

Dr. Alberto Villoldo

# INIMA ȘAMANULUI

*Practicile și experiențele  
Luptătorului Iluminat*

Traducere din limba engleză  
de Edith Negulici

Editura For You  
București



## Introducere

**S**amanii din Anzi cunosc și slujesc visul sacru care șcălăuzește planetele dincolo de ceruri și de destinul nostru uman aici, pe pământ. Visul sacru reprezintă o hartă a viitorului, dar nu are alte căi pe care să le urmezi decât cele deschise de tine însuși. El este efemer, se schimbă în fiecare clipă, te surprinde la fiecare pas, ca într-un vis.

Femei și bărbați care oficiază și protejează acest vis sacru sunt cunoscuți sub numele de „luptători iluminați“. Ei n-au dușmani în această lume și nici în următoarea. Resursele lor sunt vaste.

Visul sacru dezvăluie ordinea implicită a Universului. El este evident în toate anotimpurile, în modul în care albinele polenizează florile și în felul cum toate ființele vii sunt interconectate. Având această înțelepciune, vechii șamani din Peru și-au cultivat și și-au hibridizat porumbul pentru a produce peste 400 de soiuri; ei au admirat puzderia de stele de pe bolta cerească și au prevăzut eclipsele.

Sensul și scopul existenței au apărut în mod natural în inima lor, deoarece au înțeles că fac parte dintr-un plan mult mai mare decât ei.

Atunci când devenim conștienți de visul sacru, recunoaștem că Universul nu este creat din roci care se rostogolesc în spațiu, din energie fără viață sau din materia întunecată a științei. În schimb, înțelegem cum cosmosul vibrează conștient, dornic să creeze frumusețe, născând planete verzi-albastre, spirale de galaxii și peste 20000 de specii de fluturi pe pământ.

Fiecare dintre noi primește un fragment al visului sacru să-l păstreze și să-l exprime personal. Atunci când uităm că avem o parte esențială și necesară a visului sacru, viața noastră începe să coboare în spirală spre dezastru, visele noastre devin coșmaruri și existența noastră se transformă în haos.

Mulți oameni au înlocuit visul sacru cu visul de celebritate și bogăție, putere și like-uri pe Facebook. Între timp, ne confruntăm cu crize globale, de la schimbarea climei la dispariția speciilor, război, foamete și boli. Toate acestea ne cheamă să visăm un vis nou pentru noi înșine și pentru toată lumea.

Visul sacru ne cheamă. Această carte îți arată cum să te trezești din somnul în care trăiești și cum să visezi cu ochii deschiși, astfel încât toate posibilitățile viitorului să-ți fie disponibile.

Îți vei găsi visul sacru transformând trei visuri obișnuite despre care mulți sunt convinși că sunt adevărate și din care nu se pot trezi. Acestea sunt visul siguranței, visul permanenței și visul iubirii necondiționate. Atunci când transformi aceste visuri – când accepți că viața e în

permanentă schimbare, că mortalitatea este predestinată și că nimeni în afară de tine nu te poate elibera dintr-o viață de frică și de nesiguranță –, haosul din viața ta devine ordine și frumusețea predomină.

Atunci când îți descoperi visul sacru, recunoscut de șamani drept Lumina primordială, puterea creatoare a Universului devine disponibilă pentru a genera frumusețe în lume și pentru a te vindeca pe tine și pe alții. Devii un luptător iluminat. Trăiești fără teamă, cunoști răspunsul la întrebarea „Cine sunt eu?” și descoperi căile spre infinit, dincolo de moarte.

Asemenea șamanilor Laika, din Anzi, și tu ești un luptător iluminat. Îndrăznește să vorbești despre adevărurile neplăcute, să susții valorile universale care onorează întreaga viață și să faci zilnic acte de curaj!

Aceasta vei înțelege citind cartea de față. Exercițiile din paginile următoare te ajută să creezi un vis sacru pentru tine, realizând astfel un destin inspirat de curaj și condus de viziune.

Practicile luptătorului iluminat sunt esențiale într-un moment în care visul se întâmplă doar în somn, când lașitatea este demnă de respect, când o privire retrospectivă pare înțeleaptă și când spiritualitatea este vulnerabilă.

Aceste tehnici te ajută să aduci lumina și pacea în viața ta și să îți găsești rolul în marele vis sacru al umanității.

Alberto Villoldo



## Capitolul 1

# CUM SĂ VISEZI LA UN DESTIN DIFERIT

**E**xistă trei tipuri de visare cu ochii deschiși: coșmarul, reveria și visul sacru. Dintre acestea, numai visul sacru te poate ajuta să îți îndeplinești destinul aici, pe pământ. Pentru a trăi într-un vis sacru, trebuie să înțelegi că visul cu ochii deschiși pare plăcut, dar el se va transforma într-un coșmar pe măsură ce circumstanțele vieții ți se vor schimba. În ceea ce privește coșmarurile, pe care toți dorim să le evităm, ele încep întotdeauna sub forma visării cu ochii deschiși, dar din acel moment își depășesc termenul de valabilitate și se strică, la fel ca brânza rămasă în frigider de prea mult timp.

Visul care se transformă în coșmar poate fi relația conjugală sau locul de muncă ce părea la prima vedere atât de seducător, dar acum a devenit o gaură neagră din care nu poți ieși sau pe care îți este imposibil să îl schimbi. Un

prieten mi-a spus odată: „Jobul meu este ca un coșmar. Aș vrea să mă trezesc din el, dar am nevoie de somn.“ Coșmarul nu îți oferă prea multă speranță ca lucrurile să fie diferite. Atunci când ești prins într-un coșmar, ajungi să crezi că starea ta precară de sănătate face parte firesc din procesul de îmbătrânire și te-ai putea obișnui cu ea sau că plictiseala și frustrarea de la locul de muncă sau din căsnicie constituie prețul pe care trebuie să-l plătești pentru siguranță. Sau vei crede că nu poți face nimic pentru a schimba climatul politic conflictual sau violența din lume. Coșmarul te paralizează. Atunci când ai un prieten deprimat, fii sigur că el este prins într-un coșmar din care nu știe cum să se trezească și că este confuz în privința realității.

Dacă suntem prinși într-o relație toxică, ne imaginăm cum ar fi dacă lucrurile ar sta altfel și începem să ne folosim de toată puterea de concentrare pentru a crea o nouă realitate. Ne imaginăm o persoană veselă și luminoasă intrând în viața noastră, o altă șansă de a trăi viața pe care am ratat-o. Apoi, într-o bună zi, fugim în lume cu noua noastră iubire, doar pentru a descoperi că și noul vis cu ochii deschiși are o dată de expirare.

Visarea cu ochii deschiși te va determina să cauți întotdeauna ceva în afara ta pentru a te simți împlinit.

Următorul vis cu ochii deschiși se va ascunde probabil sub forma speranțelor, a aspirațiilor și a scopurilor tale de a-ți face ordine în viață. Îți vei spune că scrierea listei dorințelor pe care vrei să le realizezi, planificarea îmbunătățirii relației tale sau realizarea strategiilor despre crearea circumstanțelor îți fac bine și îți vor îmbunătăți viața – toate acestea par promițătoare, totuși și ele riscă să se transforme într-un coșmar. Atunci când îți schimbi

locul de muncă sau partenerul de viață, atunci când îți cumperi casa sau mașina mult dorită, este posibil să descoperi că tot nu ești complet fericit sau mulțumit. Ai înțeles ideea. În final, scrierea listei dorințelor și întreaga muncă depusă te-au condus înapoi la nefericire.

Visarea cu ochii deschiși te determină să continui să-ți cauți adevăratul suflet pereche, chiar și după ce te afli într-o relație. Acest vis te va convinge să fii permanent în căutarea unui nou guru, a unei noi diete, a unui nou regim de sănătate – și să te întrebi dacă nu cumva e posibil să mai fie ceva pe lume ce ai putea rata.

Am trăit acest vis transformat în coșmar. Pe la 30 de ani, am întâlnit pe cineva și am crezut că suntem îndrăgostiți. Speram că dragostea ne va face fericiți și ne va rezolva toate problemele. M-am gândit: „*Când* îmi voi găsi sufletul pereche, *atunci* voi fi fericit.“ Am crezut că ea era cea pe care o așteptasem toată viața. Apoi, într-o zi, m-am trezit și m-am întrebat: „Cine este femeia aceasta din patul meu? Cu siguranță nu este cea cu care m-am căsătorit, nu-i așa?“ Visul cu ochii deschiși mi se transformase într-unul dintre cele mai rele coșmaruri. Din fericire, nu aveam copii și ne-am despărțit supărați, acuzându-ne reciproc pentru eșecul căsniciei noastre. Probabil și tu ai trăit propria ta versiune a acestui coșmar.

Visarea cu ochii deschiși pare ceva frumos sau chiar plăcut la prima vedere, dar este aproape întotdeauna o formulă pentru dezastru. Și chiar dacă visurile cu ochii deschiși nu se transformă întotdeauna în coșmaruri, ele ne mențin într-un loc calduț, dar nu ne ajută să evoluăm – și, în curând, viața ne devine banală și lipsită de sens. Uneori, visarea cu ochii deschiși ne păcălește, mimând și totuși

# CUPRINS

Introducere	9
Capitolul 1 / Cum să visezi la un destin diferit	13
Capitolul 2 / Esența timpului	35
Capitolul 3 / Vizionari străvechi și civilizații misterioase	61
Capitolul 4 / Să crezi un vis, să crezi o legendă	73
Capitolul 5 / Trezirea din coșmar	95
Capitolul 6 / Transformă visul siguranței descoperind cine ești	107
Capitolul 7 / Transformă visul permanenței descoperind infinitul	125
Capitolul 8 / Transformă visul iubirii necondiționate descoperind curajul	147
Capitolul 9 / Visează lumea întru ființare	175
Concluzie	185
Practicile zilnice ale luptătorului iluminat	185
Mulțumiri	197
Despre autor	199