

# VIAGGI DELL'ANIMA



James Van Praagh

VIAGGI  
DELL'ANIMA

ARMENIA

Titolo originale dell'opera: *Adventures of the Soul*  
Traduzione dall'inglese di Simona Garavelli

Copyright © 2014 by James Van Praagh  
Originally published in 2014 by Hay House Inc.  
Copyright © 2015 Armenia S.r.l.  
Via Milano 73/75 - 20010 Cornaredo (MI)  
Tel. 02 99762433 - Fax 02 99762445

[www.armenia.it](http://www.armenia.it)  
[info@armenia.it](mailto:info@armenia.it)

Stampato da: Grafica Veneta S.p.A.

*A Debbie Ford.*  
*Grazie per avere portato*  
*le ombre nella luce.*  
*Con amore, James*



---

## Introduzione

Chi di voi ha letto i miei libri precedenti troverà *I viaggi dell'anima* un po' diverso.

La base di quegli altri è costituita dalle migliaia di conferenze che ho tenuto come sensitivo di professione negli ultimi trent'anni. Quando *Talking to Heaven*, il mio primo best-seller, si è imposto all'attenzione del pubblico nel 1997, la comunicazione con i defunti e la medianicità erano argomenti che, da un punto di vista culturale, ancora non facevano parte dello spirito dei tempi. Ma, azionando l'avanzamento veloce fino al 2014, ecco che le serie televisive *Presenze* e *Medium*, ciascuna per svariate stagioni, sono state trasmesse con successo. *Il Sesto Senso* ha ricevuto una nomination per l'Oscar come migliore film; *Ghost* è stato adattato per farne un musical e messo in scena a Broadway; e altri famosi medium (molti dei quali miei amici) oggi condividono il loro dono con il mondo.

Oggi ho smesso di tenere sedute (tranne che in occasione di qualche evento di beneficenza) e preferisco dedicare le mie energie ad addestrare gli altri a sviluppare i propri doni paranormali e, se lo desiderano, a partire per il loro viaggio in aiuto degli altri. Ricavo talmente tanta soddisfazione nell'aprire le menti alle meraviglie dello Spirito che giro il mondo per tenere conferenze

sulla spiritualità. E naturalmente in occasione di questi incontri do prova delle mie capacità di comunicare con la coscienza di coloro che non abitano più questa nostra dimensione fisica.

È questo ciò che vuole vedere la gran parte delle persone che partecipa alle mie conferenze, ma io do sempre loro l'indiscutibile conferma di quel che conta davvero: che la «morte» non esiste, e che le nostre credenze riguardo alla vita sulla Terra – e sul fatto che è questa la nostra vera natura – non sono altro che un'illusione. Siamo anime eterne senza inizio né fine che, finché sono incarnate in questa dimensione fisica, hanno percezione unicamente del *presente*. La totalità di chi realmente siamo viene filtrata dai nostri sensi umani: è per questo che non siamo in grado di vedere il disegno più grande.

Come racconterò nel libro, i modi per farsi un'idea di quale sia la nostra vera natura esistono: sono la meditazione; le esperienze extracorporee; i resoconti di chi è sopravvissuto a esperienze di premorte; la regressione alle nostre vite passate; e infine le informazioni veicolate dai medium. Come persona che ha ricevuto il dono della capacità di comunicare con le anime che sono passate ai regni dello Spirito, a livello personale non posso negare le esperienze che ho vissuto. Se non fossero successe a me, anch'io, ora, mi ritroverei scettico.

Se mi chiedeste cosa ho imparato dalla mia attività di medium, risponderai che la cosa più importante che noi esseri umani possiamo fare è utilizzare l'energia dell'amore. La Terra è un luogo sempre molto animato, e noi ci ritroviamo costantemente bombardati da sfide e ostacoli. Troviamo soddisfazione e incoraggiamento quando riusciamo a distinguerci dalla massa. Siamo tentati di equiparare il denaro o la notorietà al successo, ma questo è un falso idolo. I Beatles hanno riassunto il concetto in modo molto eloquente: *All you need is love*.

Vorrei che immaginaste la vostra anima come un ampio e lungo fiume che scorre, si snoda e a volte rallenta e si allarga in

pozze. Pensatelo come un'incarnazione nel mondo fisico. Dopo un po' il fiume riprende a scorrere, fino a quando non andrà a formare un'altra pozza. Ma ci sarà sempre movimento, ci sarà sempre una destinazione, ci sarà sempre crescita. Il fiume può snodarsi e fare anse, ma perseguirà sempre il suo fine ultimo: ricongiungersi al mare... al tutto. Analogamente, la missione della vostra anima è usare l'energia dell'amore per riuscire a fare ritorno a casa, alla sua Fonte.

Il mio desiderio è che, leggendo questo libro, riusciate a capire che la «vita» è molto di più di quanto è possibile percepire con i cinque sensi. Per esempio, dalla finestra di casa mia vedo il parco di fronte e guardo gli scoiattoli che ci vivono. Popolano uno spazio limitato, ed è tutto quello che conoscono. È il loro mondo. Non riuscirebbero mai a concepire la realtà che esiste un grande pianeta su cui è possibile spaziare. Per il loro raggio d'azione si tratta di una possibilità totalmente inconcepibile.

Invece, l'evoluzione ha dato a noi esseri umani la capacità di meditare su altri universi e altre dimensioni. Sarà mai possibile scoprire la verità del perché ci troviamo qui facendo elaborare questa domanda al nostro cervello di umani? Ci è stata data un'altra strada per accedere ai misteri dell'universo? Ed è davvero il nostro obiettivo scoprirla? Spero che questo libro vi spingerà a intraprendere il vostro personale viaggio alla ricerca delle risposte.

Perciò seguitemi nelle mie avventure nello spazio, nel tempo e nei regni celesti che, così come spero, condurranno la vostra anima – il vostro fiume – verso il mare dell'amore.

JAMES VAN PRAAGH



Parte I

# COS'È L'ANIMA?



**F**in dagli albori del tempo il genere umano si è sforzato di comprendere il concetto di anima. Di generazione in generazione teologi, studiosi, filosofi e persino musicisti hanno tentato di descriverlo in un modo facilmente assimilabile per noi esseri umani così soggiogati dai processi della logica. A oggi i termini *anima* e *spirito* sono usati in modo intercambiabile, senza che il vero significato dell'uno o dell'altro sia mai stato accuratamente definito o compreso.

Nella mia trentennale attività di messaggero del Mondo Spirituale mi sono a mia volta imbarcato in una ricerca personale per trovare la corretta definizione di anima e capire come essa opera. In qualità di insegnante e guida per gli altri, lo reputo imperativo. Quando medito, quando insegno o quando recapito un messaggio dall'aldilà, spesso levo una muta domanda alle mie guide e agli spiriti in visita su come, noi umani, possiamo arrivare a comprendere la natura dell'anima.

Più volte mi ha colpito l'idea dell'anima in termini di *santa trinità*. So che, detto così, sembra religioso, ma credo che sia semplicemente lo Spirito che si avvale di una terminologia già presente nei miei archivi mentali. Poiché non sono uno scienzia-

to, né un matematico, lo Spirito non mi parlerebbe in termini che non sono in grado di capire. Né tantomeno sono un ingegnere o un teologo. Sono un comunissimo abitante di Queens a cui è capitato di essere educato alla fede cattolica.

Ma il concetto che mi si affaccia alla mente durante la meditazione e lo studio è totalmente diverso da quello di «Padre, Figlio e Spirito Santo» che mi è stato inculcato al catechismo. Se dovessi fare un'analogia, direi che il «Padre» è lo *Spirito*, il «Figlio» è il *corpo* e lo «Spirito Santo» è l'*anima*. (Si potrebbe benissimo sostituire la parola «Madre» a «Padre», e «Figlia» a «Figlio», ma dopo secoli di tradizione il linguaggio patriarcale è quello a noi più familiare.

Vorrei cominciare questo libro analizzando la connessione tra corpo, anima e Spirito.

## Il corpo: lo Spirito come anima

Il corpo è quella parte di noi che si sviluppa da un embrione e diventa una macchina fatta di cellule, organi e muscoli. È quella cosa che laviamo, che teniamo calda, nutrita e in buona forma. Proprio come un'automobile, con più la si tiene bene tanto più (così si spera) ci renderà un buon servizio e rimarrà efficiente.

In un qualche momento tra il concepimento e la nascita, lo Spirito entra nel corpo sotto forma di anima. L'anima è la personificazione dello Spirito. Non pensate a voi stessi come a un corpo dotato di anima, ma piuttosto come allo Spirito che necessita di un corpo. Lo Spirito pervade *ogni cosa*, e dentro me – in questo corpo che io chiamo James Van Praagh – risiede la mia anima.

Mentre sono sulla Terra io sono Spirito a cui in questa dimensione è necessaria una forma fisica, così da poter sperimentare situazioni e apprendere lezioni che altri regni non offrono. Amo

il cibo, l'arte, la letteratura, la musica e altre cose che parlano alla mia anima o la alimentano. La mia anima fa esperienza dell'amore, dell'odio, del tradimento, della solidarietà, del perdono, dell'empatia... aggiungete pure quel che volete. Il nostro pianeta è un'aula scolastica, e l'anima è lo studente.

## **L'anima: il nostro sé eterno e interdimensionale**

Io ritengo che l'anima sia unica ma allo stesso tempo connessa a ogni cosa. E questa connessione è filtrata dai sensi fisici, per cui non sempre sembra essere presente. La percepiamo quando proviamo quel sentimento chiamato amore, oppure in circostanze straordinarie (come per esempio la tragedia dell'11 settembre). Siamo tutti parte della stessa energia, ma la Terra ci fornisce talmente tante sembianze fisiche che a volte questa verità è difficile da individuare.

Spesso sentiamo le persone dire: «Io sono Dio», ed è vero: la nostra anima è Spirito, Dio, Allah, il Divino – comunque lo si voglia chiamare – su questa Terra. Il nostro corpo è bloccato dalle costrizioni della nostra dimensione terrena, ma la nostra anima è esterna allo spazio e al tempo lineari e trascende il nostro io fisico.

L'anima è il nucleo peculiare del nostro io e della coscienza di chi siamo. Ha attraversato molti oceani di esistenze, esperienze ed espressioni dell'essere. È ricolma di infinite possibilità creative di manifestarsi, ed è a sé stante nel proprio sviluppo e nella propria estrinsecazione. Il termine medianico che uso quando comunico con un essere incorporeo è *comunicazione anima-verso-anima*.

Un giorno stavo discutendo del concetto di anima con la mia cara amica Debbie Ford, impareggiabile maestra di vita, colei

che ha sviluppato *The Shadow Process*. Debbie descrisse l'anima come quella parte di noi che non muore mai, che si fa portatrice di tutti i messaggi e le lezioni del passato e che si farà portatrice di tutti i messaggi e le lezioni del futuro. Questa definizione mi piacque molto. Le dissi che, per la mia personale esperienza di lavoro, quando l'anima torna a casa nel Mondo Spirituale, è con l'*anima* e non con lo Spirito che io sono in grado di comunicare. È una distinzione molto importante.

(Non molto tempo dopo quella conversazione, la cara Debbie valicò il confine tra vita e morte, ma ancora oggi riesco a ricevere i suoi messaggi. Malgrado fosse emotivamente turbata dall'aver dovuto lasciare il figlio, gli altri componenti della famiglia e gli amici in questo mondo, la prima cosa che mi disse su quel passaggio fu: «Caspita! È stato incredibilmente facile!»).

## I regni spirituali

L'anima conserva dentro di sé tutti i ricordi delle esperienze fisiche attraverso l'eternità del tempo e dell'esistenza. Ma, quando transitiamo nei Regni Spirituali, la nostra coscienza si apre non solo all'enorme totalità della nostra anima in particolare, ma anche alla vasta consapevolezza dello Spirito.

Amo particolarmente il versetto del vangelo di Giovanni 14:2: «Nella casa del Padre mio ci sono molte dimore...» Sono convinto che questo si riferisca ai diversi piani dei Regni Spirituali che attraggono la nostra anima (dopo la morte del corpo) in base ai pensieri, alle parole e alle azioni da noi compiuti sulla Terra. Essi includono i Piani Astrali, i Piani Mentali e i Piani Celestiali.

- La vostra personalità, la vostra memoria e la vostra mente sono tutte contenute nel vostro corpo astrale. Quando il corpo fisico muore, il vostro vero «io» è ancora nel vostro corpo