna. «Non l'ho mai conosciuta, ma sono felice che mi sia vicina».  
Jack riprese a parlare e io proseguì con i messaggi. «Suo padre cita il nome Mark e dice che lo sta aiutando».  
«Mark è mio fratello. Questo è interessante perché Mark ha preso il posto di mio padre dopo la sua morte».  
«Sa se Mark ha i gemelli o il fermacravatta di Jack?».  
«Sì, mette sempre i gemelli di papà».

«Sa se suo fratello lavora in un ufficio con premi ed elogi esposti sulle pareti?».

«Sì, lavora nell'ufficio di papà che è esattamente come lo aveva lasciato lui. I premi sono per il migliore venditore e sono appesi alla parete dietro la scrivania».

«Suo padre mi mostra una sedia verde scuro. E' quella su cui siede suo fratello in ufficio. Gli chiedo, per favore, se nel sedile vi è un piccolo strappo o uno spacco. Mi pare a destra, proprio sotto la sua gamba quando è seduto».

«Strano. Ma... sa una cosa? Mark mi aveva detto di dovere prendere un'altra sedia perché la vecchia era consumata. Non so se c'è uno strappo, ma di certo glielo chiederò. E' sorprendente».

E' raro che i clienti chiedano agli spiriti consigli di lavoro. Io li informo che chi vive nel mondo degli spiriti non necessariamente è a conoscenza di come andranno le cose. Come ho già detto, sono implicati troppi fattori, tra cui la legge karmica. Ai miei clienti dico: «Noi possiamo porre questa domanda allo spirito, ma sappiate che tocca a voi prendere le decisioni. Non è lo spirito che deve dirvi come condurre la vostra vita o i vostri affari».

Dissi a Sydelle le stesse cose e lei rispose che gradiva il consiglio del padre, dato che lei e il fratello avevano ereditato l'impresa paterna. «Sono certa che mi darà ottimi I consigli d'affari.»

Le dissi cosa stavo ricevendo. «Sa se suo fratello sta pensando di

**138**

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

prendersi un socio?».

«Non lo so, ma glielo chiederò».

«D'accordo. Lui mi sta dicendo che è stato molto difficile fare soldi con questa impresa. E' un lavoro duro, ma, dice, aspettate perché le cose cambieranno e alla fine venderete».

Sydelle sussultò. Replicò che non avevano alcuna intenzione di cedere l'attività, anzi, loro intenzione era mantenerla in mano alla famiglia il più a lungo possibile.

«Suo padre dice che si è sempre preoccupato troppo per il suo lavoro, che gli riempiva tutta la vita. Non vuole che lei finisca per vivere allo stesso modo. Vorrebbe avere avuto più tempo sulla terra per fare altre cose, oltre a sgobbare. Pensa che avrebbe potuto fare molto di più se si fosse preso il tempo. Verso il lavoro era inflessibile ed esigente, e attraverso quello che faceva dimostrava chi era. Dice che lei avrebbe potuto insegnargli molto, e

che lo sta facendo ora».

Come suo padre, anche Sydelle si emozionò. Poi lui menzionò il nome della madre di Sydelle.

«E' preoccupato per sua madre. Mi sta dicendo che litigavano spesso. Una parte di lui l'ama ancora e ora la comprende di più. Sua madre non è soddisfatta di se stessa. Si aspetta che gli altri facciano tutto per lei. Sydelle, lei deve vivere la sua vita, glielo faccia notare».

«Certo».

Chiesi a Sydelle se voleva chiedere qualcosa al padre. La sua domanda mi aiutò a cambiare la mia idea sulle persone che soffrivano del morbo di Alzheimer.

«Dov'era mio padre nel periodo in cui era ammalato? Dov'era il suo spirito? Era morto, era andato da qualche altra parte?».

«Suo padre trova il quesito molto interessante e dice che cercherà di rispondere nel modo migliore. Vi è una tale differenza di conoscenza tra il mondo terreno e i mondi divini? Dice che per la maggior parte del tempo non era conscio e aveva l'impressione di essere come addormentato; inoltre, in certi momenti era fuori dal corpo, e che quello che lui credeva fosse il suo spirito osservava il suo corpo e la gente nella camera. Era dura per lui perché non

**139**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

aveva il senso del tempo come lo conosciamo noi. Non aveva una completa consapevolezza del tempo e dello spazio come ce l'abbiamo noi sulla terra».

«Vedeva forme di spirito attorno a lui?».

«Percepiva delle energie attorno a sé, ma ha capito chi erano queste persone solo dopo la morte. Dice che sono venuti a prenderlo una figura paterna e Rose».

Dissi a Sydelle che molti altri spiriti che avevano avuto il morbo di Alzheimer mi avevano dato simili risposte. Alcuni non si rendevano conto di dove fossero. Altri erano spesso fuori del proprio corpo, notavano i familiari e avevano spesso cercato di inviare loro messaggi.

Lei insistette. «Come mai ha dovuto sopportare questa malattia?».

«Non pensa che lei capirà, ma, ci creda o no, lui l'aveva scelta prima di arrivare sulla terra. Mi sta dicendo che ha dovuto sopportarla per pareggiare le cose».

Le spiegai poi come vedevo io la situazione: molte volte uno spirito deve sopportare una qualche malattia per rafforzarsi superandola, e spezzare così il collegamento affinché in una data linea familiare si esaurisca una predisposizione genetica.

Dopo questa seduta di molti anni fa Sydelle e io diventammo buoni amici. Mi telefona regolarmente per sapere come sto e di recente mi ha detto: «Non so se te lo ricordi, ma durante una delle prime sedute avevo chiesto a mio padre informazioni sul lavoro. Lui aveva risposto che avremmo trovato un socio e che alla fine avremmo venduto l'impresa. Volevo solo farti sapere che mio fratello ha trovato un socio alcuni mesi fa e che proprio in questo momento sta firmando i documenti per vendere la licenza di commercio».

**DILLO DALLA MONTAGNA**

La prossima seduta è una delle più note della mia carriera. Un anno dopo trapelò la notizia degli incredibili messaggi che mi erano arrivati e la NBC volle ricreare la seduta durante la trasmissione **Unsolved Mysteries** (Misteri irrisolti). Da quando venne

**140**

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

trasmessa due anni fa, è diventata uno degli episodi più famosi di tutta la storia di **Unsolved Mysteries**.

E' una delle mie più memorabili sedute.

Era il giugno del 1995 e io sedevo fuori dal mio appartamento in attesa del prossimo cliente. Controllai l'agenda, ma non riconobbi i nomi delle persone che sarebbero venute alle diciotto, Don e Sue Raskin. Cinque minuti prima dell'ora fissata vidi una coppia avvicinarsi. Ricordo la mia prima reazione: l'uomo non aveva un bell'aspetto. A dire il vero sembrava molto malato, e io pensai che la signora che era con lui fosse sua figlia. Risultò invece essere sua moglie.

Dopo avere recitato la mia preghiera, notai immediatamente attorno a me molti spiriti. Individuai molte energie femminili e alcune forti energie maschili. Cominciai a riferire sensazioni e osservazioni, con la speranza che gli spiriti presenti fossero proprio la persona o le persone con cui desideravano comunicare.

«Don, devo dirle che quando è entrato dalla porta, c'era un ragazzo dietro di lei. Sembra sia morto giovane. Avete un figlio nell'aldilà?».

Si fissarono stupiti e, lentamente, lui mi guardò e ammise che

era vero.

«Sì».

«Dice che vi vuole molto bene e che voi non avete nulla da temere. Lui vi ama veramente. Vi ama. Continua a ripetermelo. L'iniziale A. ha un qualche significato? Vostro figlio conosceva qualcuno di nome Adam?».

«Non credo», rispose Sue.

Guardai Don e gli parlai di sua madre e di suo padre. «Suo figlio dice che questa sera sono qui anche i suoi genitori. Sono arrivati tenendo per mano suo figlio. Conosce l'iniziale M.?».

«Sì, è quella di mio padre. Si chiamava Mike», rispose Don.

«C'è qui anche una signora di nome Lillie, Millie o Ellie».

Sue s'intromise. «E' mia sorella. E' morta anche lei».

«La chiamavano anche Babs?».

**141**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

«Sì».

«Sua sorella è molto divertente. Lei e il padre di Don stanno ridendo, vanno molto d'accordo. Ma ora vuole parlare suo figlio. Dice che questa sera è lui l'ospite d'onore. E' stato in ospedale?».

«Sì».

«Stava male. E' stata una sorpresa? Dice che tutti erano scioccati, che è stata una cosa inaspettata. Mi sembra una specie di incidente. Ha avuto ferite alla testa?».

«Sì, giusto».

I Raskin si afferrarono le mani e si strinsero l'un l'altra.

«Mi invia un dolore alla testa. Credo sia stato colpito anche al collo. E' mai stato in elicottero? Perché sa del tragitto in elicottero».

«Sì. L'hanno portato all'ospedale in elicottero».

«Mi invia una forte sensazione di arrampicarmi. Mi mostra una montagna. Ho anche l'impressione di scivolare o cadere. Capite?».

Entrambi si misero a piangere e ammisero che l'informazione era esatta.

Io proseguii. «Dice che aveva sempre saputo che gli sarebbe capitata una cosa simile. Ha sempre vissuto ai limiti. Non avreste potuto fare niente. Smettetela di sentirvi in colpa, perché non avreste comunque potuto fermarlo. Ha mai pensato al paracadutismo? Mi sta mostrando il paracadutismo acrobatico. Dice che se non fosse morto scalando una montagna, sarebbe morto facendo paracadutismo».



Don esclamò: «E' sempre stato amante dell'avventura! Sempre a fare una cosa o l'altra».

«Gli piaceva la fotografia? Dice di avere scattato foto in tutto il mondo. Sa che stavate sfogliando i suoi album. Dice che lì non potrete trovare una sola fotografia capace di descrivere il posto dove è ora. I colori del cielo... tutto così pieno di colori.

Indescrivibile? Tenui viola e rosa. Non preoccupatevi per me, dice. Sto vivendo una grande avventura qui. Chi è Tam o Tammy?».

«Sua sorella».

«Le direte che lui le vuole bene e che la ringrazia per tutti i suoi

142

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

auguri, per i pensieri e le preghiere e per il suo amore. Significa tanto per lui?».

«Sì, lo faremo di certo».

«Sua nipote gli ha scritto una lettera o un biglietto?».

Don rispose: «Sì, credo di sì. Al funerale».

«A vostro figlio è piaciuto molto, vi prega di dirglielo. Parla anche di qualcuno di nome Mark. Conosceva una persona con questo nome?».

«Sì, era il suo migliore amico».

«Salutatelo da parte di Doug e dategli che gli sarà sempre vicino e che rimarranno per sempre buoni amici».

Guardai Don, che non aveva un bell'aspetto. Mi resi conto che il dolore aveva preso il controllo della sua vita... sembrava un guscio vuoto. Riferii l'ansia del figlio riguardo alla sua salute.

«Don, Doug la prega di stare attento a non prendersi un'ulcera.

Dice che le riesce difficile dormire. Ne ha parlato con un medico?».

«Sì, proprio la settimana scorsa. Mi ha prescritto dei sonniferi».

«Vuole dire a tutti e due che l'avete aiutato a vivere pienamente la sua vita, l'avete sempre appoggiato, avete sempre creduto in lui. Siete i migliori. Siete i migliori. Al funerale era esposta una sua fotografia?».

«Sì».

«Mi sta mostrando una tavola con sopra molte fotografie e al centro una foto grande. Dice che non vi è stato facile trovarla».

Entrambi risero. Parlò Sue: «Abbiamo cercato dappertutto quella importante. Avevamo molte foto di Doug scattate durante i suoi numerosi viaggi».

«Ha visto quanta gente c'era e ha sperato che non vi siate

scomodati troppo».

«Volevamo farlo. Era una celebrazione della sua vita».

«Doug mi dice che avete scelto la musica per il servizio funebre. Un'aria scozzese o irlandese, tipo Enya».

«E' proprio Enya che abbiamo usato?» esclamò Sue.

143

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Guardai Don mentre Doug gli rivolgeva la seguente domanda.

«Don, lei pratica dello sport? Lo chiedo perché suo figlio mi sta mostrando un cavallo. Perché voi due non vi fate una bella cavalcata insieme?».

Don rispose: «Ho intenzione di farla assieme al mio migliore amico. Questa camicia è un regalo di Doug, da indossare quando vado a cavallo».

«Divertiti, papà. Ti prego, divertiti per me. Divertiti e basta».

A quel punto arrivò una domanda molto interessante e la risposta mi stupisce ancora oggi.

«Avete fatto duplicare o riprodurre una sua fotografia? Sta ridendo della foto come se fosse una burla o qualcosa di simile».

«La fotografia era stata scattata durante un viaggio in cui tutta la famiglia era riunita. Nostra figlia ha notato un lampo di luce in mezzo alla foto che sembrava uno sbuffo di fumo a forma di cuore. Nel centro ha visto le parole: **Ti amo**. L'ha fatta ingrandire».

«Doug dice: "Sono stato io". Ne sta ridendo. Capite? "Sono stato io. E' stato il mio regalo per voi. Consideratela una cartolina dal paradiso"».

Quest'ultima informazione dimostrò ancora una volta che il potere dell'amore trascende le leggi fisiche. Durante il resto della seduta arrivarono i genitori di Don e sua zia Bea. Ognuno descrisse dettagliatamente come aveva conosciuto Don da bambino. Poi tornò Doug e parlò fino alla fine della seduta e con ogni pensiero portò sorprendenti prove di vita dopo la morte.

Chiesi a Sue: «Ha ritagliato articoli di giornale con le forbici?».

«Sì».

«Erano tutti attorno a lei a guardarla mentre lo faceva. Quando è successo?».

«La settimana scorsa. Vi era un grosso articolo su Doug sul giornale, sulla sua morte. Non era semplicemente un necrologio, parlava del monte Fuji».

«Avete intenzione di creare un album o una specie di memoriale?

Dice che state raccogliendo tutti i pezzi ma che non li avete ancora incollati insieme. Li avete solo messi lì. Sa di questo progetto».

**144**

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Entrambi sorrisero e io proseguì.

«Kieto. Cosa significa?».

«E' in Giappone, un luogo molto vicino a dove è avvenuto l'incidente. Eravamo con lui a Kieto».

«Aveva una bicicletta, una mountain bike? Sapete qualcosa della bicicletta?».

«Ce la spediranno a casa».

«Sta dicendo quanto gli è piaciuta la sua fotografia scattata ai piedi del monte Fuji. L'avete?».

«Be', il team di alpinisti sta sviluppando alcune fotografie che ancora non abbiamo ricevuto».

«Vi prego di ricordarvi di questo particolare».

«Sì, certo».

L'incontro durò un altro quarto d'ora. I Raskin se ne andarono sentendosi molto diversi. L'espressione sul volto di Don indicava chiaramente che era avviato sulla via della guarigione. Non solo sapevano che il figlio era ancora vivo ma anche che era sempre con loro.

In seguito scoprii che Doug Raskin non era stato un figlio normale. Sembrava un angelo del paradiso. Aveva trascorso molti anni viaggiando in paesi stranieri e aiutando i poveri. Aveva addirittura attraversato a nuoto acque impetuose con del cibo legato alla schiena per poterlo portare ai bisognosi. Era avventuroso e socialmente impegnato, e tutti coloro che lui aveva toccato avevano sentito la sua luce.

Due mesi dopo la prima seduta, squillò il telefono, era Sue Raskin. Mi disse di avere appena ricevuto la posta. La squadra d'alpinismo di Doug aveva mandato le fotografie. Disse: «La prima fotografia che ho tirato fuori era quella di Doug che rideva felice ai piedi del monte Fuji».

**145**

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

**PARTE TERZA - IL PASSO SUCCESSIVO**

**9 - OLTRE IL DOLORE**

Per ogni cosa c'è il suo momento,  
e un tempo per ogni faccenda sotto il cielo:  
un tempo per nascere e un tempo per morire.

### **ECCLESIASTE 3-1 [LIBRO DI QOHÈLET]**

Riusciamo mai a superare il dolore per la perdita di una persona cara? E' possibile ricominciare una nuova esistenza senza qualcuno che la divida con noi? I ricordi dei periodi piacevoli ci aiuteranno a riprendere a vivere?

A queste domande non vi sono facili risposte, Una volta che qualcuno è passato dal mondo fisico a quello spirituale, non lo potremo più sentire fisicamente come prima. Possiamo comunque sentirlo e condividere con lui la nostra vita mantenendone vivo il ricordo nella nostra mente e nel nostro cuore e accettando il fatto che, da essere spirituale non più limitato da qualità fisiche, sarà attorno a noi più di prima.

Come dice la citazione della Bibbia, c'è un tempo e un luogo per ogni esperienza e circostanza sulla terra. Ogni volta che torniamo nel mondo fisico, viviamo un'esperienza di crescita dell'anima. Ogni circostanza della nostra vita determina e valuta la nostra crescita. Come il ciclo delle stagioni quando qualcosa muore in inverno per rinascere in primavera, la vita non può esistere senza una fine e un nuovo inizio. Tutto ciò che facciamo è finalizzato alla crescita.

A questo scopo ogni creatura vivente su questo pianeta sperimenta in un modo o nell'altro la perdita. Sarà la perdita del lavoro, la perdita causata da un divorzio, da un incidente o da un atto criminale. Potrà trattarsi di un obiettivo non raggiunto o

146

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

semplicemente dell'invecchiamento. Consideriamo queste perdite come dolorosi stravolgimenti, eppure scopriamo spesso che anch'esse hanno un loro posto e un loro tempo nella nostra esistenza. Per sperimentare una perdita e trasformarla, vi sono dei passi che possiamo fare per avviarci sul sicuro sentiero di una vita più sana, più piena e meglio orientata. Il primo di questi passi è riconoscere e affrontare il dolore.

#### **Come riconoscere il dolore**

Il dolore ha molti aspetti, fisici, psichici ed emotivi. Impotenza, ansietà, insonnia, paura, palpitazioni cardiache, addirittura pensieri di suicidio possono essere considerati sintomi o indizi di dolore. Importante è rendersi conto che soffrire per la perdita di qualcuno (o addirittura di qualcosa come il lavoro) è normale e naturale. Quando soffriamo abbiamo l'impressione che la nostra vita sia finita e che non sarà più uguale a prima. Ci sembra di non potere

resistere un altro giorno senza la persona persa. E' come se tutto il mondo attorno a noi si fosse capovolto. Nulla pare più andare bene o avere senso. Sembriamo del tutto squilibrati in ogni area della vita. Non riusciamo a pensare in modo chiaro, né prendere decisioni in modo corretto. Ci accorgiamo spesso di non riuscire a controllare le emozioni o ci mettiamo a piangere di fronte alle minime sfide. Tutte queste sensazioni fanno parte dell'esperienza del dolore e non le si dovrebbe respingere o giudicare sbagliate. In un simile momento è normale per la persona che ha perso qualcuno provare un senso di apatia verso la sua stessa salute fisica, emotiva e spirituale. Di massima importanza per l'individuo è riuscire a far fronte al dolore con l'obiettivo di ridare un qualche senso di benessere all'esistenza.

Come si può fare? Come riprenderci dal dolore?

Sebbene questo libro sia imperniato sulla perdita di una persona cara, le seguenti fasi sono applicabili a qualsiasi perdita, di una persona, di un animale, della casa, del lavoro o del dover convivere con una malattia a lungo termine. Questo processo di guarigione riguarda la maggior parte delle situazioni in cui non sappiamo che fare.

147

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

**1 - ЧОC**

Quando le persone vengono a sapere che un loro caro è morto, la loro prima reazione potrebbe essere uno choc o un senso di intontimento e il solo pensiero sarà: **Non è possibile, non è vero.** Potrebbero rifiutare l'idea che la perdita sia realmente accaduta. Sembrano in trance, simili a zombi, mentre si trascinano in giro senza quasi accorgersi dell'ambiente circostante. In seguito potrebbero non ricordare neppure quei primi giorni dopo la notizia. E' con questa perdita di memoria che la natura ci viene in aiuto. Chiudendo i battenti, la mente cerca inconsciamente di adattarsi all'improvviso cambiamento di vita.

Questo primo choc potrà durare poche ore o alcuni giorni, ed è essenziale, appena inizia a svanire, avere un amico intimo o una persona cara che ci stia vicino nel dolore.

Di solito parenti e amici ci circondano durante il funerale, per poi scomparire alla fine della cerimonia. Ed è proprio in quel momento che noi usciamo dallo stato di torpore e abbiamo più che mai bisogno di qualcuno. Perché allora inizia la vera sofferenza.

Mentre soffrite, ricordate che rabbia e offesa sono reazioni normali alla perdita. Supererete il dolore e la vita riprenderà il suo corso.

## **2 - RIFIUTO**

Quando proviamo dolore, tendiamo a negarlo. Così facendo ci pare di alleviare la sofferenza.

Desideriamo a tal punto negare l'esistenza del dolore che, negandolo, ci inganniamo pensando che non esista. Ancora una volta è il nostro inconscio che cerca di affrontare la perdita. Il rifiuto può manifestarsi in molti modi:

**1** - Perdiamo interesse o smettiamo di farci coinvolgere dalla vita quotidiana.

**2** - Dormiamo troppo o soffriamo d'insonnia.

**148**

## **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

**3** - Perdiamo l'appetito.

**4** - Non c'interessiamo più della nostra igiene quotidiana.

**5** - Cadiamo in depressione e ci sembra di non avere la forza per uscirne.

E' importante comprendere che la negazione di sé è una fase normale del processo del dolore e che alla fine ne usciremo.

## **3 - LASCIATEVI ANDARE AL DOLORE**

Il primo passo sulla via della guarigione è l'accettazione della realtà della situazione: l'aver patito una perdita. La perdita è reale, ed è essenziale riconoscerla. E' normale provare dolore. Lasciatevi andare a questo sentimento! Non reprimete la rabbia, la tristezza, il turbamento o il senso di impotenza. Sono tutti sentimenti molto naturali. Non mascherateli né nascondeteli, pensando di essere immaturi o che questo modo di comportarsi non sia accettabile. Se avete voglia di piangere, piangete.

Piangete! Il pianto è una reazione naturale e necessaria per guarire il corpo. E' scientificamente dimostrato che le lacrime di tristezza sono biochimicamente diverse da quello del riso e della gioia. Il pianto quindi rilascia realmente alcune sostanze chimiche dal corpo.

E' più che normale che voi pensiate spesso alla persona cara e che, nel farlo, nei vostri pensieri si insinui a volte l'ira. Se siete adirati, lasciate che la rabbia fuoriesca senza danneggiare voi o gli altri. Liberatevene facendo qualcosa di fisico, come uno sport o prendere a pugni un cuscino o recarvi in un luogo isolato e urlare

quanto volete. E' comprensibile che vi sentiate feriti e addolorati, e vi farà bene liberare la vostra ira in modi benefici.

Non definite, inoltre, il modo in cui dovrete sentirvi. Siamo tutti individui e i nostri rapporti reciproci sono soltanto nostri. Per questo motivo ciascuno di noi reagisce in modo differente a una situazione, specialmente a una perdita. Non giudicatevi basandovi su come gli altri si sentono. Non vi è un modo giusto e uno sbagliato.

Molto normale è anche desiderare di allontanarci al più presto dal  
**149**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

dolore, per cui cercheremo di curarci con tranquillanti. A volte ne avremmo bisogno come sollievo temporaneo. I farmaci comunque impediscono il miglioramento a lungo termine e di solito i sentimenti che cerchiamo di reprimere emergeranno in un modo o nell'altro.

Nel corso di anni di sedute ho incontrato centinaia di persone e comprendo immediatamente quando non hanno ancora affrontato il lutto. Lo fanno capire i loro corpi dato che l'aspetto esteriore rispecchia quello interiore. Hanno a tal punto represso le sensazioni che ora paiono malaticci. I sentimenti di dolore non elaborati li consumano letteralmente e si manifestano in una miriade di problemi di salute e malattie, come obesità, allergie, mali, dolori, problemi di respirazione e, in alcuni casi, cancro.

Per rimanere sani, dobbiamo quindi vivere a fondo l'esperienza di ciò che proviamo. I nostri sentimenti sono il barometro della vita.

#### **4 - RICONOSCIMENTO E ACCETTAZIONE**

Una volta superati choc, rifiuto, offesa, dolore e rabbia, passeremo alla fase del riconoscimento e dell'accettazione di quella morte. Questo è il primo passo per riportare un po' di equilibrio nella nostra vita. Accettare la morte di una persona cara non vuole dire approvarla. Stiamo semplicemente vedendo la situazione in modo realistico. Comprendiamo che il nostro caro è morto e che non lo vedremo più fisicamente. Lo rivedremo comunque quando giungerà il nostro momento di passare nel regno spirituale.

Una perdita è una perdita, ed è impossibile cambiarla. La quantità di dolore che proveremo corrisponderà direttamente all'intensità dei nostri sentimenti per la persona deceduta.

E' importante, tuttavia, rendersi conto che, soffrendo, si imbocca la via della guarigione. Inizierete a riguadagnare le vostre forze e



riprenderete a vivere e ad apprendere le lezioni che siete qui per imparare.

#### **5 - SISTEMARE QUESTIONI PRATICHE**

Oltre ad affrontare emotivamente una perdita, è importante anche stabilire un senso di ordine nella vita quotidiana da un punto  
**150**

##### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

di vista finanziario e pratico. Ciò vale soprattutto se la parte finanziaria della vostra relazione era in mano alla persona deceduta. Anche qui, non abbiate paura di chiedere aiuto. Un familiare o un amico potrà darvi dei consigli in questo campo e aiutarvi molto più di quanto abbiate mai immaginato.

Se vi sono richieste di risarcimento medico o assicurativo, lasciate che se ne occupino loro dandovi così una certa serenità mentale e libertà finanziaria. Quanto prima viene risolta la faccenda, tanto meglio vi sentirete. Vorrete anche indagare su tutte le vostre finanze, fare degli elenchi, e riesaminare le vostre proprietà, i conti bancari, le partecipazioni azionarie e così via. Avrete forse anche bisogno di elencare le spese, i debiti e i crediti. Dovrete forse liquidare il vostro patrimonio, se fosse necessario. Nella maggior parte dei casi dovrete informare i creditori della morte recente affinché questi ultimi sistemino i loro archivi. In questo periodo dovrete occuparvi di tutte le questioni legali riguardanti voi e il defunto. Per poter sistemare la maggior parte delle faccende pratiche e finanziarie, avrete bisogno di copie del certificato di morte. Dovrete forse anche contattare un avvocato in caso di eredità o se dovete liquidare una proprietà.

#### **6 - ANDARE AVANTI**

Il sole tramonta, poi risorge. Voi avete vissuto un periodo incredibilmente emotivo che a momenti vi era parso insopportabile e avete pensato di non voler più andare avanti. Ciò nonostante è arrivato il momento in cui vi sentite pronti a valutare la vostra vita e a continuare. E' iniziato un nuovo capitolo della vostra esistenza. E' questo il momento giusto per cercare una guida da un gruppo di sostegno. Ve ne sono molti per chi ha sperimentato una perdita, come per esempio quella di un coniuge, di un figlio, di un fratello o di qualcuno morto di AIDS, cancro e così via. Nei gruppi di supporto tutti hanno vissuto un simile lutto e, come voi, hanno sofferto. Ognuno ha bisogno di aiuto per riprendere a vivere. Io vi consiglio di partecipare a un incontro di gruppo e di osservare

quello che succede. Cercate di capire se il gruppo è adatto a voi, se vi sentite a vostro agio con gli altri. Forse desidererete che la prima volta vi accompagni un familiare o un amico. Essenziale comunque

151

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

è che non abbiate paura di chiedere aiuto.

In questo periodo potreste anche sentire il desiderio di iniziare un'attività fisica su base regolare. Iscrivetevi a una palestra, giocate a tennis o a golf, camminate o fate jogging ogni giorno. E' importante praticare un'attività fisica per mantenere la mente acuta, il corpo in forma e le emozioni in equilibrio. L'attività fisica aiuta a liberare l'ira, a cancellare la depressione e a inviare ormoni benefici in tutto il corpo.

Come ho già fatto notare, la sofferenza e la guarigione non avvengono dalla sera alla mattina, ed è impossibile sapere di quanto tempo una persona avrà bisogno per guarire e iniziare una nuova vita. Avrete sempre i vostri cari accanto, anche se non vi accorgerete della loro presenza. I ricordi che conservate di loro vi renderanno sempre felici e gioiosi. Non sminuite questi ricordi, perché sono speciali come lo erano quando li avete vissuti.

#### **Fate attenzione a comportamenti che possono condurre a danni o lesioni**

E' importante rendersi conto che vi saranno ricadute, per cui è necessario tenere sotto controllo sentimenti e sbalzi d'umore. Per esempio, molte persone ricadono nella negazione della realtà, rifiutando di credere che la morte sia avvenuta. Alcuni non riescono a uscire dal loro stato di negazione e dolore e potrebbero mostrare comportamenti autodistruttivi. Siate consapevoli dei seguenti indizi. Se questi segnali perdurano a lungo, è necessario richiedere un aiuto specialistico.

**1** - Una persona potrebbe cominciare a concepire pensieri di suicidio; ciò è normale all'inizio, ma se continua a parlare di come vuole realizzare il piano, attenzione. Adottate misure preventive.

**2** - Una persona in lutto potrà all'inizio avere bisogno di farmaci come tranquillanti o antidepressivi. Dal momento che è facile cadere nella dipendenza da tali medicinali, è necessario tenere queste persone sotto attento controllo. A volte qualcuno cercherà

152

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

di celare il dolore o il trauma che sta vivendo, sarà allora

necessario incontrarsi regolarmente con un medico specialista. Quanto più rapidamente si smette di ricorrere ai farmaci, tanto prima la nebbia si alzerà e quella persona riuscirà ad adattarsi alla perdita e a cominciare il processo di guarigione.

**3** - Se una persona rimane completamente staccata dalle sue normali attività e inizia a tormentarsi o a starsene da sola in stato di depressione per un lungo periodo, è ora di rivolgersi a un consulente che tratta in modo specifico il dolore. Un terapeuta può aiutare quella persona a tornare alla realtà.

Sebbene il processo del lutto sia doloroso, è parte dell'esperienza di vita che tutti noi inevitabilmente attraversiamo. Tutti noi proveremo la perdita di una persona amata. Dobbiamo sapere che la supereremo.

Anche se proprio ora non vi è evidente, la vostra luce su questa terra è necessaria. Nessun altro sulla terra è uguale a voi, perché voi siete unici. La gente ha bisogno di voi! In un momento di perdita, proverete un senso di colpa o di mancanza di valore, e penserete: **Se solo...** o **Avrei potuto...** ma questo autolesionismo non è necessario. Non alimentatelo! Rendetevi conto che il dolore che sperimentate può aiutarvi a essere un po' più sensibili verso altri nella stessa situazione. Un giorno aiuterete qualcuno a superare il processo della sofferenza. La perdita che patite, per quanto grande, non è paragonabile alla grandezza del vostro essere. Siate gentili verso voi stessi e abbracciatevi. Ditevi quanto vi amate e vi apprezzate per essere vivi e per avere la forza e il coraggio di affrontare l'avventura incredibile della vita!

**153**

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

## **10 - ENTRARE IN CONTATTO**

Ho suscitato grande interesse nelle persone che desiderano entrare in contatto con i loro cari defunti da sole. Altre sentono invece di possedere una forte facoltà sensitiva o medianica e vogliono sviluppare ulteriormente questa dote. In questo capitolo fornisco informazioni per raggiungere entrambi gli obiettivi. Non sarebbe giusto da parte mia istruire quelli di voi che vogliono semplicemente entrare in contatto con persone care senza fornire una conoscenza di base dei meccanismi della medianità. Credo che quanto più saprete sull'argomento, migliori saranno i risultati. Vi invito a leggere i concetti e ad applicarli ogni qualvolta sia necessario.

Non è un gioco. Non è mia intenzione insegnarvi qualche trucchetto per potere divertire gli amici con le vostre capacità paranormali. Lo sviluppo dell'intuizione deve essere preso sul serio e con rispetto. Non potete suonare un campanello e aspettarvi che improvvisamente appaia uno spirito. Per riuscirci, dovrete applicarvi. Ricordate: i risultati rifletteranno quanta disciplina, tempo e voglia avete di sviluppare le vostre capacità. Contemporaneamente dovete rendervi conto che anche la vostra famiglia di spiriti condivide il desiderio di entrare in contatto con voi e farà tutto il possibile per farvi sapere che sono vivi. Gli spiriti sono sempre attorno a noi e sebbene alcuni riescano a comparire senza troppa fatica, altri avranno grande difficoltà. Tutti abbiamo doti medianiche innate. Come abbiamo appreso, un medium è uno strumento, una persona che sta tra due mondi e che gli spiriti utilizzano per inviare un particolare messaggio. Che altro è la medianità se non la capacità di venire infusi di pensieri, parole o sentimenti diversi dai nostri? Artisti, musicisti, medici, capi, e quasi tutte le creature viventi sono ispirate dal pensiero. Molte volte riteniamo che questi pensieri siano nostri ma, più spesso di quanto immaginiamo, provengono dai regni spirituali. Attraverso questi pensieri si fanno avanti le parti migliori della nostra personalità creativa. La creatività non è limitata alle arti. Un medico che utilizza il bisturi è creativo nel suo campo scientifico

154

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

quanto una ballerina che esegue una piroetta. Quando decidiamo di entrare in contatto con il regno spirituale, dobbiamo avvicinarlo con la consapevolezza che il mondo degli spiriti, o il nostro senso creativo di Dio, non è limitato a un'area lontana e nebulosa. Questo spirito creativo piuttosto è sopra, sotto, attorno e in noi. E' mescolato all'interno del nostro mondo. Noi dobbiamo capire che questo mondo fisico è solo una dimensione di tanti mondi, che il nostro sistema solare non è che uno dei tanti sistemi e che l'essere umano è solo una specie tra tante. La nostra prima lezione, quindi, è quella di avere la mente completamente aperta e affrontare il lavoro con un senso di umiltà e amore. Quando ci apriamo ai mondi spirituali, dobbiamo affrontare questo impegno con tutta la conoscenza disponibile. Più a fondo conosciamo le tecniche, più a fondo conosciamo il metodo e le leggi naturali spirituali, più efficace sarà la medianità e più chiari e

precisi i risultati.

Quando iniziai il mio viaggio, lessi più di un centinaio di libri provenienti da ogni parte del mondo. I testi da me esaminati comprendevano quelli scritti cinquant'anni fa e quelli odierni. Ho parlato con tutti i sensitivi, i medium e gli insegnanti spirituali che sono riuscito a trovare. Ho visitato molte chiese non confessionali della mia zona. Il mio interesse, naturalmente, era di continuare questo lavoro per aiutare l'umanità e diffondere l'amore e la conoscenza della vita dopo la morte. Se tutto quello che volete è contattare i vostri cari o le guide, la vostra motivazione è molto diversa dalla mia. Non dovrete affrontare il volume di studio da me fatto ma, ricordate, più conoscete questo lavoro, più facile vi sarà comprendere e raggiungere certi risultati.

La disciplina ha una parte molto complessa nello sviluppo di qualsiasi qualità o comunicazione spirituale. Sebbene siate spinti dal desiderio di raggiungere la vostra famiglia dell'aldilà, ciò non significa che basterà spegnere la luce per farla apparire magicamente. Voi dovete applicarvi in modo disciplinato e serio. Qualsiasi cosa fatta a casaccio può essere pericolosa e i risultati tutt'altro che soddisfacenti. Ancora una volta, se volete stabilire un contatto o aprirvi ai mondi spirituali, fatelo, non per divertimento o curiosità ma con un senso di rispetto, umiltà e disciplina. Il vostro sviluppo spirituale non è un trucchetto di bassa lega o un

155

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

divertimento buffo. Il simile attrae il simile e voi trarrete dal vostro lavoro ciò che vi avete immesso. Per questo motivo, avventuratevi nella medianità con la conoscenza delle leggi fisiche e spirituali che la governano. Per iniziare dovete avere un'idea delle sue leggi fondamentali e sapere come si adattano al vostro sviluppo.

#### **Motivazione e desiderio**

Qual è il motivo che sta dietro l'interesse a sviluppare le capacità interiori e a contattare i vostri cari? E' qualche cosa di frivolo come chiedere numeri vincenti del lotto? E' per scoprire dove un parente ha lasciato il testamento per poter ottenere la vostra parte di un bene? Per conoscere il nome della persona che ha ucciso vostro figlio? Nasce da futile curiosità? Se il vostro interesse dipende da uno dei suddetti motivi, allora il mio migliore consiglio è di leggere un bel giallo o un thriller e divertirvi con quello. Non potete ricercare il contatto per ottenere vendetta o appagare l'avidità

personale. Nel mondo dello spirito non c'è posto per l'autosoddisfazione: è solo lavoro d'amore altruistico. L'amore è infatti l'elemento più forte capace di avvicinarci allo spirito. Se volete entrare in contatto ed esplorare i regni spirituali, e così facendo progredire spiritualmente e a vostra volta illuminare altri, solo allora potrò dire che le vostre motivazioni sono giuste.

### **Preparazione**

Ogni qualvolta intraprendiamo un lavoro medianico, dobbiamo prepararci a essere un canale libero per lo spirito. La preparazione avviene non solo a livello fisico ma anche emotivo, mentale e spirituale.

Fisicamente si dovrebbe seguire una dieta sana. Quanto più è semplice la dieta, per lo più a base di cibi vegetariani con pochissimi zuccheri non raffinati e caffeina, tanto meglio il corpo può incanalare lo spirito. La carne rossa in particolare rallenta la vibrazione del corpo, e così facendo rallenta l'estensione più alta della sensibilità. Il sistema ghiandolare messo a dura prova in

156

### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

questo lavoro è quello delle ghiandole endocrine e in modo specifico il surrene. Per questo motivo dobbiamo proteggerle e stressarle il meno possibile: i dolci e la caffeina, oltre a gettare nel caos i livelli di glicemia, hanno anche un effetto contrario sul sistema surrenale, accelerandolo. L'alcol abbassa il ritmo vibratorio naturale del corpo e non si dovrebbe mai farne uso quando ci si prepara ad aprirsi ai mondi dello spirito. Il continuo uso di questa sostanza, così come delle droghe, attirerà con ogni probabilità a voi entità con i più bassi ritmi vibratorii del mondo astrale. Ricordate: vi state aprendo a molti livelli di spirito e naturalmente vorrete fare il possibile per collegarvi ai livelli più alti.

Anche lo stato emotivo e mentale ha bisogno di preparazione. E' necessario tenere bene equilibrata la vita psichica ed emotiva. I vostri pensieri mentali sono reali, e hanno una diretta conseguenza su come vi sentite. Per questo sforzatevi al massimo di mantenere una visione positiva. Per farlo vi raccomando una qualche meditazione, visualizzazione o affermazione positiva al mattino appena vi svegliate. Ricordate che molti dei primi pensieri influenzano il modo in cui vivrete il resto della giornata.

Le emozioni lavorano mano nella mano con il sistema nervoso. Se il sistema nervoso è agitato e stressato, potrebbe chiudere

alcuni importanti canali di energia sensitiva che percorrono su e giù la zona spinale del corpo eterico. Quando questi centri sono bloccati non potete ricevere informazioni spirituali nette e perfezionate. E' molto interessante notare che ogni qualvolta io tengo una seduta e appare uno spirito piangente perché eccitato di poter parlare con una persona cara, sento che i miei centri riceventi sono bloccati a causa dello stato emotivo dello spirito. Ogni sistema funziona all'unisono e nessuno è più importante degli altri. Dovete accertarvi di essere una persona bene equilibrata.

Un altro elemento essenziale è la preparazione dell'io spirituale. Il nostro lavoro spirituale è di assistenza e di amore. Noi dobbiamo sempre aspirare a portare quanto più amore e conoscenza a tutti quelli con i quali entriamo in contatto. Gli amici spiriti e le guide vogliono lavorare con noi. Noi dobbiamo riuscire a dare loro uno strumento che vale il loro tempo. Gli spiriti amano più di ogni altra cosa farci accedere alla loro conoscenza dei mondi superiori sopra di noi. Sono sempre alla ricerca di qualcuno che porti il messaggio

157

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

d'amore in ogni parte del pianeta, ma lo spirito può solo fornire l'informazione che è alla portata della comprensione del medium. Per esempio, se mi chiedessero di suonare il concerto in fa minore per pianoforte di Brahms e io non avessi alcuna conoscenza di musica, mi sarebbe impossibile accontentarli perché è al di fuori della mia esperienza. Se, d'altra parte, avessi preso per anni lezioni di piano e sapessi qualcosa di musica, potrei facilmente suonare Brahms. E così, per portare quaggiù la conoscenza di più alto calibro dei mondi celesti, ci si deve continuamente sintonizzare con le più importanti proprietà spirituali, cioè con l'amore.

Vivete una vita d'amore e di fratellanza in tutti i vostri incontri e in tutto ciò che fate. Siate un esempio del precetto di amare il prossimo. Considerate tutte le cose come un'espressione di quell'amore creativo che chiamiamo Dio. Sappiate che il giudizio non è necessario, dato che esso è parte dell'io fisico inferiore, e quale diritto avete voi di giudicare altri solo perché non hanno ancora appreso alcune lezioni umane? Il giudizio nasce spesso dalla paura, la quale indica che non si vive secondo l'io divino. La paura spinge a voltare le spalle alla verità. Nello sforzarsi di raggiungere una superiore conoscenza dell'espressione dell'io, dovete respingere tutto ciò che non è reale: giudizio, pregiudizio, e le



meschine lusinghe all'ego. Apritevi invece alla luce della tolleranza e dell'amore, l'amore nella sua forma più pura, e non cercate di oscurare il quadro con inutili banalità.

Quando tentiamo di sviluppare le nostre identità spirituali, dovremmo sforzarci di imparare attraverso la lettura di libri spirituali, la meditazione e altro di simile. Trovo che sia istruttivo e rispettoso anche frequentare la gente e sperimentare le condizioni di vita del nostro pianeta e diffondere psichicamente luce e amore su coloro che hanno perso la via e che hanno bisogno di guida.

### **Sensibilità e consapevolezza**

Quando trattiamo con i regni dello spirito, trattiamo con un mondo molto diverso da tutto ciò che riusciamo a vedere con i nostri occhi fisici. Per fare bene questo lavoro, dobbiamo uscire dal mondo esterno ed essere preparati a entrare in un mondo di

158

### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

visione e conoscenza interiori. In ognuno dei miei corsi io inizio informando il pubblico che stiamo per avventurarci nell'esplorazione di un nuovo mondo, un universo a sé, il mondo del nostro essere interiore. Questo mondo è accessibile a chiunque sia disposto a prendersi il tempo di conoscerlo. Esplorando e aprendoci al nostro io interiore, portiamo una nuova consapevolezza a ogni aspetto della vita. Cominciamo a vivere veramente un'esistenza più completa e più felice, il genere di vita che abbiamo sempre sognato. Al centro di questo mondo salutiamo il nostro io divino e vediamo le illimitate possibilità che sono una parte della nostra natura. Appena riusciamo a utilizzare con facilità questa conoscenza interiore, iniziamo a imparare a sostituire la paura con la fiducia.

Una volta raggiunta questa parte del viaggio, non potremmo più guardare al mondo fisico come facevamo prima.

La cosa migliore, per conoscere il nostro mondo interiore, è iniziare con la meditazione. Il primo passo è chiudere gli occhi e rendervi conto della respirazione. Mentre lo fate vi accorgete che ogni inspirazione è un dono di Dio da trattare con rispetto. Non saprete mai quando trarrete l'ultima. Mentre esirate, esaminate tutti i pensieri e le sensazioni negative, le frustrazioni e i dubbi cui rimanete aggrappati e lasciateli andare. Accorgetevi del vostro corpo! Sentite ogni muscolo, organo e tessuto. Vedete il vostro sangue scorrere liberamente attraverso il corpo. Sentite! Dio vi ha

dato un corpo non solo per vivere su questo pianeta ma anche per evolvervi dal di dentro sì da diventare il più sublime essere spirituale. E così, rendervi conto di ogni cosa? Quando aprite gli occhi, non guardate semplicemente la sedia davanti a voi o la porta o i fiori. Guardateli con nuovi occhi, con gli occhi dell'anima, gli occhi interiori. Usate i vostri occhi come fate con le mani. Percepitem la forza vitale dei fiori e degli alberi.

Armonizzatevi con la vibrazione d'energia di ogni creatura vivente. Queste energie sono molto reali ma non chiaramente evidenti. Sono energie sottili che potete percepire solo con i vostri sensi.

## **Energia**

159

### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Tutto è fatto d'energia! Noi dobbiamo familiarizzarci con questo concetto. Le molecole di forza vitale ci circondano e scorrono sempre attraverso noi. Per questo, ognuno di noi è un centro d'energia individuale, un piccolo mondo a sé con cerchi e collegamenti energetici che si muovono attorno e dentro il corpo. Noi possiamo cambiare gli schemi, i colori e le frequenze di queste forze con i nostri pensieri e i nostri desideri. Possiamo inviare e ricevere energia finché i nostri canali sono aperti e sensibilizzati. Come possiamo sentire questa forza?

Iniziamo con un semplice esercizio. Chiudete gli occhi e tenete i palmi delle mani uno di fronte all'altro a una distanza di sessanta centimetri circa. Teneteli in quella posizione per tre, quattro secondi. Fissate tutta la vostra consapevolezza sull'area tra i palmi e avvicinateli molto lentamente come se steste premendo una fisarmonica. Percepitem la sensazione tra i palmi mentre si avvicinano. Muovete le mani in un movimento circolare e sentite cambiare l'energia sottile. Dovrete forse fare un paio di volte questo esercizio, ma non preoccupatevi: alla fine la percepirete. Potete anche tenere la mano a circa sette centimetri sopra una qualsiasi parte del corpo e avvicinarla lentamente con il palmo rivolto verso quella parte. Più spesso lo farete, più vi accorgerete della finezza della forza che circonda il vostro corpo. Noterete che alcune parti del corpo sembrano più dense di altre. Alcune sembreranno avere più energia per un sacco di motivi; uno potrebbe dipendere dal residuo di una vecchia ferita. Ogni qualvolta vi fate male, la lesione non solo colpisce il corpo fisico ma anche

quello eterico. Vi sarà quindi una specie di indicazione della ferita, di solito una forza più concentrata. Un altro motivo per cui l'energia è più concentrata in una certa parte del corpo potrebbe essere uno stato di salute. Come già detto, uno stato di salute prevalente rimane impresso nel corpo eterico e l'energia che lo circonda ha di solito un aspetto più denso e un colore diverso dal resto dell'aura.

### **Centri d'energia**

Mentre sviluppate le vostre capacità sensitive è importante che

**160**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

apprendiate i sette principali centri energetici. Essi sono conosciuti come chakra, un termine sanscrito che significa «ruota d'energia». Questi sette chakra principali sono situati sul bordo del corpo eterico e sono l'uscio o il cancello che porta alle vostre energie eteriche. Il corpo eterico, o doppio eterico come viene a volte chiamato, è il corpo energetico che circonda quello fisico. E' una sua esatta replica. Il corpo eterico è quello più vicino allo stato fisico. Ogni chakra del corpo eterico è diverso per colore e vibra o ruota a una sua particolare velocità e invia l'energia, spirituale, mentale, emotiva o fisica al livello corrispondente.

#### **CHAKRA DELLA RADICE**

Localizzato alla base della spina dorsale è ritenuto il centro della forza vitale. A livello fisico è associato alla spina dorsale, i surreni, i reni e il colon. E' un'energia rossa e rappresenta gli istinti di sopravvivenza, una forte capacità e vitalità fisica. Viene usato per riportare le nostre energie nel corpo. Viene impiegato anche per trarre energie cosmiche dalla terra per vitalizzare altri chakra.

#### **CHAKRA DEL PLESSO SOLARE**

Conosciuto anche come il chakra sacro, questo centro è localizzato cinque centimetri sotto l'ombelico. E' il centro dell'intuito e della sensibilità paranormale. E' conosciuto anche come centro delle sensazioni, il punto in cui sono immagazzinate tutte le emozioni naturali. Dal momento che questo centro è in primo luogo a livello emotivo, da questa zona scaturisce il chiarosentire e la psicomatria. A livello fisico è collegato agli organi sessuali, alla milza e alla vescica.

Corrisponde al colore arancione.

#### **CHAKRA SPLENICO**

Questo terzo centro è situato sopra l'ombelico nella zona splenica. A questo livello le emozioni naturali raggiungono una

vibrazione di qualità superiore. È questo il centro dei sentimenti, della volontà e dell'autonomia. Questa zona influisce sulla digestione e sugli organi dello stomaco, il pancreas, i surreni, il

161

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

fegato e la colecisti. A livello fisico è il collegamento alla **corda d'argento** e ci permette di fare viaggi astrali.

La corda d'argento è una concentrazione d'energia sotto forma di catena che collega il corpo eterico al corpo fisico. In senso chiaroveggente è vista come un colore bianco argenteo.

Di notte, quando dormiamo, abbandoniamo il corpo fisico e viaggiamo in lungo e in largo nel mondo astrale. Possiamo farlo perché il corpo eterico, quello che viaggia, è collegato al corpo fisico da questa corda o linea della vita. Al momento della morte fisica, la corda d'argento si spezza e il corpo eterico viene liberato. Il chakra splenico appare di solito di colore giallo.

#### **CHAKRA DEL CUORE**

Situato al centro del petto, tra le scapole, il chakra cardiaco è il centro dell'amore incondizionato. Qui si percepiscono i superiori elementi spirituali di compassione, fiducia, condivisione, spiritualità e compassione. E' associato al lavoro fatto in stato di trance e alla capacità di sentire la presenza degli spiriti. In senso fisico è collegato al cuore, al timo e al sistema circolatorio.

Il colore di questo centro è il verde.

#### **CHAKRA DELLA GOLA**

Quando questo centro è sviluppato, viene usato per la chiarudienza, per sentire gli spiriti. Si può realmente sentire la voce fisica dello spirito, o i suoi pensieri come se lo si stesse ascoltando. Lavora anche con il centro del cuore per funzioni in stato di trance. Nel medianismo il chakra della gola, insieme al chakra splenico e a quello del plesso solare, assiste con voce diretta il medianismo o il channeling (canalizzazione dei messaggi). Questo centro è la fonte di ogni espressione creativa.

Nel corpo fisico influisce direttamente sulla tiroide, sull'ipotalamo, la gola e la bocca. Quando aprite questo centro concentratevi sul colore blu.

#### **CHAKRA DEL TERZO OCCHIO**

162

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Con ogni probabilità è il chakra più conosciuto. Questo importantissimo centro è localizzato nel centro della fronte.

Sviluppato a livello paranormale, viene usato per la chiaroveggenza. Quando è aperto possiamo vedere le aure, immagini di ogni forma e colore e spiriti. Nel corpo fisico è collegato alle orecchie, all'ipofisi, all'epifisi e al naso. A questo centro della visione corrisponde il color indaco.

#### **CHAKRA DELLA SOMMITÀ DEL CAPO**

Il settimo centro è situato in cima alla testa. Esso è la porta che si apre a forze superiori o cosmiche. Quando è sviluppato può essere usato per influire su tutti gli altri centri e per portare la più elevata delle verità spirituali in ogni lavoro medianico. E' il centro della preghiera e della protezione, del misticismo e dell'illuminazione. Meditate sul violetto, il colore che rappresenta questo chakra. Controlla la corteccia cerebrale e il sistema nervoso centrale del corpo fisico.

#### **Pazienza**

Per crescere sfruttando l'esperienza dobbiamo prenderci la giusta quantità di tempo per svilupparci, dato che ogni cosa ha un suo ritmo e una sua energia creativa. In molti casi, specialmente nel paranormale, non esiste un orologio per misurare il nostro progresso. Uno degli strumenti più importanti è la pazienza. Noi stiamo per dar vita a un nuovo aspetto di noi stessi, una parte che è rimasta addormentata per molti, molti anni. Vari sistemi di credenze, comportamenti ed esperienze emotivamente cariche hanno riempito gli anni passati, e ora dobbiamo scavare a fondo per riportarci alla verità e alla nostra fonte infinita. Sto parlando di quella parte infantile che abbiamo chiuso a sei o sette anni quando l'innocenza è stata rimpiazzata dal pensiero razionale. In questo lavoro, più usiamo la mente razionale e minori progressi faremo. Quando spendiamo troppa energia per analizzare un pensiero o un messaggio, ci rimane poca di quella preziosa energia utile per il lavoro spirituale e medianico. Il progresso richiede tempo.

**163**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

Con pazienza e disciplina noterete i cambiamenti. Siate gentili con voi stessi e apprezzate ogni briciola di sensitività che vi accorgete di avere acquisito. Traete piacere dall'eccitazione. Non scoraggiatevi se i risultati non avvengono di colpo. I vostri spiriti guida e i vostri amici spiriti sanno che vi state sforzando e faranno del loro meglio per funzionare con ciò che viene loro dato. Ricordate: voi affrontate questo lavoro con una vecchia

disposizione mentale, mentre lo spirito ha bisogno di tempo per rimodellarvi la mente e svegliarvi la sensibilità. Siate pazienti!

### **Una mente aperta**

Quando entrate nel mondo degli spiriti, entrate in un mondo la cui esistenza è messa in dubbio dalla maggior parte della gente. La maggioranza delle persone ha chiuso i propri sentimenti anni fa nella speranza che un tale intontimento l'aiuterà a sopravvivere allo sconvolgimento emotivo del mondo fisico.

Ogni giorno sperimentiamo cose che non sappiamo spiegare. Alcuni alludono a queste esperienze come a coincidenze, incidenti o pura fortuna. Una cosa simile non esiste? Quando siamo sinceri con noi e inviamo pensieri concernenti i nostri bisogni e i nostri desideri, spesso ciò che continuiamo a pensare entra nella nostra vita. Noi causiamo quelle esperienze che ci aiutano a imparare e a crescere. Durante le sedute di contatto con gli spiriti dico ai miei clienti di abbandonare idee e aspettative preconcepite su ciò che accadrà. In questo modo saranno pronti a ogni possibilità. Con la mente aperta possiamo capire intuitivamente concetti e manifestazioni che avremmo trascurato o non notato affatto.

### **Cooperazione**

Voi non state facendo questo lavoro da soli. Siete in società con chi vive nel mondo dello spirito. Come ho già detto, voi fate la vostra parte e gli spiriti la loro. Quando volete contattare il mondo spirituale, dovete rendervi conto che gli spiriti godono del libero arbitrio. Se decidono di apparire, lavoreranno con le vibrazioni

164

### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

energetiche e si concentreranno per inviarvi un messaggio. Potrebbero però anche non volerlo fare. Se decidono di lavorare con voi, devono comprendere ciò che state cercando di comunicare. Anche se sono morti, ciò non significa che conoscano immediatamente i meccanismi della comunicazione spiritica. Dovete fare loro sapere come volete comunicare. Dite loro di inculcarvi i loro pensieri in un dato modo. Per esempio, se desiderate sapere se sta arrivando un'energia maschile o femminile, chiedete di farvi capire il loro sesso. In secondo luogo, se volete sapere se state parlando con una madre o un padre, dovrete fissare un sistema di comunicazione e spiegare come funziona affinché gli spiriti possano conformarsi a voi. Ecco un esempio del mio modo di lavorare. Se sto comunicando

con un padre o con qualcuno della famiglia paterna, invito lo spirito a stare alla sinistra del cliente. Se lo spirito fa parte della famiglia materna, gli dico di mettersi alla destra. Se lo spirito è un figlio, gli chiedo di mettersi davanti e se è un nonno di porsi alle spalle. In questo modo lo spirito può seguire un chiaro sistema di comunicazione.

Inoltre, se non li sentite, avete bisogno di inviare loro mentalmente un pensiero per renderlo più sonoro. Lo spirito non conosce sempre le varie frequenze a cui deve sintonizzarsi per potere essere sentito. Dovete dirglielo voi. Spesso la gente mi vede girare la testa e parlare all'aria: «Sì, ho sentito», oppure «No, parla più forte». E' questo il mio modo di informare lo spirito su come va la comunicazione. Quindi dovete fissare le vostre regole sulla base della cooperazione e della fiducia.

Quanto spesso posso contattare gli spiriti? Li disturberò? Molti mi hanno posto queste domande e io posso soltanto ripetere ciò che ho già detto precedentemente. I vostri parenti e amici che sono passati nell'altra dimensione di consapevolezza non vi dimenticano. Sono a voi più accessibili in questo stato di quanto non lo fossero da vivi sulla terra. Ne sanno molto di più sul cammino della vostra anima e sulle vostre motivazioni di quando erano vivi. Entrano nella vostra vibrazione e vi controllano spesso. Nello stesso tempo, anche se uno spirito viene chiamato, ciò non significa che abbandonerà ciò che sta facendo per entrare in contatto con voi. Gli spiriti hanno una loro volontà e la useranno di conseguenza,

165

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

proprio come facciamo noi sulla terra.

Proprio come voi andate in ufficio ogni giorno ed eseguite un lavoro per mantenervi qui su questo pianeta, quando i vostri familiari o amici passano nel mondo dello spirito riempiono la loro esistenza con cosiddetti impieghi e lavorano per progredire spiritualmente. Quando li chiamate con i vostri pensieri, vi sentono **forte e chiaro**. E così, se continuate a chiamarli, si troveranno nella vostra stessa situazione come quando, seduti alla vostra scrivania, il telefono continua a squillare. Vi sarà difficile completare il lavoro.

Certo, li potete chiamare di tanto in tanto, e questo se lo aspettano, ma non lasciatevi ossessionare dall'idea, perché così facendo non solo impedito loro di migliorare ma anche a voi stessi



di portare a termine il lavoro che dovete realizzare qui.

## **Amore**

Voi siete su questa terra per apprendere lezioni fondamentali d'amore e senso di responsabilità verso voi stessi e il prossimo. Queste lezioni si manifestano nelle nostre esperienze quotidiane. Ogni volta che iniziate a lavorare con lo spirito, dovete partire da un centro d'amore, privo di avidità o presunzione. Il lavoro spirituale non dà spazio all'io.

Non sto dicendo che per essere una persona spirituale dobbiate essere privi di ego. L'ego è essenziale per effettuare il lavoro, ma comunque non deve mai venire prima dell'amore. Mentre vi evolvete, comincerete a vedere i molti e sempre diversi aspetti dell'amore. Ci sono infatti molte forme d'amore. Più vi lasciate coinvolgere da questo lavoro e più considererete significativo anche il più piccolo atto d'amore.

## **Esercizi di sviluppo**

### **MEDITAZIONE**

Per accrescere la sensibilità e la consapevolezza interiore dei

**166**

### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

regni spirituali, dovete iniziare a praticare regolarmente la meditazione. Il desiderio di evolvervi determinerà la durata della meditazione. Se siete agli inizi, vi consiglio di meditare almeno due volte alla settimana. Abituatevi a meditare nello stesso momento il giorno stabilito. In questo modo comincerete non solo a stabilire un senso di disciplina, ma farete anche conoscere al mondo dello spirito che quello è il vostro momento della pratica e dello sviluppo spirituale. La durata della meditazione varia. Se vi è possibile, cercate di stare seduti almeno quindici minuti la prima volta, arrivando lentamente a trenta minuti e pian piano a quarantacinque. In ogni caso, non lasciate che la quantità di tempo spesa vi metta sotto pressione: alla fine sarà lo spirito a deciderla, non voi.

Nel prossimo capitolo ho incluso una dettagliata descrizione delle svariate meditazioni che potete usare. Non esiste un modo giusto o sbagliato di meditare. Il concetto alla base di questo esercizio è quello di far sì che siate rilassati. Vi state sforzando di entrare in contatto con i mondi interiori e di rendervi più sensibili a loro.

### **CERCHIO**

La maggior parte delle persone che sono interessate a perseguire

le loro doti medianiche trova di solito molto più vantaggioso e veloce, oltre alla meditazione solitaria, partecipare a quello che viene chiamato un cerchio di evoluzione. Il cerchio di evoluzione è formato da due o più persone che si riuniscono ogni settimana, sempre alla stessa ora, per sviluppare le energie medianiche dei partecipanti.

Di solito un cerchio è composto dagli stessi partecipanti che si ritrovano ogni settimana alla stessa ora. È importante che i membri del gruppo siano in armonia con le reciproche energie. Non dovrebbero esserci problemi di ego né conflitti. Simili conflitti avranno altrimenti una conseguenza negativa sullo sviluppo generale e impediranno di raggiungere il più elevato degli insegnamenti spirituali disponibili. Attirerete sempre nel vostro gruppo quegli spiriti che lavorano bene con la vibrazione creata. Far parte di un gruppo è un impegno che non ci si deve assumere se non si è disposti a sacrificare almeno una o due ore alla

167

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

settimana a una data stabilita.

Il motivo è molto semplice: per perfezionare e sensibilizzare uno o parecchi partecipanti, gli spiriti mettono da parte del tempo per entrare in sintonia con le energie del gruppo e dare una mano a creare queste energie. L'idea è di costruire sulla base del precedente lavoro ogni settimana, non quella di rifare di continuo ciò che è già stato fatto.

Quando viene creato un cerchio, bisognerebbe scegliere una persona che sarà il capo, di norma chi ha già una certa esperienza di sviluppo sensitivo. All'apertura del cerchio bisognerebbe recitare una preghiera per salutare gli amici e gli spiriti guida che sono venuti a lavorare con voi e chiedere loro protezione. Alla fine della preghiera io chiedo a tutti i partecipanti di immaginare una luce bianca d'amore che ci circonda e si diffonde in tutta la stanza come ulteriore dose di protezione.

Dopo la preghiera il gruppo vorrà forse ascoltare della musica spirituale o incoraggiante come ulteriore fonte di energia. Anche lo spirito usa questo genere di musica. A questo punto alcuni gruppi aprono la discussione. Io vi consiglio di ridurre al minimo la discussione, dato che limita il tempo che gli spiriti possono dedicare al lavoro di sviluppo.

Prima di iniziare il cerchio di sviluppo, tutti i partecipanti

dovrebbero stabilire su chi far convergere l'energia. Uno solo forse ha doti medianiche, e il gruppo potrebbe decidere di impegnarsi per sviluppare ulteriormente la medianità di quella persona. Quando molti membri sono medianici, è essenziale diffondere le energie equamente. E' qui che entra in ballo il leader. Lui o lei dovrebbe controllare il tempo e fare sapere agli altri quando è ora di passare a un altro partecipante. Lo scopo è quello di concentrare tutta l'energia mentale su quella persona nel colore bianco, il colore che rappresenta la luce d'amore di Cristo.

Mentre sedete in cerchio inizierete forse a provare un senso di freddo nelle parti inferiori del corpo: sono gli spiriti che entrano in sintonia con le energie nella stanza. Potreste anche vedere segni e simboli banali nel vostro terzo occhio. Queste immagini vi sfrecceranno nella coscienza sotto svariate forme, come cerchi o quadrati, luci colorate, scene, oggetti, volti e forme casuali nello

168

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

spazio. Molte volte queste immagini equivalgono a scene o a oggetti visti in sogno. Non consideratele mere assurdità, perché potrebbero significare qualcosa per un altro membro del gruppo. Cercate il più possibile di ricordare tutto ciò che vedete, provate e sentite. Anche se non riuscite a interpretare l'informazione, vi potrebbe stupire vedere quanto sia significativa per un vostro compagno. Alla fine qualcuno proverà forse una strana sensazione attorno alla testa o al petto (io ho come l'impressione di essere circondato da ragnatele). Ancora una volta ciò significa che spiriti direttori stanno lavorando con le vostre energie. Per lo più siete avvolti da un'aura ectoplasmatica. Questo ectoplasma si sviluppa sempre più ogni volta che il gruppo si riunisce ed è predominante soprattutto quando c'è una persona con doti medianiche fisiche. Gli spiriti fanno convergere l'energia attorno a quella persona e spesso gli altri sentono colpetti e tocchi mentre gli spiriti verificano la sua energia.

Giunto il momento di concludere il cerchio, il capo dice a tutti gli altri di riprendere lentamente coscienza dei loro corpi fisici. Quando tutti sono tornati sani e salvi, reciterà una preghiera di chiusura, ringraziando gli aiutanti spiriti. Di solito io invio amore e luce ai meno fortunati del mondo. Terminata la preghiera, ognuno condividerà con gli altri le proprie impressioni. Dovrete analizzare ogni sensazione, messaggio o segnale ricevuto durante il cerchio.

## **Esercizi medianici basilari**

Nel mondo dello spirito il successo viene valutato sulla base della sensitività di una persona. Lavorate sia meditando sia riunendovi in cerchio. Entrambe queste attività vi prepareranno a percepire e forse anche a vedere e a sentire lo spirito.

Arriva poi il momento in cui siete pronti a mettere in pratica le vostre capacità sensitive e spirituali. Come ho detto dall'inizio alla fine del libro, ogni cosa è energia. Dopo la fase preparatoria potete iniziare a utilizzare questa energia e a capire cosa riuscite a percepire attraverso essa. I seguenti paragrafi descrivono metodi per verificare il vostro talento.

**169**

### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

#### **PSICOMETRIA**

La psicomatria è la capacità di sentire o percepire la storia di un oggetto o della persona cui appartiene attraverso l'energia che emana. Si può usare la psicomatria con una persona trapassata o con chiunque sia ancora vivo nella dimensione fisica. In primo luogo entrate in un leggero stato di trance o meditativo in cui siete completamente rilassati. Tenete poi un oggetto con la mano sinistra e percepitene immediatamente l'energia. Potreste ricevere impressioni dell'aspetto o delle caratteristiche fisiche della persona cui appartiene l'oggetto, oppure impressioni su base emotiva. Ricordate: la psicomatria può essere fatta con qualsiasi oggetto, anche con una fotografia. Durante l'esercizio potrete ricevere non solo impressioni dai vivi ma anche messaggi dagli spiriti. Non riflettete su ciò che state ricevendo e non soffermatevi su quel pensiero. Esprimete esattamente ciò che state ricevendo.

#### **SCRITTURA AUTOMATICA**

La scrittura automatica è un esercizio utilizzato soprattutto da coloro che desiderano contattare spiriti guida e persone care. Si deve partire da uno stato meditativo profondo. E' anche necessario inviare un pensiero allo spirito che volete contattare con l'esatto luogo e momento in cui farete questo esercizio. In sostanza, fissate un appuntamento per parlare con il mondo dello spirito. Al momento stabilito, calatevi in uno stato meditativo. Ricordate: dovrete trovarvi in una stanza con pochissime distrazioni o che ne sia completamente priva. Ponetevi quindi in posizione eretta davanti a un tavolo con un blocco e una matita davanti a voi. Appoggiate appena appena la matita sul foglio. Non pensate a cosa

scrivere. Quando sentite un cambiamento d'energia nella vostra mano o attorno al vostro corpo, iniziate a porre domande allo spirito. Con ogni probabilità vi sentirete spronati a scrivere, per cui cominciate. Ancora una volta, non pensate a ciò che state scrivendo. Una buona idea è non guardare il foglio finché non avete finito. Quando sentite che l'energia se ne è andata, deponete la matita e leggete ciò che l'amico spirito ha detto. Vi stupirà ciò che avete ricevuto.

**170**

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

### **SOGNI**

Molte persone hanno chiesto se è possibile raggiungere i cari defunti in sogno. La risposta è un chiaro sì? Il corpo spirituale abbandona il corpo fisico ogni notte mentre dormite. Il corpo fisico è pieno di energie cosmiche come lo è il corpo spirituale ma a un livello superiore. Nello stato onirico noi siamo molto sensibili alle impressioni degli spiriti perché non siamo coinvolti a un livello conscio o mentale. In altre parole, buona parte del nostro controllo sta riposando, come pure il nostro pensiero razionale. Per questo motivo rimaniamo facilmente impressionati. Nel corpo spirituale riusciremo a vedere i nostri cari e le guide e a prevedere eventi futuri e addirittura vite passate. Ed è anche il momento in cui la nostra famiglia di spirito comunica con noi. Dato che nello stato onirico siamo più vicini ai livelli degli spiriti, ci è più facile comunicare con i nostri cari defunti. Come già detto in un precedente capitolo, il modo più facile per raggiungere gli spiriti quando si dorme è pensare a loro prima di addormentarci. Molti miei clienti hanno usato con successo questo metodo e tuttavia non ricordano o potrebbero ricordare solo pezzetti o rapide visioni. Di solito i nostri sogni non sono affatto sensati. Rammentare i sogni richiede pratica e disciplina.

Vi sono molti sistemi per ricordare i sogni. Uno è quello di tenere accanto al letto un registratore e, appena svegli, incidere tutte le impressioni, le scene e le sensazioni. Potete anche annotarle ma la maggior parte della gente trova questo metodo più difficile da mantenere a lungo. Se prendete l'abitudine di registrare i sogni, rimarrete stupiti per quanto più riuscite a ricordarli.

### **VISIONI**

Molti hanno affermato di vedere i loro cari nella stanza in piedi accanto al letto o seduti su una sedia in salotto. Più ricettivi e meno

mentalmente bloccati diventate, più facilmente riuscirete a vederli.

#### **STRINGETE UN PATTO**

Un altro esercizio per contattare il mondo degli spiriti è quello di chiedere semplicemente a un amico spirito di essere presente in un  
171

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

dato momento della giornata. Spiegate che volete che dimostrino la loro esistenza eseguendo una particolare azione. Per esempio, una cliente che aveva perso il figlio gli chiedeva tutte le sere: «Voglio che tu stabilisca con me un segnale per farmi capire che sei qui. Fai lampeggiare l'abat-jour una volta se la risposta è sì, due volte se è no». Dopo avere fatto questa richiesta per due mesi, scoprì che lui le stava rispondendo proprio come aveva chiesto lei. Forse questo tentativo non riuscirà a tutti. Ovviamente questa madre e lo spirito di suo figlio erano molto determinati e i risultati furono buoni. E' più facile che riescano se chiedete agli spiriti di dimostrare la loro presenza eseguendo piccoli compiti. Non chiedete di muovere oggetti o di aprire porte o di cantare una canzone? FACILITATELI? A causa della struttura energetica degli spiriti, abbiamo scoperto che il metodo più semplice per far sì che si rivelino è quello di usare qualcosa di elettrico.

Gli spiriti possono influire sull'elettricità in molti modi. Alcuni sono capaci di influire sul campo di forza elettrico dei protoni e degli elettroni e di produrre cambiamenti nei vari oggetti elettrici in giro per la casa. Ciò vale soprattutto per il defunto che da vivo era altamente emotivo. L'energia emotiva può essere impiegata come conduttore.

#### **Risultati**

Ecco come gli spiriti fanno sapere ai loro cari che sono presenti senza servirsi di un medium:

\_ **Luci.** Molte volte vedrete delle luci nella stanza tremolare o lampadine nuove spegnersi di colpo. Più spesso le luci vengono colpite quando lo spirito passa molto tempo attorno a voi o quando sa che quello è un metodo per attirare l'attenzione.

\_ **Televisione.** Si sa che gli spiriti rendono incomprensibili le immagini sul televisore. Ci sono stati casi in cui è apparso il volto di uno spirito sul monitor o in cui il televisore si è acceso e spento da solo.

\_ **Radio.** Molte radiosveglie accanto ai letti di persone care si

172

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

accendono a ore diverse. A volte a un'ora che ha un qualche significato per il caro defunto. Spesso la radio si accende quando trasmette una canzone particolarmente significativa.

\_ **Musica.** Molte volte, a modo loro, gli spiriti riescono a inculcarvi una canzone oppure voi pensate a loro quando sentite alla radio una data canzone.

\_ **Orologi.** Sono stati riferiti casi di orologi che si fermano nell'esatto istante della morte di una persona cara o che smettono di funzionare senza alcun motivo.

\_ **Telefoni e segreterie telefoniche.** Dopo la morte di qualcuno capita di ricevere una telefonata senza che vi sia nessuno all'altra estremità della linea. Oppure sentite realmente la voce dello spirito. In alcuni casi la voce è stata registrata su una segreteria telefonica.

\_ **Elettrodomestici.** Si sa di elettrodomestici che si fermano o partono in momenti differenti quando nessuno è nei paraggi. E' questo un altro sistema degli spiriti per ottenere la vostra attenzione. Ho scoperto che è piuttosto comune, specialmente se uno spirito era dedito alla cucina o passava molto tempo in quel locale da vivo.

\_ **Computer.** L'EVP, o Electronic Voice Phenomenon (fenomeno di voce elettronica), è diventato assai diffuso. Non solo gli spiriti fanno usare i telefoni e le segreterie telefoniche, ma sono anche apparsi sugli schermi dei computer. Questa attività pare assurda, a meno che non manifesti il desiderio di uno spirito di assicurare una persona cara che lui è veramente vivo. Uno spirito potrebbe anche essersi interessato ai computer da vivo.

### **Altri segni**

\_ **Odori.** Un segnale molto comune subito dopo o molti mesi dopo un trapasso è il profumo. All'improvviso uno sente il debole aroma di un sigaro o di rose o di un aroma familiare. Questi profumi sono collegati alle persone defunte. Per esempio, la madre di una persona potrebbe avere utilizzato un certo profumo e inaspettatamente esso pervade la stanza. Lo stesso vale per

**173**

### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

l'odore delle sigarette se il caro defunto era un fumatore. I nostri cari che vogliono farci sapere che sono vicini a noi usano questi profumi e odori.

\_ **Doni.** Gli spiriti inviano molti doni e altri materiali ma noi non



comprendiamo che vengono dai nostri cari. Molte volte durante un contatto è comparso un defunto che ha detto: «Spero ti piaccia la collana d'oro che ti ho dato la settimana scorsa». Il cliente mi fissa allora stupito e chiede: «Di che sta parlando?». Spiego che lo spirito può indurci a comperare certe cose. Gli spiriti intervengono a nostro favore in molti modi; per esempio, quando riceviamo inaspettatamente una dozzina di rose o acquistiamo una casa senza grossi problemi o se troviamo il lavoro che volevamo. Sono questi segni che indicano che i nostri cari sono con noi e desiderano aiutarci.

**\_ Animali.** Gli spiriti usano spesso gli animali. Molte volte gli esseri di spirito inducono un uccello o un animaletto ad avvicinarsi a noi per attrarre in qualche modo la nostra attenzione. Un altro segno della loro vicinanza: una mia cara amica morì in febbraio. Io mi recai in una New York sepolta sotto sessanta centimetri di neve per visitare la sua tomba. Non riuscivo a trovarla quando, all'improvviso, si fermò accanto a me un furgone; il guardiano si sporse dal finestrino e mi disse: «E' proprio lì sotto i suoi occhi». Lo ringraziai, lui si allontanò. Pensai fosse strano che fosse capitato lì proprio in quel momento. Dopo un po' guardai nel punto che mi aveva indicato e, lì accanto, vidi una ghiandaia di un blu brillante appollaiata sul ramo di un albero. Attenzione, faceva molto freddo e c'era neve dappertutto. Non la considerai una cosa tanto insolita finché nel pomeriggio non andai a trovare il marito della mia amica, Jack. Appena entrato le prime parole di Jack furono: «Se vuoi qualcosa di Connie, ti prego, prendila». Io girai la testa a destra e lì, su uno scaffale, vidi un uccello azzurro di vetro che mi fissava.

174

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

## **11 - MEDITAZIONI**

E' di conforto sapere che in un mondo freddo e scoraggiante - dove paiono dominare la tragedia e l'intolleranza e l'io ragionevole e razionale non è altro che un sogno - esiste un rifugio dove l'amore è supremo. Un mondo dal potenziale illimitato mescolato alla divina felicità. Questo mondo di gioia è a disposizione di chiunque decida di aprire quella porta.

Dove si trova questo luogo di appagamento e amore? Questo regno di pace lo si trova nel SILENZIO. E' il silenzio di esistere... semplicemente di esistere.

Il divino lo si trova infatti nel silenzio dorato delle nostre identità. Quando ci concentriamo e ascoltiamo quella piccola voce interiore, ci connettiamo al silenzio dell'essere.

Quest'autoconoscenza può essere usata in ogni aspetto della vita per maturare e arricchire ogni esperienza.

Molte persone vivono ogni giornata alla ricerca di uno scopo. Si lamentano del loro destino e soffrono tanto. Se si prendessero un solo istante per fermarsi e ascoltare la loro voce interiore, comincerebbero ad aprirsi a un livello instancabile di comprensione. Ma come possiamo raggiungere questo SILENZIO? Come ci connettiamo alla nostra conoscenza interiore? Come riconosciamo la nostra voce interiore? La risposta a queste domande, e il modo migliore che io conosco, la si ottiene con la meditazione.

Che cos'è la meditazione? E' semplicemente un concentrato di consapevolezza da uno stato d'essere a un altro. In sostanza, noi spegniamo il mondo esterno quotidiano e ci sintonizziamo con il nostro mondo interiore o ne diventiamo consapevoli.

Quando ce ne stiamo in silenzio e iniziamo a focalizzare la nostra attenzione all'interno, la consapevolezza dell'io viene rafforzata e ci vengono rivelate le dimensioni spirituali dell'anima. Quando meditiamo o concentriamo le nostre energie sul nostro esistere, riprendiamo interezza, diventiamo consapevoli della nostra unicità, del nostro io infinito. In quella unicità iniziamo a scartare l'idea

**175**

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

della dualità che ci separa dal nostro io divino. Questa dualità si basa sulla falsità della negatività, sulla paura, sull'ansietà, sulla malattia, sul dolore e sulla delusione, tutte cose che diventano la nostra realtà quando non siamo in armonia con il nostro io divino. Mentre meditiamo, utilizziamo energie cosmiche e quelle, a loro volta, illuminano e danno energia ai vari centri spirituali del corpo. Questa energia è concentrata principalmente nel chakra cardiaco o centro del cuore. Quando meditiamo, in noi si accende la luce dell'amore incondizionato che continua a crescere a ogni meditazione. Dobbiamo ricordare che il centro del cuore è l'incarnazione della Coscienza di Cristo, o centro dell'anima. Più ci concentriamo su questo chakra, più si evolvono i nostri sentimenti d'amore incondizionato tanto da trasformare ogni aspetto della nostra vita e da influenzare ogni persona con cui entriamo in contatto. Tutto inizia nel centro del cuore.

Mentre meditiamo, i nostri centri sensibili vengono intensificati perché il flusso della Coscienza di Cristo che ha origine nel centro del cuore scorre attraverso tutti i chakra del corpo. Alla fine entriamo in sintonia con questa energia o flusso di luce mentre scorre attraverso tutto il corpo.

### **Come meditare**

Quando le persone sentono il termine meditazione, la prima cosa che viene loro in mente è uno yogi in posizione del loto che salmodia «OM» in una stanza piena d'incenso. In parte è vero. Possiamo sederci nella posizione del loto e intonare «OM», ma non è necessario.

La meditazione non è altro che massima concentrazione di un punto focale. Più la pratichiamo e più riusciremo a entrare nel flusso di un'infinita forza vitale. Nello stesso tempo molte altre forme di meditazione non richiedono l'assoluta immobilità del corpo.

Quella che descriverò più avanti in questo capitolo è un metodo formale di meditazione. Si può comunque meditare in molti modi. Per esempio, è possibile raggiungere questo stesso tipo di

176

### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

concentrazione d'energia mentre si dipinge, si lavora in giardino, si scrive, si canta, si recita, si balla, si fa ginnastica, si guida e così via. Ogni qualvolta ci sintonizziamo con la forza creativa che è dentro di noi, noi, in sostanza, meditiamo.

### **Preliminari**

I seguenti suggerimenti possono essere utilizzati all'inizio di ogni seduta di meditazione o di rilassamento. Io li chiamo preliminari.

#### **1 - DESTINATE UN LUOGO ALLA MEDITAZIONE**

La prima cosa da fare è scegliere una stanza in casa vostra dove praticare la meditazione. Potrà essere la camera da letto, il salotto o la camera degli ospiti. Ricordate: questa stanza verrà usata per i vostri esercizi spirituali, per cui consideratela come un laboratorio spirituale. Essenziale è tener presente che questo posto è riservato al rilassamento e al lavoro interiore. Potreste riservare una zona della camera dove potete meditare senza interruzioni, dove le interferenze del mondo esterno siano minime o assenti del tutto. Prima di iniziare, staccate telefoni, segreterie telefoniche e cicalini. Spegnete tutto ciò che potrebbe distrarvi o disturbarvi. Se vi aggrada, nella stanza accendete dell'incenso o sistemate un vaso

con fiori freschi. Mettete pure su un nastro di musica dolce e rilassante, ma nulla di forte o stridente. Questi sono degli strumenti che vi aiuteranno a concentrarvi interiormente.

## **2 - SCEGLIETE UNA POSIZIONE PER MEDITARE**

Potreste decidere di sedervi sul pavimento, se siete comodi, o su una sedia dallo schienale basso, che io trovo più confortevole. Quale che sia la vostra scelta, l'importante è che la spina dorsale sia eretta come se una corda vi stesse tirando dalla cima della testa. In questo modo le energie possono scorrere più facilmente su e giù per la spina dorsale.

Se siete seduti su una sedia, non incrociate le gambe, tenete i piedi piatti sul pavimento e i palmi delle mani rivolti all'insù e

177

### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

appoggiati alle cosce. Se sedete per terra, piegate le gambe in posizione yoga con i piedi uno di fronte all'altro, le ginocchia sul pavimento e i palmi rivolti all'insù poggiati sulle cosce.

## **3 - ESERCIZIO DI RILASSAMENTO**

Una volta in posizione, concentratevi sulla respirazione, elemento essenziale della meditazione. All'inizio troverete che l'entrare nel ritmo della respirazione richiede sforzo e sincronizzazione. Ciò vale per ogni cosa, ma ancora di più per la meditazione. Dopo un po' di pratica, neppure vi accorgete del respiro: s'innalzerà e ricadrà automaticamente in modo appropriato. La chiave è una respirazione lenta, rilassata e profonda dal diaframma, non rapida e superficiale. Quando iniziate a respirare chiudete gli occhi. Pensate al vostro respiro come se fosse tutto, perché, senza di esso, non potete vivere.

Iniziate l'inspirazione lentamente attraverso il naso. Mentre ispirate, immaginate una bianca luce dorata, che rappresenta la luce di Cristo, a circa cinque centimetri sopra la vostra testa. Inalate questa luce attraverso tutto il vostro essere: vedetela entrare nella zona della testa, attraversare la gola e il petto e passare nelle braccia e nelle mani, quindi scendere lungo il resto del torso, fin nelle gambe e nei piedi. Trattenete il respiro contando fino a quattro e vedete il suo colore dorato riempire ogni cellula del corpo di un senso di amore incondizionato, di purezza e interezza. Alla fine espirate dalla bocca. Mentre espirate immaginate che ogni negatività, tensione o ansia racchiuse nel corpo fuoriescano

lentamente dalla bocca come una grigia foschia. A ogni espirazione che elimina energie pesanti e dense vi sentirete più leggeri. Queste energie più pesanti verranno rimpiazzate dalle più leggere e più elevate vibrazioni della luce dorata di Cristo.

Mentre vi sentite sempre più rilassati, immaginate ogni parte del vostro corpo e liberate le tensioni trattenute nelle singole parti; lo potete fare tendendo quella zona e poi rilassandola, allentando in questo modo lo stress. Con gli occhi della mente, immaginate le dita dei piedi, tendetele, quindi rilasciatele. Fate la stessa cosa con le caviglie, i polpacci e le cosce. Spostatevi sulle natiche, la zona

178

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

pelvica, quindi il ventre, il plesso solare e l'area del petto. Rilassate poi completamente la schiena, il collo, le spalle e tutta la zona della testa. Tendete infine, e poi rilassate, le braccia, compresi i bicipiti e i tricipiti, e le mani. Stringete le mani a pugno, quindi rilasciatele. Ricordatevi di portare la luce dorata in ogni zona del vostro corpo mentre lo tendete e lo rilassate.

Alla fine di questo esercizio dovrete sentirvi del tutto rilassati e pronti per la meditazione. In tale stato di rilassamento è più facile concentrare le vostre energie sull'esercizio della meditazione. Se invece volete soltanto un sistema veloce per rilassarvi dopo una giornata stressante, eseguite soltanto gli esercizi di rilassamento.

#### **Salutare i propri cari e lasciarli andare per la loro strada**

Dopo avere completato i preliminari, potete usare questo esercizio per lasciare andare un vostro caro nel mondo dello spirito. Iniziate immaginando il vostro caro nell'occhio della mente.

Vedetelo come il ritratto della salute, lì in piedi di fronte a voi.

Nessuna malattia, cancro, morbo di Alzheimer, AIDS o altro, ha più alcun rapporto con il suo nuovo corpo. Anche se il suo è stato un rapido trapasso, o addirittura traumatico, immaginate questa persona in piedi davanti a voi, integra, felice e piena di vita.

Immaginate quanti più particolari possibili. Potete vederlo con indosso un abito o un completo familiare. Se ci riuscite, immaginate il suo profumo o aroma. Forse lei aveva una voglia o un atteggiamento del corpo o una pettinatura particolari. Più dettagliati siete nella vostra visualizzazione, meglio questo esercizio riuscirà.

Appena avete una dettagliata immagine del vostro caro in mente, avviate un colloquio. Chiedetegli di parlarvi del suo

passaggio nel regno dello spirito. Come ti senti ora? Parlategli di come vi siete sentiti dopo la sua morte. Parlategli del dolore che ancora provate. Parlategli e poi ascoltate le sue risposte. Non interrompete l'esercizio anche se pensate che non state facendo altro che parlare a voi stessi. E' importante portarlo a termine senza razionalizzarne alcuna parte. Godete del fatto di essere assieme a lui ancora una volta. Forse vi riporterà un ricordo di un

179

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

momento in cui eravate insieme sulla terra e del piacere condiviso in compagnia l'uno dell'altro.

Il passo successivo nel viaggio sarà prendere per mano il vostro caro e andare assieme in uno splendido giardino pieno di bei fiori colorati e brillanti di ogni forma e dimensione. Odorate la fragranza di questo incredibile giardino. All'interno di questo giardino all'inglese vi sono splendide statue e magnifiche fontane dove gli uccelli saltellano e cantano le loro canzoni. Ascoltate il suono di bambini che giocano e ridono in lontananza. Ogni elemento attorno a voi è perfetto. Godete dello splendore, della pace e della quiete di questo luogo speciale.

Guardando in lontananza vedete degli imponenti edifici verso cui vi dirigete. Nell'avvicinarvi notate le luccicanti colonne adorne di perle di un incredibile e splendente edificio color rosa pallido. Tutt'attorno a questo altri edifici a identica distanza uno dall'altro, leggermente differenti per forma e dimensioni, ma l'insieme dà un senso di mondo divino. Entrate nell'edificio imponente e vi ritrovate in una vastissima sala, al centro un enorme schermo cinematografico. Mentre fissate lo schermo, le luci si affievoliscono e inizia un film. E' il film degli eventi e delle esperienze che avete condiviso con il vostro amato. Il film inizia con il primo incontro. Mentre guardate tutte quelle vivaci esperienze insieme, provate le emozioni che corrispondono al momento. Fatelo per tutto il tempo richiesto. Godete i momenti vissuti insieme.

Alla fine del film provate un senso di sollievo e di compimento. Avete vissuto una parte del vostro tempo passato insieme, ma non è ancora finita, perché vi sono altre esperienze da condividere in un altro momento. Iniziate a comprendere che voi e il vostro caro avete trascorso una vita nel passato e che ne passerete altre nel futuro. La vita continua, sia qui sulla terra sia in cielo. Abbandonate poi l'edificio e tornate nel giardino. Tra gli

incredibili e magnifici scorci di fiori e verde vi sono numerosi esseri vestiti di bianco. «Chi sono?» chiedete. E il vostro amato risponde: «Sono i miei maestri. Mi stanno aiutando ad approfondire la mia conoscenza in questa dimensione». Voi guardate in quegli occhi colmi di conoscenza e vedete la loro compassione. Essi vi sorridono incoraggianti e voi capite che il vostro caro è dove deve essere. E' a casa, in un luogo d'incredibile vita e crescita. Uno dei maestri vi

180

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

si avvicina e vi porge un cuore d'argento appeso a una catena d'argento. Vi chiede di aprire il cuore e voi lo fate. Dice: «Riempi il cuore con tutte le meravigliose cose che vuoi che il tuo amato abbia con sé nel suo nuovo mondo». La vostra mente è improvvisamente colma, e tutti i vostri pensieri si rovesciano nel cuore d'argento, tutto ciò che volete lui ricordi. Osservate questi pensieri, sentimenti e parole colmare l'interno del cuore d'argento che inizia a risplendere. Brilla così tanto del vostro amore che riuscite a stento a guardarlo. Ponete il cuore attorno al collo del vostro amato affinché sia sempre con lui. E' una parte del vostro amore che non morirà mai. Lo abbracciate e lui dice: «Sarò sempre con te».

E' giunto il momento per voi di tornare sulla terra, perché proprio come il vostro caro deve continuare a imparare e a lavorare dove si trova, voi dovete continuare il vostro lavoro dove vi trovate. E così accade. Lasciate questo paese di splendore con un senso di vita reale, sapendo che vi incontrerete di nuovo nel giardino dei piaceri celesti quando avrete portato a termine le vostre lezioni terrene. In quel momento il vostro amore vi darà il benvenuto e vi scorterà a casa.

#### **Perdono e rimpianti**

Ogni qualvolta qualcuno muore, i parenti e gli amici si ritrovano con un sacco di sensazioni e rimpianti non espressi. **E se..., se potessi..., e se solo...** sembrano essere le parole che sento più di frequente. I vivi si sentono abbandonati e incompleti, come se i loro cuori fossero spezzati.

Si sentirebbero molto meglio se potessero condividere i loro sentimenti un'ultima volta con i propri cari. Non sanno come andare avanti con i loro pesi e il loro senso di colpa. La seguente meditazione è stata ideata per aiutarvi a lasciar perdere simili rimpianti.



Dopo i preliminari immaginate di trovarvi di fronte a una casetta nel bel mezzo di un bellissimo campo. La casetta è stata progettata proprio secondo il vostro gusto, compresi tinta, legno e così via. Vi è forse una veranda con una sedia a dondolo, e una siepe di rose

181

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

costeggia il vialetto. Considerate il cottage come vostro, perché non appartiene ad altri se non a voi.

Entrando in questa casa notate immediatamente una zona giorno molto gradevole con un divano imbottito e morbido ricoperto di cuscini. Da un lato si apre una finestra panoramica da cui filtra una radiosa luce solare. La carta da parati è della migliore qualità. Tutti gli accessori che avete sempre desiderato riempiono la stanza. Assicuratevi che tutti gli oggetti siano intrisi del vostro sentimento. Sulla parete a sinistra vi sono numerose fotografie in varie forme e dimensioni, ritratti di tutti i vostri parenti. Voi vedete i volti di quelli che sono passati nel mondo dello spirito e quelli che sono attualmente vivi. Prendete la fotografia della persona per la quale siete afflitti. Portate questa fotografia incorniciata sulla scrivania nell'angolo della stanza. Immaginate questa scrivania esattamente come la vorreste. E' qui che fate il vostro lavoro speciale, il lavoro del cuore. Tirate fuori dal cassetto un foglio di carta pergamena. Prendete una penna stilografica e poggiatela accanto al foglio. Mentre studiate la fotografia, chiedetevi: «Di quali cose voglio essere perdonato?». Prendete la penna e iniziate a scrivere sul foglio la vostra lista. Forse criticavate troppo la persona amata, o non le avete mostrato sufficiente amore. Forse avete l'impressione di non esserle stati vicini quando aveva bisogno di voi. Annotate ogni sentimento che desiderate venga perdonato. Prendete poi un altro foglio di carta e annotate tutti i rimpianti che avete da quando il vostro caro è passato nel mondo dello spirito. Scrivete le parole che non avete detto quando era ancora in vita. Forse non andavate d'accordo su qualche cosa, e questa faccenda è rimasta irrisolta. Oppure sentite che avreste potuto amarlo di più. Annotate ogni sentimento che ancora provate e che non siete capaci, o non potete, di abbandonare.

Quando avete terminato le due liste, arrotolatele separatamente. Avvicinatevi quindi alla finestra e assaporate la brezza primaverile che soffia nella stanza. Accanto alla finestra vi sono due palloncini bianchi. Infilate ciascun elenco in un palloncino. Gonfiatevi, legateli

e liberateli fuori dalla finestra. Osservateli veleggiare lentamente verso il cielo. Essi si librano in alto, e voi provate un senso di leggerezza mentre tutti i rimpianti abbandonano il vostro essere. I due palloncini volano sempre più alti e voi sapete che sono

182

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

destinati allo spirito della persona amata. La vedete ricevere i due palloncini e leggere gli appunti. Concedetevi ancora alcuni minuti per guardare fuori dalla finestra e vedere in cielo un messaggio della persona amata. Il messaggio dice: «Qualunque cosa tu abbia fatto, ti amerò sempre!».

#### **Riscoprite il vostro potere**

Tanto spesso nella vita desideriamo essere amati e tendiamo a cadere vittime di ciò che facciamo. Ci sforziamo di essere la moglie, la madre, il padre, il figlio, il dipendente, l'amante o l'amico migliori. Dato che riteniamo che questo sia ciò che ci si aspetta da noi per poter ottenere l'amore di qualcun altro, scendiamo a compromessi con il nostro vero io. Per lo più, a livello inconscio neppure ci accorgiamo del nostro comportamento. Dopo un po', però, questo comportamento diventa una seconda natura e i giorni si trasformano in anni mentre noi continuiamo a cercare di essere all'altezza dell'idea che gli altri hanno di noi. Alla fine ci ritroviamo depressi e infelici, con i nostri sogni non realizzati. A questo punto è difficile risalire al perché e al come ci sentiamo così. Non solo abbiamo ceduto a queste persone il nostro potere e un pezzetto di noi stessi, ma, cosa ancora più importante, non siamo stati fedeli a chi siamo. Abbiamo abbandonato il nostro io essenziale e ceduto una parte della nostra splendida interezza. Sfortunatamente non possiamo mai essere veramente felici finché non viviamo la nostra vita.

Così tante persone sono infelici quando una persona cara muore, e gran parte di quel dolore è conseguenza del compromesso: troppo spesso hanno dato via una parte di loro stessi. Hanno minato la loro individualità; non sono stati sinceri verso se stessi per il desiderio o il bisogno di soddisfare l'altro. E così, quando la persona cara muore, essi si ritrovano senza alcun senso di autostima perché tanta parte della loro identità era legata al defunto. Tutto ciò che è rimasto sono il senso di vuoto e la solitudine.

Potrete utilizzare la seguente meditazione per riconquistare

quella parte di voi che è andata perduta, che vi è stata portata via  
183

#### **MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

o che avete regalato. Usate questa meditazione per riprendere il vostro potere creativo.

Come sempre iniziate con i preliminari. Una volta completati, immaginatevi di fronte a un tranquillo e sereno lago. E' un lago di un delicato blu che riflette la miriade di fantastici colori del paesaggio: verde, blu, giallo e violetto intensi. Voi sentite sul volto la fresca e stimolante aria di campagna. Due cigni nuotano nel lago e accrescono la quiete della scena. Più guardate questo splendido specchio d'acqua, più vi rilassate. Camminate lungo la riva sinistra e vedete un ruscello scendere dalla montagna per buttarsi nel lago. Vi arrampicate sulla montagna per localizzarne l'origine. Raggiunta la cima del monte scoprite una bellissima cascata. Guardate in alto verso il cielo e notate che essa non ha un punto d'inizio. Sembra venire direttamente dal cielo.

Vi togliete i vestiti e li deponete su una pietra lì vicina. Vi infilate sotto la cascata e sentite la fredda e pura acqua carezzarvi il corpo; è una sensazione magnifica che non avete mai provato. E' come se delle piume vi stessero toccando e di colpo vi sentite completamente purificati. Osservate il ruscello e, come se steste guardando in uno specchio magico, vedete tutte le diverse circostanze in cui avete ceduto il vostro potere. Identificate le volte in cui avreste dovuto essere stati fedeli a voi stessi e in cui non vi siete amati a sufficienza o non vi siete trattati con rispetto. Mentre guardate queste immagini, ognuna discende lentamente il ruscello di montagna.

Siete sempre sotto la cascata quando notate una bella luce scorrere attraverso l'acqua. Appena questa luce vi tocca provate improvvisamente un impeto di energia e un nuovo senso di creatività. Cominciate a sentire l'amore scorrervi nel corpo. Vi amate, perché siete finalmente entrati in contatto con il vostro amore. Mentre continuate a provare questo sentimento esaltante, guardate l'acqua e le immagini che vedete sono ora molto diverse: ora siete felici, intenti in attività che avete sempre desiderato fare. Vedete persone che applaudono il vostro io meraviglioso e amorevole. Vedete il vostro vero io. Sentite quanto siete più leggeri. Saggiate la forza e il potenziale che avevate perso e che ora sta tornando a voi. Adesso tutta quella vostra sicurezza è di

nuovo dentro di voi. Non siete più dominati dagli altri. Avete fatto

184

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

uno splendido viaggio per riscoprire il vostro vero io. Godetevelo. Lasciate la cascata e sentite questo nuovo e fantastico essere dentro di voi. Questo nuovo io vi eccita. Guardate i vostri abiti. Sono stati sostituiti da uno splendido costume spirituale. Indossate l'abito come promemoria della vostra invincibilità. Voi siete realmente DIO!

185

**MESSAGGI DA LASSU' di James Van Praagh**

**FONTI**

**1 – After We Die, What Then? Answers to Questions About Life After Death**, di George W. Meek, edito da Metascience Corporation, Franklin North Carolina.

**2 – Everyone's Guide to the Hereafter**, di Ken Akehurst (il medium cieco passato alla Vita Superiore il 28 luglio 1978); trasmesso tramite G.M. Roberts, edito da Neville Spearman Publishers, C.W. Daniel Company Lmd, Essex, Inghilterra.

**3 – Kundalini and the Chakras: A Pratical Manual – Evolution in This Lifetime**, di Genevieve Lewis Paulson, edito da Llewellyn Publications, Inc., St., Paul, Minnesota.

**4 – Life in World Unseen**, di Anthony Borgia, edito da M.A.P. Inc., Midway, Utah.

**5 – The Mechanics of Mediumship**, di Ivy Northage, edito da Ivy Northage, Emsworth, Inghilterra.

**6 – Opening Up to Your Psychic Self: A Primer on Psychic Development**, di Petey Stevens, edito da Nevertheless Press, Berkeley, California.

**7 – The Transition Called Death: A Recurring Experience**, di Charles Hampton, edito da Quest Book, Wheaton, Illinois.2

**F I N E**

186

**Preghiera al Padre - 20/01/2001**

**Padre Dolce,**

**Padre Buono.**

**Tu che sei nell'universo,**

**Tu che sei nelle cose,**

**Tu che sei in noi.**

**Tu che nutri il nostro corpo materiale,**

**Tu che nutri il nostro corpo spirituale;**

**Aiutaci in questa esistenza.**

**Aiutaci a perdonare per il male che ci fanno, perché anche noi abbiamo fatto del male.**

**Aiutaci a cercare cibo per il corpo fisico e pane per la nostra anima.**

**Aiutaci a superare le prove della vita con serenità; e che Tu, assieme ai nostri fratelli spirituali, ci sia sempre vicino.**

***Amen.***