

LORENA SHELE  
**JETËT E SUPREMIT**

---

BOTIMET TOENA



**LORENA SHELE**

**JETËT E SUPREMIT**

**BOTIMET TOENA**  
Tiranë

Botuese: Irena Toçi

Kryeredaktore: Edona Marku Huqi

Korrektore letrare: Majlinda Bami

Përkujdesja grafike dhe kopertina: Erdita Oshafi

ISBN 9789928817549

© Autorja

Të gjitha të drejtat janë të rezervuara. Nuk lejohet shumëfishimi me asnjë lloj mjeti ose forme, as me fotokopje, pa lejen me shkrim të mbajtësit të copyright-it

**BOTIMET TOENA**

Rr. "M. Gjollesha" nr. 71, Tiranë 1023.

Kutia Postare 1420

E-mail: [botimet.toena@gmail.com](mailto:botimet.toena@gmail.com)

[toena.porosionline@gmail.com](mailto:toena.porosionline@gmail.com)

<https://toena.al/>

## PËRMBAJTJA

Çfarë është hipnoza?.....	9
Hyrje.....	15
<b>I - Hipnoza 1 - Përballë hipnozës, në një jetë larg të sotmes.....</b>	<b>22</b>
<b>II - Hipnoza 2 - Një jetë prostitute në 1900-n.....</b>	<b>33</b>
<b>III - Hipnoza 3/1 - Një miqësi e shkuar keq.....</b>	<b>39</b>
Hipnoza 3/2 - Një miqësi e shkuar keq.....	42
<b>IV - Hipnoza 4 - Sole dhe Suprem, dy shpirta shumëdimensionalë.....</b>	<b>48</b>
<b>V - Hipnoza 5 - Kjo është toka ime.....</b>	<b>55</b>
<b>VI - Hipnoza 6 - Pa identitet.....</b>	<b>60</b>
Momenti 1.....	61
Momenti 2.....	62
Momenti 3.....	63
Momenti 4.....	64

<b>VII - Hipnoza 7 - Si çdo gjë,</b>	
edhe e drejta është relative.....	67
<b>VIII - Hipnoza 8 - Jeta e një neandertali.....</b>	<b>73</b>
<b>IX - Hipnoza 9 - Historia e Elizabetës,</b>	
centralistes së një stacioni trenash.....	79
<b>X - Hipnoza 10 - Një ndodhi</b>	
në bibliotekën e qytetit.....	88
<b>XI - Hipnoza 11 - Një jetë në vazhdimësi.....</b>	<b>94</b>
Ana në sytë e saj.....	95
Ai në sytë e saj.....	96
Një jetë në vazhdimësi pa të.....	96
Një jetë në vazhdimësi e Anës vetëm.....	97
Shpirti i Anës takohet me mua.....	98
Supremi tregon.....	100
Le të shërojmë të tashmen.....	102
<b>XII - Hipnoza 12 - Udhëtim në të ardhmen.....</b>	<b>104</b>
<b>XIII - Hipnoza 13 - Jetë paralele.....</b>	<b>108</b>
<b>XIV - Përballë vampirëve të energjisë.....</b>	<b>115</b>
<b>XV - Besimet ndërtojnë</b>	
ose rrënojnë atë çka jemi.....	122
<b>XVI - Manifestimi është çelësi</b>	
drejt asaj që duam.....	126

<b>XVII - Kush është Supremi.....</b>	<b>128</b>
Kur kemi gjithë këto dije brenda nesh, pse nuk i zbatojmë të gjitha ato?.....	129
Cili ishte momenti i parë i takimit me Supremin?.....	129
Çfarë mësova nga Supremi?.....	130
Si qëndroj në kontakt me Supremin?.....	130
 Pasthënie.....	 133





## **Çfarë është hipnoza?**

*(shënime nga hipnoterapistja)*

Hipnoza e ka origjinën nga Greqia dhe Egjipti i lashtë. Vetë fjala “hipnozë” vjen nga mitologjia: Hipnos ishte zoti i gjumit. Megjithatë hipnoza si metodë terapie shfaqet vitet e fundit me Frojddin dhe Jungun, të cilët eksperimentuan me të, por secili për arsye të ndryshme vendosën që të mos e përdorin në metodat e terapisë së tyre. Për shumë vite hipnoza është përdorur në ushtri, për të ndihmuar simptomat posttraumatike të ushtarëve, dhe në fushën mjekësore për personat që janë intolerantë ndaj anestezisë. Megjithatë hipnoza si mjet terapeutik, të cilën e praktikoj edhe unë prej mbi 10 vjetësh, ka filluar të njihet më gjerësisht këto vitet e fundit.

Ishte viti 2010 në Paris, ku unë, si studente inxhinierie në Université de Technologie de Compiègne, po kryeja stazhin e fundvitit. Një nga

kolegët e mi filloi të më tregonte, gjatë pushimit të kafesë, për një aksident me motor që i kishte ndodhur 25 vite më parë, gjatë të cilit e kishte parë veten e tij të dilte nga trupi, kishte parë skenën e aksidentit dhe kishte takuar gjyshen e tij, e cila kishte vdekur shumë vite më parë, e cila i kishte thënë që nuk ishte ende koha e tij për të kaluar në anën tjetër. Pas kësaj, kolegu im ishte rikthyer në trupin e tij në ambulancë. Ai nuk i kishte treguar askujt për këtë histori, por për një arsye që nuk e dinte as vetë, vendosi të ma tregojë mua. Disa ditë më pas, më dha një libër i cili i kishte ndryshuar jetën. Ishte një libër mbi jetën pas vdekjes, nga një doktor i njohur. “E di cila është gjëja më interesante? - më pyeti. - Jo domosdoshmërisht duhet të kesh një aksident për të përjetuar jetën pas vdekjes, për t’u takuar me njerëzit e tu të dashur, të cilët kanë vdekur, apo për t’u shëruar nga disa sëmundje, - më tha. - Të njëjtat efekte, disa njerëz i përjetojnë përmes hipnozës.”

Fjalët e tij më intriguan shumë. Fillova të kërkoj në internet për histori të ngjashme, nga të cilat gjeta plot. Tre njerëz në veçanti, jo vetëm që kishin historitë e tyre të ngjashme, por edhe historitë e pacientëve të tyre. Ndër këta njerëz, më të njohurit ishin Dolores Cannon, dr. Michael Newton dhe dr. Brian Weiss. Fillova duke dëgjuar CD-të e Brian Weiss-it, të cilat

të fusnin në hipnozë në mënyrë të natyrshme. Lexova të gjithë librat e Brian Weiss-it, Michael Newton-it dhe Dolores Cannon-it, me historitë e pacientëve të tyre, se si ishin shëruar nga sëmundjet, kishin gjetur qëllimin e tyre në jetë, ishin ritakuar me të dashurit, kishin shëruar fobitë e tyre. Gjatë kësaj kohe përjetova edhe unë takimet me engjëjt e mi, të cilët më shëruan nga ankthi.

Kjo metodë ishte aq e fuqishme dhe tërheqëse për mua, sa dëshiroja ta ndaja edhe me të tjerët. Fatkeqësisht, nuk kishte asnjë hipnoterapist në Shqipëri, i cili të kryente këto metoda specifike. Prandaj vendosa të isha unë e para dhe mora pjesë në trajnimin e Dolores Cannon-it në vitin 2013. Pas trajnimit të saj, gjeta trajnime të tjera në Francë, me Lee Pascoe, një hipnoterapiste kanadeze, e cila kryente trajnime mbi jetët e kaluara, Karen E. Wells, e cila kryente trajnime sipas metodës së Michael Newton-it mbi jetët e kaluara etj. Pjesë e këtyre trajnimeve është praktika. Që të kalosh nga një nivel në tjetrin, duhet të kryesh të paktën 25 seanca të suksesshme. Falë kolegëve dhe familjarëve të mi, arrita t'i kryeja këto seanca në një kohë shumë të shkurtër dhe të merrja pjesë edhe në më shumë trajnime të tjera.

Një univers i madh u hap përpara meje, ku çdo gjë ishte e mundur, mund të kuptoja veten time, mund të ndihmoja njerëzit me probleme të ndryshme, ose thjesht të hiqja kuriozitetin për të parë se çfarë kam qenë në jetë të mëparshme e si ndikojnë ato jetë në jetën time aktuale.

Sot, pas 10 vjetësh, tani që e ushtroj këtë profesion në kohë të plotë, kam hipnotizuar mbi 500 njerëz në mbi 1.000 seanca të ndryshme.

Ndër të gjitha këto seanca, mund të them që seancat me motrën time kanë qenë disa nga seancat më interesante që kam realizuar ndonjëherë. Jo të gjithë njerëzit që hipnotizohen futen thellë në hipnozë, apo e lënë veten aq të lirë sa ti mund të flasësh me nënvetëdijen e tyre të pashpenguar. Motra ime dhe lidhja që zhvilluam me nënvetëdijen e saj përmes hipnozës ishte një nga këto raste të rralla. (Ndër 500 njerëz, mund të them që 10-20 njerëz futen aq thellë në hipnozë sa nuk mbajnë mend asgjë nga seanca. Çdo seancë regjistrohet që të mund të dëgjohet më pas dhe është personale dhe konfidenciale.) Në seancat e Lorenës (motra ime), ajo shpeshherë ndryshonte zë, tonalitet, më drejtohej me Ju, madje në një rast të një jete në Kinë e tha emrin e saj kinez pa asnjë theks. Në momentin kur u zgjua dhe filloi të përdorë trurin e saj të vetëdijshëm, nuk arriti dot më ta përsërisë.

Nga këto seanca kemi mësuar shumë, kemi gjetur pyetje të përgjigjeve që kemi pasur, si unë dhe ajo, kemi arritur shërime të pamenduara më parë dhe kemi gjetur një botë tjetër, të pamatë, e cila është gjithnjë aty e gatshme për ne sa herë që kemi nevojë për të.

Ishte që në hipnozën e parë ku Supremi (emri me të cilën nënvetëdija e Lorenës) u shfaq. Ndryshe nga klientët e tjerë, ku zëri i nënvetëdijes është i ngjashëm me zërin e vetëdijes, Supremi kishte një zë tepër unik. Ishte e pamundur të ngatërroje zërin e tij, kumbues, burrëror, argëtues, me atë të Lorenës, e cila fliste ngadalë e me zë të ulët në gjendje normale. Supremi fliste qartë, bënte shaka, madje edhe më ngacmonte, duke më testuar për të parë a do ta dija përgjigjen e pyetjeve se ç'ndodhte përtej, në botën e shpirtave dhe jetën pas vdekjes.

Supremi më tregoi për objektivat, për ngjyrat që ne kemi si shpirta, më konfirmoi informacione që i kisha lexuar në libra e në vite studime dhe që motra s'kishte nga t'i dinte. Ishte një konfirmim informacioni i paçmuar.

Jam me fat dhe e lumtur të ushtroj këtë profesion, të arrij të depërtoj te skutat më të thella të njerëzve dhe që ata më besojnë mjaftueshëm, që së bashku të arrij t'i udhëheq drejt përgjigjeve të tyre dhe drejt një jete më të mirë për ta.

- Lorena Shele -

E së fundmi do të inkurajoja secilin prej jush, thjesht të gjeni Supremin tuaj të brendshëm, zërin e brendshëm dhe ta dini se është gjithnjë aty për t'ju udhëzuar, drejt një jete më në harmoni me qenien tuaj.

Supremin e gjeni në hipnozë, por edhe në qetësi, në buzëqeshjen e një fëmije, në rrezet e diellit dhe në brendësi të zemrës suaj.

**Aurora Shele DeAngelis**

*Hipnoterapiste Honolulu, tetor 2022*

## Hyrje

E keni parasysh ndjesinë e gjithëkuptimit që ndodh brenda jush. Atë ndjesinë që ti je i ndërgjegjshëm çfarë po ndodh, si do shkojnë gjërat dhe cila është zgjidhja e duhur, por sërish ndihesh çuditshëm, sepse mendon që është e pamundur të kesh vetëkontroll mbi çdo gjë e mbi të gjitha mbi veten. E po, mirë se erdhët në botën e Supremit!

Bota e Supremit është një botë me të cilën jam njohur për vite e vite me radhë, por jam ndërgjegjësuar dhe njësuar me të vetëm vitet e fundit. Është një botë e cila gjendet thellë brenda nesh me të cilën identifikohem unë por mund të identifikohet dhe secili prej jush, mjafton të arrish të viresh në kontakt me të. Kontakt i cili të bën më të ndërgjegjshëm për jetën, njerëzit, zhvillimin tënd së brendshmi e së jashtmi dhe për atë që ne jemi.

Supremi u shfaq tek unë me një emër dhe imazh në momentin kur unë fillova të jem më e hapur ndaj spiritualitetit dhe botës përtej asaj që shohim. U shfaq atëherë kur unë vendosa të kem seancën time të parë të hipnozës dhe pranova brenda meje që unë nuk jam thjesht një njeri intuitiv, siç e kisha quajtur veten deri në ato momente, por kishte dhe më tepër shpjegime dhe dritare të hapura të cilat jepnin përgjigje, por të bënin dhe më të ndërgjegjshëm ndaj vetes. E atëherë mund të them që ajo çka jemi nuk ka të bëjë vetëm me atë çka ne japim dhe sillemi në situata të caktuara, por kryesisht ka të bëjë me nënvetëdijen tonë, e cila është një nga instrumentet më të fuqishëm që kemi.

Në këtë libër do të njihemi me shumë koncepte, si: hipnoza, nënvetëdija, besimet dhe manifestimi, por në formën më praktike të mundshme siç unë i kam jetuar gjatë 10 viteve që kam bërë hipnozë me motrën time dhe kam ndarë çdo element të rëndësishëm ose jo të jetës sime për të vetmen arsye: zhvillimin tim dhe ndryshimin që doja të ndodhte me mua për të qenë gjithnjë një version më i mirë i vetes sime. Secili prej nesh ka një botë të tërë përpara nesh e nuk arrijmë dot të marrim aq shumë prej saj, pikërisht se jemi të shkëputur nga vetja. Jemi të shkëputur nga brendësia jonë dhe vlerat që kemi së brendshmi e përpiqemi t'i ndërtojmë ato së jashtmi.

Është shumë e rëndësishme të krijojmë një lidhje mes përditshmërisë sonë dhe nënvetëdijes, për të



zhvilluar një jetë, e cila vjen në funksion të misionit që kemi, por edhe zhvillimit personal. Shpesh ndodh që t'i komplikojmë gjërat dhe të futemi në disa rrethe nga të cilat nuk dalim dot dhe kjo ndodh sepse e kemi të vështirë të dëgjojmë veten, të dëgjojmë trupin, zemrën dhe atë çka ndiejmë, të cilat ofrojnë për ne atë rrugë apo zgjidhje që është më e mira për t'u ndjekur.

Në botën e Supremimit gjërat janë aq të thjeshta, sa qartësisht ne bëjmë ato çka jemi, e shfaqemi ashtu siç jemi. Është një botë pa kompromise të kota, por me rregulla të një loje perfekte. Hipnoza ka qenë mjeti i cili më afroi mua me këtë botë të re të zhvillimit personal, por dhe më bën të reflektoj se sa fuqi kemi brenda vetes. Fuqinë për të qenë ne protagonistët e jetës sonë, për të ndërtuar dhe vepruar sipas dëshirave dhe mundësive tona e duke mos i lënë ato në duar të njerëzve të tjerë.

Është interesante se si hipnoza të tregon një rrugë në të cilën ti mëson që njerëzit me të cilët ti hasesh në jetën tënde, por dhe ata që janë familja jote apo miqtë e tu, janë njerëz me të cilët shpirtat tuaj kanë nënshkruar kontrata paraprake. Kontrata që na ofrojnë aq shumë e na ndihmojnë po aq shumë. Asnjë njeri në jetën tënde s'është i rastësishëm, ti je dakordësuar me të që ta kishe në këtë jetë dhe ai të të kishte në jetën e tij për të vetmen arsye, mësimet që do të merrni së bashku.

Secili prej nesh ka misionin e tij jetësor, i cili jo detyrimisht është një mision madhor, jetëndryshues për botën, por mund të jetë ndryshues për ty.

Mision quhet çdo ndryshim që ndodh fillimisht brenda nesh dhe na ndryshon duke sjellë një version më të mirë të vetes sonë. Prandaj është e rëndësishme të njohim veten tonë, të lidhemi me të dhe të jemi më të hapur ndaj ndryshimeve të reja.

Supremi gjendet në secilin prej jush, jo me këtë emër, formë e përmbajtje, por patjetër ai/ajo/ata/ ato janë aty gati për t'ju dhënë të gjitha njohuritë e duhura. Njohuri që do t'ju shërbejnë të jeni gjithnjë një version edhe më i mirë i vetes suaj.

Hipnoza pa dyshim është një ndër mjetet, e cila na çon gjithnjë e më pranë vetvetes dhe nënvetëdijes sonë. Ajo përcjell ndjesitë dhe mendimet më të thella arrin t'i sjellë në sipërfaqe. Të bën të pasqyrosh veten pa dilemat e momentit apo problematikat jetësore, jep përgjigje mbi jetën tënde dhe vijueshmërinë e saj, duke përmirësuar vetveten. Hipnoza të çon në skuta të shpirtit tënd të paeksploruara më parë, duke të ballafaquar me veten në një dimension tjetër në të cilin koha nuk ekziston, as turpi, faji etj., por ekzistojnë mësimet që të dërgojnë në një stad të ri çdo herë.

Supremi më mësoi ta shihja ekzistencën në disa plane, ku secili prej tyre do të më jepte energji pozitive dhe zgjidhje, çdo herë që do ta kërkoja.

Kontakti me nënvetëdijen më mësoi të njihja shpirtin, të shikoja zhvillimin e tij shumëdimensional, të njihesha me energjinë, të mësoja të mbroja veten nga energjia negative e toksike përreth, të besoja te rimishërimi, të besoja te dijet e pafundme që do të kisha, por që gjithë këto vite s'kisha mundur t'i qasja. Supremi, përmes një ndër hipnozave të zhvilluara nga unë, më prezantoi me hapat në të cilët shpirti kalonte nga mësimet që kishte marrë, nga një jetë në tjetrën. Fotografia e paraqitur tregoi një renditje zhvillimi të shpirtit sipas Supremit, ku nënvetëdija qëndron në shtresën e dytë mes energjisë tokësore dhe engjëjve.



Piramida për të cilën foli Supremi kishte të bënte me zhvillimin e shpirtit dhe mësimet për të cilat folëm. Duke filluar nga baza ku kemi një renditje zhvillimi sipas vibracioneve dhe energjisë nga më e ulëta te më e larta që janë njerëzit. Sa më shumë zhvillohemi aq më lart ngjitemi në piramidë e sa më shumë gabime të ndërgegjeshme bëjmë aq më pak zhvillohemi dhe niveli ynë i energjisë zbret poshtë.

Mbi ne qëndron nënvetëdija jonë që ka të gjitha mësimet dhe dijet e nevojshme për të na ndihmuar në progresin tonë. Është brendësia e shpirtit tonë e cila përcjell të gjitha jetët e kaluara me mesazhe respektive përmes zërit të nënvetëdijes sonë. Shpirtrat zgjedhin të rimishërohen në vazhdimësi derisa shpirti i tyre të kalojë në një stad të ri.

Më tej kemi të bëjmë me engjëjt, të cilët janë mbrojtësit të cilët kanë shpirtrat që rimishërohen në tokë. Secili shpirt ka një ose më shumë engjëj mbrojtës të cilët janë pjesë e grupit të tyre të shpirtrave. Në kapitujt në vijim do të lexoni se kërkova me aq ngulm që njëri prej engjëjve të mi mbrojtës të shfaqej, sa ai u shfaq përmes pranisë së një njeriu, i cili më dha energji engjëllore në një moment të vështirë që unë kisha.

Pas stadi të engjëjve, të cilët jo gjithnjë rimishërohen, por janë gjithnjë në ndihmë të shpitrave të tjerë tokësorë, vijnë shpirtrat e vjetër. Shpirtrat e vjetër kanë kaluar në një stad edhe më të lartë, ata nuk zgjedhin më të rimishërohen, por vazhdojnë progresin e tyre drejt misionit final që është bashkimi me dritën përfundimtare, burimin e energjisë dhe Zotin.

## I

### **Hipnoza 1 - Përballë hipnozës, në një jetë larg të sotmes**

Ishte një ditë e freskët maji, kur vendosa të bëja një hipnozë e cila u pasua dhe me shumë të tjera. Ky proces sipas hipnoterapistes që njëkohësisht ishte dhe motra ime, do të më bënte të çlirohesh nga shumë dilema dhe problematika që kisha brenda vetes. Nuk ngurova të pranoja. Së pari, për besimin që kisha tek ajo dhe më lehtësoi këtë fazë të re të cilën po kaloja e së dyti, gjithnjë kam dashur të besoja që po të kisha një përgjigje për dilemat ekzistenciale, jeta do të bëhej më kuptimplotë. Më pëlqen misteri. E kur them më pëlqen, nënkuptoj çdo formë marrje informacioni, filma, dokumentarë, forume që flasin për konspiracionin dhe jetën përtej asaj që shohim. Kjo në syrin tim e bën jetën tonë më pak serioze, formale apo të mërzitshme.

Jam një njeri që kam gjithmonë pyetje, nuk e di nëse është një faktor që shton dilemat apo i zgjidh ato. Unë nuk di si ta quaj, por di që përballja ime me veten ka qenë gjithnjë e ashpër, me debate dhe me pikëpyetje të mëdha. S'di të them a i ndodh kujtdo, por di të them që nuk ka qenë e thjeshtë të shihja veten time brenda e jashtë. Të flisja me veten time së brendshmi e së jashtmi.

Që fëmijë isha unë dhe bota, bota dhe unë e të gjithë komponentët e tjerë që e lehtësonin ose jo ekzistencën time. Pyetjet më të mëdha që i bëja vetes dhe i bëj ende përplasen brenda të njëjtit mendim:

- Cili është vendi im në këtë botë?
- A ka një vend të dedikuar për mua, ose jo?
- Kam nevojë të zë vend.

Kam nevojë të zë vend. Ky është një mendim goditës, që më rrinte si çekan mbi çdo mendim tjetër e gjithashtu ndikon fuqishëm në mënyrën si ndihem e si shoh veten, botën time dhe të tjerëve. Shtimi i peshës u bë lufta ime e vazhdueshme. Zija vend, lëshoja vend, zija vend sërish. Shtoja peshë, hiqja peshë, shtoja peshë sërish. Afrohesha me të tjerët, e tërhiqesha, u shndërrova në një introverte me tipare ekstroverte sikur po luaja një lojë nga e cila dëmtohesha vetëm unë, por asnjëherë nuk hoqa

dorë. Nuk kam ndaluar kurrë së zbuluari veten që njëkohësisht kuptova më vonë ishte dhe bota. E bota isha po unë në përpjekje për ta jetuar, zbuluar, zbuloja veten, shtresat e saj herë shpejt e herë ngadalë, jo gjithmonë bindshëm, por pa ndaluar.

Kur bëra hipnozën time të parë dukej sikur po hapja krahët drejt çmendurisë sime të zakonshme për mua. E identifikuar tërësisht me kreativitetin, mënyra se si i shihja gjërat rreth meje kurrë s'ka qenë normale. Nëse shihja një pemë, ajo merrte pamje frymori, kafshe, shpendi, njeriu; jetonte si unë. Nëse shihja diellin ose qiellin, ato shkriheshin në sy, flokë, kujtime. Ndieja praninë time pa qenë gjithmonë në sipërfaqe, por duke parë gjithnjë thellë e më thellë botës sime reale, por edhe ëndërrimtare.

Fillimisht pyeta ç'do të ndodhte gjatë procesit të hipnozës, nuk më pëlqen të mos kem kontroll. Në fakt ndodh krejt e kundërta, dua të kontrolloj imtësisht çdo lëvizje dhe ndjesi, në rastin tim tërësisht paradoksal është zemra që zgjedh dhe mendja që vrapon drejt saj për t'i dhënë të drejtë ndjesive të mia. Kontrolli në vetvete është racional dhe unë s'kam asgjë racionale.

“Le të bëjmë pyetjet fillimisht, - më tha motra. - Cili është qëllimi që do të bësh këtë hipnozë e më pas do të vijojmë me pjesën tjetër?”



Kisha shumë arsye e njëkohësisht nuk po dija të artikuloja asnjë. Zgjedha që rrjedha të ishte fitimtare në këtë rast, pa pyetje por duke i lënë vend më tepër përjetimit. Ajo çka do të më shfaqej do të ishte dhe hipnoza e parë për mua. E lashë veten të lirë drejt një përvoje të re, e cila do të më çonte në një dimension larg asaj që njihja.

Zëri i hipnoterapistes erdhi lehtë tek unë si të më shtynte drejt një bote më të madhe se ç'mund të shohim, prekim, pasqyrojmë.

“Kjo është ajo pjesë e mendjes me të cilën ne do të punojmë sot. Kjo është ajo pjesë që mbart kujtimet, Memoriet”, tha ajo dhe trupi im i shtrirë në krevat u lëshua sikurse dhe mendja ime, të cilat ecin paralelisht në ato momente si asnjëherë më parë.

Si një njeri që mendon me zemër nuk kam pasur kurrë probleme me shfaqjen e ndjenjave, por ndodhte që ajo që shprehja jo gjithmonë të përqafohej nga të tjerët, e kjo solli më pas ndrojtjen, refuzimin e shumë më vonë dhe ankthin. Duke ia lënë në dorë të tjerëve qëndrueshmërinë time shpirtërore, u shndërrova në një njeri të ri, të përshtatur me një botë të re, jo si ajo që unë njihja dhe ndieja. Gjithsesi, unë gjithnjë kam qenë e vendosur të zhvilloja veten dhe në periudhat e mia më të errëta.

“Imagjino një lule, një mace dhe një qen”, vazhdoi hipnoterapistja.

Fare e lehtë. Lulet ndriçonin në një fushë krejtësisht të gjelbër, lulëkuqe të tëra që krijonin një tapet të pashkelur. Qielli i kaltër, aroma e një dite të ngrohtë, një rrugicë që të çonte në një fshat me shtëpi njëkatëshe të vogla, ndërtuar me gurë. Me sytë mbyllur ndieja si trupi filloi të më pluskonte në ajër, ndieja një shkëputje dhe një rrotullim brenda një trekëndëshi, i cili herë zmadhohej, herë zvogëlohej, derisa u pasqyrova duke ecur brenda një rruge që po më çonte në fshat. Flokë gështenjë të hapur, me një fustan të thjeshtë jeshil, me një përparëse të bardhë me pika, në duar mbaja një enë bakri. Teksa kaloja nëpër rrugët e fshatit me kalldrëm, shihja një bar me një tabelë druri të vendosur në qendër të saj ku shkruhej emri i barit. Në krahun e majtë, një dritare e madhe me një lule vjollcë në parvaz. Hodha shikimin sepse e dija që brenda saj gjendej im atë. Një ndër tregtarët më të mëdhenj të zonës, por për mua një ndër njerëzit më diktatorialë të mundshëm. Pa dyshim që mirëqenia e krijuar kishte lehtësuar jetët tona, por mungesa e një jete të lirë dhe të pakufizuar e bënte atë më pak të lumtur.

- Çfarë është ajo që shikon? Kush je ti? Si paraqitesh në këtë moment?

- Unë jam një vajzë, nuk jam më shumë se 20 vjeçe. Jetoj në një shtëpi dykatëshe me familjen time. Im atë është një njeri tepër autoritar, kam motra dhe vëllezër e kujdesem gjithnjë për ta. Kënaqem teksa shoh se si ata luajnë në oborrin e shtëpisë dhe janë aq të gëzuar. Unë jam fëmija i madh i familjes.

“Shko në momentin më të rëndësishëm të kësaj jete”, tha hipnoterapistja.

Automatikisht mendja kaloi kufijtë e kohës dhe u zhvendos në një pyll me lisa madhështorë, vetëm pak metra larg shtëpive, ku gjendesha mbështetur në një nga drurët e mëdhenj dhe përballë meje ishte njeriu që dashuroja. Flisnim rrëmujshëm njësoj si të gjendeshim të rrethuar e pa rrugëdalje.

“Çfarë po ndodh? Cili është ai njeri në këtë jetë?”, pyeti hipnoterapistja.

“Askush, - u shpreha me sytë që i mbaja ende mbyllur. - Nuk e njoh shpirtin e tij. Nuk e kam takuar ende në këtë jetë.”

“E çfarë po ndodh me ju?”, pyeti ajo sërish.

“Babai im nuk do që të martohem me të, sepse ai është një këpucar i thjeshtë dhe rangjet tona shoqërore nuk përputhen. Babai im pi vazhdimisht dhe nuk më

jep as mundësinë të flas dhe t'i shpjegoj se kjo është jeta që unë dua të kem.”

Ndërkohë kisha mbledhur vetullat dhe fillova të kem një shtrëngim në kraharor, ndihesha e papushtetshme. Nuk kisha kontroll mbi jetën time.

Hipnoterapistja më vuri dorën në sup dhe më tha të merrja frymë lehtë, të qetësohesha sepse do të isha në gjendje të dilja nga kjo gjendje në çdo moment që doja. Mora frymë thellë e ndërkohë që qetësohesha ndjeva se si trupi u shkëput nga ky imazh që kisha dhe u ngjita lart. Mbi tokën, mbi qiellin drejt një hapësire të pafund, si mbi re. Një siluetë totalisht e bardhë me tiparet e një plaku të moçëm më doli përpara. Me mjekër të bardhë, me një kapelë bejsbolli të kthyer mbrapsht, tërësisht *rock & roll*. E bardha e tij ishte e shndritshme si gjithçka përreth.

Kur fillova të dëgjoja fillimisht rreth hipnozës si funksionon dhe për çfarë shërbente ajo, ndjeva njëfarë dyshimi. Se si shpirti im mund të ishte i aftë të mbante gjurmë e kujtime qindravjeçare. Se si mund të futesha aq thellë në memorien time e të nxirrja prej saj, ditë pas dite, episode si të një seriali. E gjitha kjo ngjante aq surreale. Gjithsesi, e thënë në një formë apo një tjetër, çdo mësim i nxjerrë nga çdo hipnozë

e bërë, pa dyshim që paraqiti atë pjesë të asaj që unë kisha brenda vetes. Të ndrydhur ndër shekujt, vite apo muaj, kjo nuk kishte rëndësi. Unë i drejtova sytë nga vetja pa i drejtuar tek të tjerët, unë zgjedha të punoja mbi personin që doja të isha pa akuzuar motin, jetën, fatin, njerëzit e mirë e më pak të mirë që kishin ndërhyrë të më “shndërronin” në njeriun që isha në ato momente. Zgjedha të kisha fuqinë në dorën time, me të gjitha letrat në tavolinë e t’i shikoja ato pa frikë, pa u fshehur dhe justifikuar. Në ngjitjen time të parë në hapësirat e pafund të universit tim shpirtëror dhe përballja me veten time, por në formën më të lartë të mundshme, i dha dritën e duhur asaj që po kërkoja. Shpirti im kishte marrë imazhin e një burri të moçëm, por njëkohësisht dhe modern, i cili paraqiste sa urtësi aq dhe gëzim.

“Çfarë sheh?” - më pyeti motra duke ndjerë një lloj hezitimi nga unë.

Në atë momente pa e kuptuar dhe vetë njeriu përballë meje foli. Me një ton të plotë, të qartë, të sigurtë, ndryshe nga zëri im i ndrojtur, shpeshherë i lartë e shpeshherë i ulur.

“Hiiii. Jam këtu për të folur me ty, - tha zëri. - Jam nënvetëdija jote, ndjenja më e lartë e qenies tënde. Kur ti flet, unë jam ai që përcjell emocionet, diturinë,