

ATASHA FYFE

# TWOJE POPRZEDNIE WCIELENI

Jak je odkryć i świadomie wykorzystać  
w obecnym życiu



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*



ATASHA FYFE

# TWOJE POPRZEDNIE WCIELENIA

Jak je odkryć i świadomie wykorzystać  
w obecnym życiu

„Wierzę, że gdy ktoś umiera,  
jego dusza powraca na Ziemię  
przybrana w nowe ciało,  
któremu życie daje nowa matka”.

John Masefield

Słuchaj Radia Hay House na  
[www.hayhouseradio.com](http://www.hayhouseradio.com)



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

Redakcja: Natalia Paszko  
Skład komputerowy: Piotr Pisiak  
Projekt okładki: Piotr Pisiak  
Korekta: Urszula Wołos  
Tłumaczenie: Mariusz Warda

Wydanie I  
Białystok 2015  
ISBN 978-83-8171-017-6

Tytuł oryginału: PAST LIVES  
Copyright © 2014 by Atasha Fyfe  
Originally published in 2014 by Hay House UK Ltd.

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2014.  
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej publikacji nie może być powielana ani rozpowszechniana za pomocą urządzeń elektronicznych, mechanicznych, kopiujących, nagrywających i innych bez pisemnej zgody posiadaczy praw autorskich.



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.  
[www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii](http://www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii)



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

15-762 Białystok  
ul. Antoniuk Fabr. 55/24  
85 662 92 67 – redakcja  
85 654 78 06 – sekretariat  
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt  
85 654 78 35 – [www.talizman.pl](http://www.talizman.pl) – detal  
strona wydawnictwa: [www.studioastro.pl](http://www.studioastro.pl)  
sklep firmowy: Białystok, ul. Antoniuk Fabr. 55/20

Więcej informacji znajdziesz na portalu [www.psychotronika.pl](http://www.psychotronika.pl)

PRINTED IN POLAND

Wprowadzenie .....	7
Rozdział 1: Kto wierzy w reinkarnację? .....	11

## **Część 1:**

### **Jak możesz odkryć swoje przeszłe wcielenia**

Wprowadzenie .....	21
Rozdział 2: Jak działa regresja .....	25
Rozdział 3: Ukryte wskazówki dotyczące domu .....	39
Rozdział 4: Dziecięce wspomnienia z poprzednich wcieleń .....	49
Rozdział 5: Twoje ulubione miejsca .....	61
Rozdział 6: Twoje najlepsze czasy .....	75
Rozdział 7: Twoje talenty i umiejętności .....	89
Rozdział 8: Najsilniejsze wyzwalacze .....	97
Rozdział 9: Jak ciało przechowuje wspomnienia z poprzednich wcieleń .....	109
Rozdział 10: Jak odnaleźć swoje przeszłe wcielenia .....	119

## **Część 2:**

### **Korzyści z bycia świadomym swoich poprzednich wcieleń**

Wprowadzenie .....	141
Rozdział 11: Zdrowie .....	149
Rozdział 12: Dostatek .....	171
Rozdział 13: Związki .....	183
Rozdział 14: Wyjątkowe przesłania .....	203

Rozdział 15: Co cię teraz czeka? ..... 213

Bibliografia ..... 219

O Autorce ..... 221

## **Ćwiczenia**

Uzyskaj wskazówki dotyczące przeszłych wcieleń  
ze wspomnień z dzieciństwa ..... 59

Odkryj miejsca wyjątkowe dla twoich przeszłych  
wcieleń ..... 73

Stopniowo uzyskuj kolejne wskazówki dotyczące  
przeszłych wcieleń ..... 86

Poradź sobie z przyczynami fizycznych dolegliwości,  
wywodzącymi się z poprzednich wcieleń ..... 115

Oczyść swoje czakry ..... 166

Zwiększ swój dobrobyt ..... 179

Spotkaj w labiryncie życia kogoś z poprzedniego  
wcielenia ..... 199

# Wprowadzenie

Twoje przeszłe wcielenia nie zniknęły w mrokach przeszłości. Stanowią one żywą część twojej szerszej tożsamości. Powinno ci wystarczyć stwierdzenie, że są w stanie zmienić twoje obecne życie. Dzięki nim możesz zacząć postrzegać własną egzystencję w nowy, rozszerzony sposób. Przestaniesz się także obawiać śmierci i znacznie lepiej zrozumiesz samego siebie, twoje związki międzyludzkie i obecną życiową sytuację.

Nawet gdy nie masz świadomości ich istnienia, twoje przeszłe wcielenia wywierają na twoje życie silny wpływ. To oddziaływanie ma z reguły pozytywny charakter, ale niekiedy może być to również wpływ negatywny. Złotą metodą wykorzystania poprzednich wcieleń jest uświadomienie sobie dzięki nim, gdzie leży źródło problemu. Terapia, oparta na przeszłych wcieleniach, udowodniła ponad wszelką wątpliwość, że jest w stanie uleczyć zaskakująco szeroką gamę dolegliwości.

Jak tylko dowiesz się czegoś na temat swoich przeszłych wcieleń, nauczysz się rozszerzać ich pozytywne oddziaływanie na twoje życie. Twoje dawne wcielenia mają ci do zaoferowania wspaniałe dary – wiele z nich stanowi różnego rodzaju nagrody, zdobyte dzięki doświadczeniom i testom, które przeszedłeś podczas dotychczasowej duchowej podróży. Bezcenne korzyści możesz wyciągnąć również z poznania pozytywnych aspektów swojej dotychczasowej historii. Jak więc rozpoczniemy tę wędrówkę?

Stare powiedzenie mówi: „Kiedy uczeń jest na to gotów, pojawia się mistrz”. Przekonałam się, że stwierdzenie to jest niezwykle prawdziwe w odniesieniu do zapamiętywania przeżyć z przeszłych wcieleń. Kiedy jesteśmy na nie gotowi, one

wysuwają się na pierwszy plan i zaczynają nam się objawiać. Naturalnie nie wszystkie naraz – ciężko byłoby coś podobnego znieść.

Jest to łagodny proces zachodzący krok po kroku, niczym kwiat otwierający się płatek po płatku. Ziarno tego kwiatu mogło być zasiane znacznie wcześniej i przez cały czas, jaki od tego momentu upłynął, czekało w stanie uśpienia, aż warunki staną się odpowiednie do wzrostu całej rośliny.

Dla przykładu, jedna z moich klientek, poddających się sesjom regresji, zdradziła mi, że pierwszy raz o przeszłych wcieleniach przeczytała w czasopiśmie. Znajdowała się w nim historia o tym, jak kochanek z dawnego życia pojawił się w kolejnym wcieleniu bohaterki. Klientka powiedziała, że choć, co prawda, sama opowieść jej się spodobała, początkowo w ogóle nie zainteresowała się pomysłem istnienia reinkarnacji.

Dopiero kilka lat później zaczęła zastanawiać się nad swoimi przeszłymi żywotami. Gnębiły ją trudności w relacjach z partnerem, w związku z czym zdecydowała poddać się sesji regresji. Dzięki temu seansowi uświadomiła sobie, że ich kłopoty biorą się ze wspólnego, przeżytego wcześniej życia. Dzięki nabytej ten sposób wiedzy udało jej się wyprostować relacje w związku. Nasiono zostało zasiane wiele lat wcześniej przez opowiadanie w czasopiśmie, a wyrosło na roślinę dającą kwiat dopiero we właściwym momencie w życiu.

Ja sama po raz pierwszy usłyszałam o przeszłych wcieleniach od swojego ojca, który był Szkotem. Nie należał do osób zbytnio zaprzatających sobie głowę religią bądź mistycyzmem, ale jednocześnie był święcie przekonany, że w przeszłym wcieleniu mieszkał w Ameryce. Kiedy teraz wspominał jego opowieści, dochodzę do wniosku, że zapewne miał rację. Wyjaśniłoby to, dlaczego tak chętnie czytał książki dotyczące Dzikiego Zachodu, a jego ulubionymi czasopismami były „Saturday Evening Post” i „The New Yorker”.



Czasami czynił spostrzeżenia dotyczące jego teorii na temat przeszłych wcieleń. Robił to tak zwyczajnym tonem, jakby właśnie stwierdzał, że jest dość chłodno jak na tę porę roku. Choć nigdy o tym nie dyskutowaliśmy w rodzinnym gronie, nie przyszło nam też nigdy do głowy podważać uwag rzucanych przez tatę.

Po upływie wielu lat muszę stwierdzić, że to właśnie było to nasionko, jakie zasiano we mnie w okresie dzieciństwa. Oczywiście nie miałam wtedy pojęcia, jak niesamowite kwiaty mogą z tego zasiewu wykiełkować w przyszłości.

Pierwszy znak, jaki otrzymałam od dawnych przeżyć, objawił mi się, gdy skończyłam siedemnaście lat. Wtedy przyśnił mi się niezwykle realistyczny sen, którego nie mogłam zapomnieć. Jego akcja toczyła się podczas Wielkiej Rewolucji Francuskiej. Czekałam w nim na śmierć przez ścięcie głowy na gilotynie. Kiedy włożyłam głowę pomiędzy dyby, byłam zszokowana faktem, że pod skórą, oblekającą moje gardło, wyczuwam krew ofiar, które zostały ścięte przede mną. W tym momencie mój sen się skończył, a ja obudziłam się, gwałtownie łapiąc oddech.

Od tamtej pory zdarzało mi się coraz częściej śnić o Wielkiej Rewolucji Francuskiej. Uświadomiłam sobie, że są to wspomnienia z życia, jakie toczyłam w tym okresie. Nie byłam arystokratką, ale przedstawicielką klasy średniej. Jako młody, pełen ideałów mężczyzna wierzyłam w rewolucyjne idee i starałam się je samodzielnie promować.

Ostatecznie jednak, podobnie jak i wielu moich towarzyszy, zostałam aresztowana i poddana pokazowemu procesowi, po którym moja dusza została momentalnie przesłana do kolejnego świata. Po tym doświadczeniu postanowiłam nie okazywać publicznie swoich przekonań. Uznałam, że jest to zbyt niebezpieczne.

Ten strach wytworzył w mojej podświadomości blokady, które ciągnęły mnie do tyłu niczym niewidzialne łańcuchy.

Świadomość tych blokad i radzenie sobie z tym ciężarem były jednymi z głównych celów, jakie miałam zrealizować poprzez pisanie na temat poprzednich wcieleń. Gdybym nie zrozumiała tego problemu oraz nie uświadomiła sobie jego źródła, ta książka nigdy by nie powstała.

Jest to doskonały przykład na to, jak bardzo przeszłe wcielenia mogą odmienić życie każdego z nas. Chociaż udało mi się go streścić w kilku krótkich akapitach, proces ten zajął mi trochę czasu. Są to zbyt duże zmiany, by mogły zaistnieć w przeciągu jednej nocy. Nie ma więc większego sensu próba przyspieszania nurtu rzeki. Twoja roślina przeszłych wcieleń rozwinie się na swój własny sposób i we właściwym dla siebie momencie. Fakt, że właśnie czytasz te słowa, oznacza, że nasiono już rozpoczęło kiełkowanie w twoim wnętrzu.

Wcale nie musisz pamiętać zdarzeń z każdego z twoich przeszłych wcieleń. Nawet jeśli przypomnisz sobie część jednego lub dwóch żyć, automatycznie uzyskasz wspaniałe dary, jakie przeszłe wcielenia mogą nam zaoferować.

Dary te na wiele sposobów wzbogacą twoje życie. Sama świadomość istnienia twoich przeszłych wcieleń stworzy szczęśliwsze, obdarzone większym sensem i bardziej spełnione doznania w terażniejszości.

Obecnie na świecie ma miejsce ekspansja nowej świadomości. Jestem przekonana, że czerpanie z przeszłych wcieleń jest ważnym elementem owego procesu. W ten sposób zapewniamy bowiem wszystkim ludziom osobiste i duchowe korzyści. Praca ta ma moc odmieniania naszych żyć. Wprowadza ona w nas więcej tolerancji i zrozumienia w stosunku do innych osób. W ostatecznym rozrachunku doprowadzi zaś do transformacji świata, w jakim przyszło nam żyć.

## **Rozdział 1**

# **Kto wierzy w reinkarnację?**

Odpowiedź na to pytanie brzmi: niemal każda kultura na świecie, na przestrzeni znanej nam historii, wierzyła w reinkarnację – z jednym znaczącym wyjątkiem. W świecie Zachodu wierzenia w dawne wcielenia przekształciły się w zapomniany skarb. Przez ostatnie półtora tysiąca lat przedstawiciele chrześcijaństwa poszukiwali go, ukrywali, a nawet za niego ginęli.

Przez ten czas ludzie Zachodu w znacznej mierze zapomnieli, że korzyści, wynikające ze świadomości istnienia kolejnych wcieleń, są im należne z tytułu narodzin. Przez stulecia ludzie w Europie cierpieli znacznie bardziej niż musieli, ponieważ ta bezcenna wiedza była utrzymywana z dala od nich. Tych, którzy ośmielili się wierzyć w reinkarnację, spotykały brutalne prześladowania.

Jako część tego mechanizmu kontroli, Kościół<sup>1</sup> zataił przed opinią publiczną kilka kluczowych faktów. Jednak w obecnym wieku literatury i swobodnego przepływu informacji mamy możliwość dokopywania się do tych skarbów wiedzy.

Wiele wskazówek, dotyczących tego tematu, zawsze było doskonale wyeksponowanych. Teraz stało się oczywiste, że Biblia jest pełna znaków wiary w reinkarnację. Pisarz Joe Fisher powiedział: „Nauczanie o reinkarnacji w Biblii w dużej mierze jest uważane za rzecz oczywistą, wystając tu i tam jak fundamentalny głaz”.

---

<sup>1</sup> Kościół – Autorka, używając słowa „Kościół”, ma na myśli kościół rzymskokatolicki (przyp. tłum.).

Esseńczycy, faryzeusze, nazarejczycy i egipscy terapeuci<sup>2</sup> jak jeden naród aktywnie nauczali o reinkarnacji. W późniejszych stuleciach wcześni chrześcijańscy gnostycy postrzegali siebie jako bezpośrednią kontynuację prawdziwych nauk Jezusa. Tym samym reinkarnacja znajdowała się w samym centrum gnostycyzmu.

Była ona również bardzo istotna dla wczesnych chrześcijan. Święty Augustyn i inni oświeceni ojcowie Kościoła tworzyli kazania i pisali o reinkarnacji jako o wyjątkowym elemencie wiary chrześcijańskiej.

## **Jak naprawdę nastąpiły ciemne wieki**

Co się zatem wydarzyło? Odpowiedzialny za zmianę natury chrześcijaństwa był tylko jeden człowiek. Co ciekawe, nie był on nawet członkiem Kościoła. To Cesarz Justynian I Wielki.

Miało to miejsce w początkach IV w. n. e., gdy chrześcijaństwo było już oficjalną religią Cesarstwa Rzymskiego. Od tego momentu wyznanie to zaczęło ewoluować w kierunku dodatkowego instrumentu kontrolowania mas. Słowo „herezja” wzięło się od greckiego słowa oznaczającego „wybór”. W tym czasie znaczenie sformułowania ewoluowało od nastawienia sprzecznego z ustanowionymi doktrynami, przez status powszechnego grzechu, aż do poważnego przestępstwa karanego śmiercią.

Wiara w reinkarnację stała się czymś niewygodnym dla kontrolowanego przez świeckie władze Kościoła, ponieważ uniemożliwiała mu osiągnięcie pełni władzy. Wiedza, dotycząca tego jak działa system kolejnych narodzin, czyniła ludzi odpowiedzialnymi za ich własne zbawienie. Nie potrzebowali oni księdza, który miałby w ich imieniu interweniować. W swojej wolności byli bezpośrednim zagrożeniem

---

<sup>2</sup> Terapeuci – starożytna żydowska grupa religijna, krewni esseńczyków (przyp. tłum.).

zaplecza politycznego Cesarza, którego władza opierać się miała na tradycji chrześcijańskiej.

### ***Nowe prawo Cesarza***

Imperator zdecydował się więc na zdecydowane kroki. W roku 529 Cesarz Justynian zamknął Uniwersytet w Atenach, który był głównym ośrodkiem studiów na temat reinkarnacji. Dotychczasowi wykładowcy musieli uciekać w obawie o własne życie. Wielu z nich umknęło na Wschód, gdzie w przyszłości założyli centra sufickie. Następnie, w 553 roku, Cesarz uznał wiarę w reinkarnację za przejaw herezji. Od tego czasu każdy, kto zadeklarowałby wiarę w reinkarnację, miał zostać stracony.

Papież Wirgiliusz i większość ówczesnych biskupów zdecydowanie sprzeciwiali się potępianiu wiary w reinkarnację. Cesarzowi udało się jednak swój plan zrealizować. Zrobił to, zwołując zgromadzenie, na którym pojawili się wyłącznie wierni mu biskupi.

W teorii Papież stanowił poważniejszy problem dla Cesarza. Władca zdecydował się więc aresztować i uwięzić głowę Kościoła. Podczas niewoli Papież rozpaczliwie próbował stworzyć dokument przeciwko nowym prawom. Nie udało mu się jednak tego dokonać. Cesarz uwolnił go dopiero po tym, jak Papież, wbrew swojej woli, podpisał się pod rozporządzeniami skierowanymi przeciwko wierzącym w reinkarnację. Podczas powrotu z niewoli Wirgiliusz zmarł w Syrakuzach – do tego nagłego odejścia duchownego najprawdopodobniej przyczynili się wynajęci przez Justyniana mordercy.

Wydarzenia te zapoczątkowały prawdziwe wieki ciemne. Kolejne stulecia zostały naznaczone krwią ofiar i blaskiem stosów, masowo podpalanych przez Świętą Inkwizycję. Wiara w reinkarnację musiała zejść do podziemia, by przetrwać.

Podczas epoki renesansu na krótki czas udało się jej wyjść na światło dzienne za sprawą wysiłków Kosmy Medyceusza Starszego, władcy Florencji. Niestety w ciągu kilku lat Kościołowi znowu udało się stłamsić tę cenną wiedzę. Myśli dotyczące przeszłych wcieleń po raz kolejny zostały wymazane z umysłów przedstawicieli opinii publicznej.

Przez niemal 400 lat po tych wydarzeniach wiedza o reinkarnacji istniała wyłącznie w sekretnych światach mistyków i okultystów, takich jak kabaliści, alchemicy i różokrzyżowcy.

## **Podziemna rewolucja**

Tam też udało się tej wiedzy przetrwać aż do końcówki XIX w. W tym właśnie okresie zaczął rozkwitać nurt zainteresowania duchowością. Grupy ezoteryczne pojawiały się niczym grzyby po deszczu.

Jedną z najbardziej wpływowych grup było Towarzystwo Teozoficzne, założone w 1875 roku przez Madame Blavatsky w Nowym Jorku. Towarzystwo przyniosło Zachodowi wiedzę Wschodu, tym samym odświeżając w świadomości ludzi koncepcję reinkarnacji.

W roku 1913 Rudolf Steinem stworzył Towarzystwo Antropozoficzne. Powiedział on: „Tak jak swego czasu pewien wiek był gotów na otrzymanie kopernikańskiej teorii struktury wszechświata, tak teraz nasz wiek jest przygotowany na ideę reinkarnacji”.

W kolejnych dziesięcioleciach stwierdzenie to sprawdziło się niczym coś na kształt przepowiedni.

## ***Punkt zwrotny: Bridey Murphy***

W pierwszej połowie XX w. wiara w przeszłe wcielenia wzrosła w świadomości nowego duchowego podziemia. W tym okresie ogólnie rozumiana opinia publiczna nie była jednak w dalszym ciągu świadoma idei następujących po sobie wcieleń.

Wtedy w roku 1956 Morey Bernstein opublikował *The Search for Bridey Murphy*<sup>3</sup>. Książka ta wniosła wiarę w reinkarnację do głównego nurtu przekonań. Opowiadała ona historię kobiety, która podczas seansu regresyjnego została przeniesiona do swojego poprzedniego wcielenia, które żyło w osiemnastowiecznej Irlandii. Kobiecie udało się opisać życie swojego poprzedniego wcielenia z zachowaniem wszelkich, nawet najdrobniejszych szczegółów.

Publikacja wywołała falę gniewu i kontrowersji. Niektórzy przedstawiciele Kościoła i tradycyjni psycholodzy próbowali podważyć zawarte w książce rewelacje. Kiedy reporterzy udali się do Irlandii, by przeprowadzić dziennikarskie śledztwo, okazało się, że szczegóły, podane przez kobietę podczas seansu, mają potwierdzenie w historycznych danych.

W rezultacie książka Bernsteina trafiła na listy bestsellerów. Tym samym nastąpiła moda na reinkarnację. Ludzie organizowali przyjęcia, na które należało przybywać w ubraniach z epoki, w której miało się poprzednio żyć, pito drinki, jakie rzekomo miało się preferować w poprzednich wcieleniach i śpiewano piosenki, które „już się chyba gdzieś kiedyś słyszało”.

## **Jak ludzie stworzyli terapię opartą na przeszłych wcieleniach**

W latach pięćdziesiątych poprzedniego stulecia konwencjonalna psychologia z ochotą sięgała po wykorzystywanie regresji. Był to doskonały sposób na cofanie pacjentów w czasie do momentów, w których ich problemy wzięły swój początek. Oczywiście miało to na celu wyłącznie cofanie się do wypadków mających miejsce w dzieciństwie. Wywołując jednak dyskomfort psychoterapeutów, klienci niejednokrotnie

---

<sup>3</sup> *The Search for Bridey Murphy* – „Przypadek Bridey Murphy” (przyp. tłum.).

w poszukiwaniu źródeł swoich problemów cofali się aż do przeszłych wcieleń.

W tych czasach profesjonaliści mawiali, że poważne potraktowanie przeszłych wcieleń podważyłoby ich wiarygodność, reputację, a w konsekwencji pozbawiłoby również pracy. Zdecydowali się więc cały temat przemilczeć. W drugiej połowie stulecia niektórzy najodważniejsi pionierzy zaczęli jednak działać na rzecz promowania tego, dotychczas niepopularnego, trendu. Dotyczyło to psychiatrów i psychologów, którzy uwierzyli, że problemy ich pacjentów rzeczywiście mogą mieć podłoże w ich przeszłych wcieleniach.

Wielu z nich napisało przełomowe książki dotyczące tego, jak odkryli istotność wspomnień z poprzednich żyć. Opinia publiczna odniosła się do owych publikacji bardzo przychylnie i wskutek tego terapia, oparta na dawnych wcieleniach, narodziła się na dobre.

Wysoce wykwalifikowane jednostki, jak chociażby profesor Ian Stevenson, zaangażowały się w badania dotyczące analizy tego zjawiska. Dowody, uzyskane przez tych pionierów, były wystarczająco solidne, by dowieść prawdziwości poprzednich wcieleń i wartości cofania się do nich przy pomocy regresji.

## **Nowe granice**

Granice terapii, opartej na przeszłych wcieleniach, obecnie przenoszą się również na przyszłe wcielenia i wspomnienia dotyczące życia pomiędzy kolejnymi żywotami. Stało się jasne, że dzięki regresji możemy nawiązać połączenie ze swoim wyższym przewodnictwem.

W świecie Zachodu musieliśmy od nowa odkryć istotę reinkarnacji. Pod pewnymi względami było to korzystne zjawisko, ponieważ pozwoliło nam spojrzeć na całe zagadnienie w bardzo świeży sposób. Wiara w ponowne narodziny może być tak samo starożytna, jak samo istnienie naszego gatunku, ale być



może po raz pierwszy mamy do czynienia z sytuacją, w której możemy rejestrować dokładne wyniki badań, mających na celu zbadanie reinkarnacji oraz wartości terapii opartej na regresji. W rezultacie obecnie zachodzi wzrost świadomości istnienia przeszłych żyć, co w konsekwencji może nam pomóc lepiej zrozumieć samych siebie, rozwiązać dręczące nas problemy i dokonać transformacji naszych żyć.

Opowieść o tym, jak wiara w reinkarnację była zakazywana, a następnie, przy ogromnym wysiłku, od nowa odkrywana dla świata Zachodu, jest niezwykle dramatyczna. Pełno w niej bohaterów, złoczyńców i innych barwnych postaci. Jeśli chciałbyś dowiedzieć się więcej na ten temat, polecam ci anglojęzyczny artykuł, znajdujący się na mojej stronie pod poniższym linkiem: <http://www.pastlivesglastonbury.co.uk/Reincarnation-is-Back.html>

## **Podsumowanie**

- Reinkarnacja od zawsze stanowiła ważny element religii na całym świecie. Była również obecna w wierzeniach pierwszych chrześcijan.
- W VI w n. e., pomimo sprzeciwu Kościoła, Cesarz Justynian I Wielki uznał reinkarnację za przejaw herezji. Od tego momentu aż po czasy współczesne chrześcijanie, którzy wierzyli w wędrówkę dusz między wcieleniami, musieli ukrywać swoje przekonania w obawie przed karą śmierci.
- Na przestrzeni ostatniego stulecia świat Zachodu musiał odkryć reinkarnację praktycznie od zera. Pracownicy akademicy i różnej maści profesjonaliści przeprowadzili poważne badania na ten temat, a swoje wyniki opublikowali w książkach wywołujących szeroki wydzźwięk.
- Powyżsi pionierzy nie tylko przywrócili wiarę w reinkarnację, ale również utwierdzili zasadność stosowania terapii regresywnej, korzystającej z wiedzy z poprzednich wcieleń.

Zachodnia wiara w reinkarnację w końcu zdołała wyjść z cienia. Ten fakt stał się dla nas źródłem nieoczekiwanych darów: osobistych korzyści wynikających z wiary w ponowne narodziny, uzdrawiającej mocy terapii opartych na wspomnieniach z poprzednich wcieleń, lepszego zrozumienia siebie i innych osób oraz potencjalnie bardziej pokojowego świata.

## **CZĘŚĆ 1**

# **JAK MOŻESZ ODKRYĆ SWOJE PRZESZŁE WCIELENI**

**„Nie rozpocząłem życia w chwili narodzin.**

**Wzrastałem i rozwijałem się  
przez miriady tysięcy lat.**

**Wszystkie moje przeszłe jaźnie zachowały swoje  
głosy i echa, które teraz przeze mnie przemawiają”.**

**Jack London**



# Wprowadzenie

Odkrywanie twoich poprzednich wcieleń jest jak uświadomienie sobie, że mieszkasz w rezydencji, która dotychczas jawiła ci się jako małe mieszkanie.

Prawdopodobnie od zawsze podejrzewałeś, że coś musi znajdować się poza ścianami małego mieszkania, w którym cię zamknęto. Pewnego magicznego dnia odnajdujesz w końcu drzwi prowadzące do reszty pomieszczeń rezydencji. Tym samym otwiera się dla ciebie zupełnie nowy świat.

Kiedy uświadamiasz sobie, że posiadasz przeszłe wcielenia, każda relacja międzyludzka, każda okoliczność czy zdarzenie stają się łatwiejsze do zrozumienia. Od tego momentu witasz nie tylko światło bijące od ścieżki, znajdującej się przed tobą, ale również to oświetlające trakt, który już przeszedłeś.

Istnieją dwie zasadnicze drogi, prowadzące do odkrycia nowych informacji dotyczących twoich przeszłych wcieleń. Jedna z nich koncentruje się na twoim wnętrzu, a druga skupia się na tym, co istnieje na zewnątrz.

## Droga wewnętrzna

Najlepszymi wewnętrznymi sposobami na zdobycie informacji dotyczących naszych przeszłych wcieleń są:

- Regresja.
- Medytacja<sup>4</sup>.
- Intuicja.
- Sny.
- Introspekcja – jako zrozumienie tego, jak nasze przeszłe wcielenia ukształtowały to, co lubimy, a czego nie.

---

<sup>4</sup> Jakże są najbardziej skuteczne praktyki medytacyjne można dowiedzieć się z książki „Naucz się medytować”, której autorem jest Eric Harrison. Publikacja jest dostępna w sklepie [www.talizman.pl](http://www.talizman.pl) (przyj. wyd. pol.).

## Droga zewnętrzna

Starożytni filozofowie zwykli mawiać, że zewnętrzny świat stanowi odzwierciedlenie naszego wewnętrznego stanu. Tym samym nasze otoczenie jest zwierciadłem, w którym odbija się nasze wnętrze. Obserwowanie otoczenia pozwala dostrzec informacje dotyczące nas, których sami dotychczas nie byliśmy świadomi. Dotyczy to również informacji związanych z naszymi poprzednimi wcieleniami. Droga zewnętrzna polega na dostrzeganiu otaczających nas nieustannie wskazówek dotyczących naszych przeszłych wcieleń.

W książce *Eliksir i kamień* autorzy Baigent i Leigh napisali: „Zaczynamy tworzyć życiodajne i dynamiczne połączenia między naszym życiem wewnętrznym i zewnętrznym. Dla osób, żyjących przed trzydziestoma pięcioma lub czterdziestoma laty, byłaby to rzecz niewyobrażalna”.

Głównymi sposobami, w jakie przeszłe wcielenia pojawiają się w naszym świecie zewnętrznym są:

- Związki międzyludzkie, które są z reguły kontynuacją historii mających już niejednokrotnie miejsce w poprzednich inkarnacjach.
- Umiejętności z poprzednich wcieleń, talenty lub zdolności, które zdają się brać znikąd.
- Wywodzące się z poprzednich wcieleń znaki w postaci znamion, postawy, nawyków, słabości, sił i kwestii zdrowotnych, które nasze ciała pociągnęły za sobą do obecnego wcielenia.
- Pamiątki z przeszłych wcieleń w twoim stylu życia, wybieranych przez ciebie dekoracjach w mieszkaniu, posiadanych przez ciebie przedmiotach i ubiorze.
- Wspomnienia z przeszłych wcieleń przebudzone przez zewnętrzne wyzwalacze, jak książki, obrazy, utwory muzyczne, filmy, smaki bądź zapachy.

- Odwiedziny w wyjątkowych miejscach, takich jak kamienne kręgi, zamki lub starożytne świątynie, które mogą wyzwoić wyraźne wspomnienia z przeszłych doświadczeń z owych lokacji.

Część 1 tej książki zgłębi szczegółowo kwestie dotyczące wskazówek związanych z przeszłymi wcieleniami, które są obecne zarówno w tobie jak i wokół ciebie przez cały czas. Jak tylko dowiesz się, gdzie masz patrzeć, zaczniesz dostrzegać te wskazówki dosłownie wszędzie. Otworzą się tym samym przed tobą bramy zupełnie nowej przygody. Co więcej, będziesz mógł wziąć w niej pełen udział bez przekraczania progu własnego mieszkania.





## ***Rozdział 2***

# **Jak działa regresja**

Uwielbiam regresję, ponieważ popycha ona ludzi wprost w ramiona ich wewnętrznej mądrości. Czyni to ją jedną z terapii nadających największą moc pacjentowi.

Większość osób decyduje się na seans regresywny w nadziei, że znajdzie źródło swoich obecnych problemów w czymś, co wydarzyło się w którymś z ubiegłych wcieleń. Regresja jest efektywną terapią, ponieważ może ona naprowadzić nas na zdarzenia z poprzednich wcieleń, które wpływają bezpośrednio na działania mające miejsce w tej właśnie chwili.

Regresja sprawdza się również, ponieważ nasza podświadomość jest ogromnym składem informacji dotyczących naszego życia i wszelkich związanych z nim doświadczeń. Informacja ta nie jest jednak niczym biernym – nie przypomina pod tym względem książek zgromadzonych w bibliotece. Nie możemy samodzielnie zdecydować, czy daną lekturę chcemy przeczytać, czy też wolimy ją zignorować.

Choć nasze przeszłe wcielenia mogły przeminąć przed wieloma laty, wspomnienia z tamtego czasu pozostają w nas ciągle żywe. Wywierają one bardzo konkretny wpływ na naszą psychikę i na wiele sposobów oddziałują na naszą podświadomość. Tym samym wspomnienia te mogą powodować korzystne bądź negatywne efekty w naszej teraźniejszości.

Przeszłe wcielenia są jak bajkowa wróżka, przychodząca do nas w charakterze matki chrzestnej w momencie naszych narodzin. Wyposażają nas tym samym w całą masę

pozytywnych podarków, takich jak osobiste umiejętności, wyjątkowe talenty i cała masa dobrej karmy.

Musimy jednak pamiętać, że do małego dziecka może przybyć również zła wróżka. Może ona rzucić zły czar, obdarowując małeństwo negatywnymi doświadczeniami z poprzednich wcieleń. Co gorsza, te złe wpływy mogą czerpać dodatkową energię z niepokojów, depresji, neuroz i fobii. Negatywne oddziaływania mogą objawiać się w naszym życiu, przyjmując formę nietypowych stanów emocjonalnych, mimowolnych przejęzyczeń i fizycznych symptomów.

Ludzie czasami doświadczają negatywnych efektów wynikających z ich przeszłych wcieleń jako niewidzialnych blokad trzymających w swoich szponach ich życie. Może się to objawiać jako ciągłe dążenie do sukcesu lub spełnienia. Pomimo ciągle podejmowanych prób zmiany swojego życia, podobnie jak bohaterka książki *Po drugiej stronie lustra*, krążą nieustannie, kreśląc ciągłe kręgi i raz za razem powracając w to samo miejsce.

W XVII w. psychologowie odnaleźli magiczny klucz do rozwiązania podobnych problemów. Zorientowali się oni, że najlepszym sposobem jest cofnięcie umysłów ich pacjentów do momentu, w którym konkretny problem rozpoczął się. W momencie, gdy ludzie uświadamiali sobie jego podłoże, sama dolegliwość przestawała mieć władzę nad ich podświadomością. Po tym zdarzeniu symptomy, powodowane przez problem, zanikały.

W ten właśnie sposób anulowane są mroczne zaklęcia, które w przeciwnym razie oddziaływałyby na swoją ofiarę przez cały czas trwania jej życia. I to nie jest bynajmniej czysta teoria. Niezliczona ilość przebadanych przypadków wykazała, jak efektywne jest owe działanie.

## ***Ukrywanie się przed żołnierzami***

Renate wybrała się na seans regresyjny z powodu klaustrofobii, która komplikowała jej życie. Zastanawiała się, czy podłoże tych problemów może leżeć w jednym z poprzednich wcieleń.

Podczas seansu cofnęła się w czasie do XVII w., a konkretnie do okresu angielskiej wojny domowej. Podczas działań wojennych zmuszona była do ukrywania się przed wrogimi żołnierzami w wiejskiej chacie. Za pierwszym razem udało się jej wywieść ich w pole, ale żołnierze nabrali podejrzeń i wrócili, by ponownie przeszukać chatę. Powtórzyło się to kilkakrotnie. Za każdym razem, gdy wrogowie przeszukiwali dom, Renate ukrywała się w maleńkiej, ciemnej piwnicy, zamykanej ukrytą w podłodze klapą. Musiała w niej siedzieć, wstrzymując jednocześnie oddech w nadziei, że nikt nie odnajdzie jej schronienia. Pewnej nocy żołnierze odkryli jej kryjówkę, po czym wywlekli ją z niej, wyprowadzili z domu i zamordowali.

Po tym seansie Renate przyznała, że domek gościnny, w którym aktualnie mieszka, posiada niewielką, pozbawioną okien łazienkę. Przed zdecydowaniem się na regresję nienawidziła z niej korzystać. Tymczasem wieczorem, po seansie regresyjnym, mogła się relaksować w pełni w kąpielni, podczas której nie oddziaływały na nią żadne dawne obawy. Jej klaustrofobia przestała na nią wpływać, gdy tylko Renate zrozumiała jej pochodzenie.

## **Jak działa regresja?**

Świadomość swoją strukturą przypomina wielopiętrowy budynek. W życiu przeciętnej osoby ten stan można porównać do przebywania na jednym z jego pięter. Gdy znajdujemy się

na jednym poziomie, możemy dostrzec wyłącznie to, co się na nim znajduje.

Aby dowiedzieć się, co jest na pozostałych piętrach, musimy zmienić poziom własnej świadomości. Regresja przypomina schody, których stopnie prowadzą na inne piętra.

Seans regresji należy zawsze rozpoczynać od technik relaksacyjnych, dzięki którym możemy spowolnić rytm pracy mózgu. Aby tego dokonać, terapeuci zwykli spokojnie przemawiać do swoich pacjentów łagodnym, powolnym tonem. Często używają oni również obrazów, przedstawiających sceny fizycznego relaksu lub uspokajające krajobrazy. Dobrze sprawdza się również powtarzanie jakichś słów i odliczanie.

Wszystko to zadziała, jeśli dana osoba naprawdę chce poddać się seansowi. Jeśli ktoś z kolei nie będzie chciał się zrelaksować, żadna siła go do tego nie zmusi.

Kiedy rytm pracy twojego mózgu zwolni twoja świadomość również ulegnie zmianie. W ten właśnie sposób każdy z nas może przenosić się na inne poziomy. Kiedy znajdziemy się na innym „piętrze”, możemy zacząć podziwiać skarby, jakie się na nim znajdują.

W ogólnej strukturze naszej psychiki istnieją cztery główne poziomy świadomości: beta, alfa, theta i delta. Każdy z tych poziomów posiada również swój własny łagodny, średni i głęboki poziom. Przechodzimy przez nie każdego dnia i każdej nocy podczas budzenia się, pracy, wypoczywania i snu.

Poznaliśmy tę strukturę i zdołaliśmy zmierzyć poszczególne poziomy dzięki korzystaniu z elektroencefalografów – w skrócie EEG. Nasze fale mózgowie produkują impulsy elektryczne, które aparat do EEG jest w stanie namierzyć poprzez sensory umieszczone na głowie pacjenta, a następnie możemy zobaczyć ich fizyczny zapis na monitorach podłączonych do urządzenia. Graficzny liniowy zapis odzwierciedla zmiany poziomów świadomości. Podczas gdy pacjent

relaksuje się, piki na wykresie stają się łagodniejsze, a jednocześnie schodzą coraz głębiej.

### ***Cztery główne poziomy świadomości***

**Beta:** Jest to codzienna świadomość. Znajdujemy się w delikatnym stanie beta, gdy wykonujemy codzienne zadania, które, co prawda, wymagają naszej uwagi, ale nie są zbyt wymagające. Średni poziom fal beta osiągamy podczas nauki lub też gdy staramy się coś naprawić.

Bardziej intensywne skupienie, na przykład próba przyspieszenia podczas jazdy w godzinach szczytu, przenosi nas na wyższy poziom fal beta. Ten stan może również powodować stres lub niepokój. Linia beta w zapisie EEG jest płytka i dość ostra, jak lekko wzburzone morze.

**Alfa:** Dotyczy sytuacji, w których jesteśmy bardziej zrelaksowani. W sposób łatwy i w pełni naturalny zagłębiając się w stan alfa podczas marzeń, słuchania muzyki lub gapienia się przez okno. Zapis EEG tych fal jest większy i ma bardziej zaokrąglone miejsca szczytowe. Przypomina tym samym łagodną powierzchnię morza.

Medytacja bądź regresja zabierają nas ku głębszym poziomom alfa. Kiedy się tam dostajemy, stoimy u bram naszej podświadomości. Na tym poziomie jesteśmy w stanie dostać się do materiałów zwykle ukrytych przed naszym świadomym umysłem.

Badania wykazały, że informacje dotyczące naszych poprzednich wcieleń stają się dla nas osiągalne, gdy częstotliwość fal mózgowych wynosi od siedmiu do ośmiu cykli na sekundę – odpowiada to wyśrodkowanemu stanowi alfa.

**Theta:** Przez poziom theta przechodzimy, idąc spać i w pierwszych chwilach po przebudzeniu. Głębsze stany świadome-

go śnienia, transu i doświadczania wizji również są dostępne w tym właśnie stanie.

**Delta:** Na tym poziomie znajdujemy się podczas głębokiego snu. Znajdując się na poziomie delta, możemy uzyskać bezpośredni dostęp do wyższej świadomości. Wtedy też możliwe stają się podróże poza ciałem. Kiedy przechodzimy z delty do wyższych poziomów, mogą się w naszym umyśle pojawiać sny tłumaczące zjawiska, jakich doświadczyliśmy w stanie delta. Sny te są dla nas niezwykle ważne. Kiedy ktoś nie śni, może to doprowadzić do psychicznego załamania, a w końcu nawet skutkować śmiercią.

Nieustannie, w sposób w pełni naturalny przemieszczamy się pomiędzy powyższymi czterema poziomami świadomości. Ta umiejętność jest niezwykle ważna dla naszego fizycznego i psychicznego zdrowia oraz dobrego samopoczucia.

## **Najczęściej zadawane pytania na temat regresji**

### ***Dlaczego ludzie cofają się do poprzednich wcieleń?***

Poniżej zamieszczam cztery przyczyny:

- Ponieważ doskwierający im problem może mieć podłoże w przeszłym wcieleniu.
- Aby poszukiwać wspomnień z poprzednich wcieleń, które mogą się okazać pomocne lub inspirujące.
- Aby podążać za wskazówkami dotyczącymi przeszłych wcieleń, jakie już udało im się zauważyć.
- Z czystej ciekawości dotyczącej tego, co też mogli robić w poprzednich wcieleniach.

### ***Czy każdy może poddać się regresji?***

Opierając się na własnym doświadczeniu, mogę oszacować, że dziewięćdziesiąt osiem procent ludzi jest w stanie uzyskać