



Allison DuBois

# PARLAMI

Cosa ti sussurrano dall'aldilà

La donna che ha ispirato la serie TV

**MEDIUM**

EDIZIONI IL PUNTO D'INCONTRO

## 2

# CUORI E ANIME

Joe è l'amore della mia vita e il padre delle nostre tre bellissime figlie. Quando i produttori di *Medium* pensarono alla possibilità di farlo morire in un episodio, provai una fitta al cuore. La cosa mi ispirò a scrivere questo capitolo e a dedicarlo a tutti coloro che hanno perduto troppo presto la persona amata. Se avete la fortuna di avere nella vostra vita qualcuno che vi fa sentire più vivi di quanto avreste mai creduto, non date mai la sua presenza per scontata, perché il domani non ci dà nessuna garanzia. Spero che questo capitolo vi spinga a fare qualcosa di bello per la persona che amate. Spesso, pensare a una possibile perdita ha degli effetti molto positivi.

## Paul e Janeta

Durante un tour in Australia feci una lettura a una giovane donna di nome Janeta. Aveva vissuto un enorme dolore, come pochi sperimentano. Ma non era prostrata né risentita, e cercava di rimanere positiva mentre ricostruiva la sua vita. Quando avvenne la perdita che avrebbe cambiato la sua esistenza, Janeta era incinta. La persona che aveva perso era il marito.

Non riesco nemmeno a immaginare lo stato d'animo con cui avrebbe parlato a suo figlio di quanto era meraviglioso suo padre e di che cos'è un aneurisma, il male che glielo aveva tolto. Quando incontro persone come Janeta, sento una profonda gratitudine per poterle aiutare ad attraversare un momento così buio e a ritornare alla luce della vita. Ecco il racconto di Janeta della nostra lettura.

## Storia di Janeta

Nel 2004 incontrai l'anima gemella, l'uomo dei miei sogni e l'amore della mia vita, e mi innamorai perdutamente. Ogni giorno ringraziavo Dio per quell'amore. Mi sentivo davvero fortunata per avere incontrato quella persona e per il nostro matrimonio. Paul e io eravamo inseparabili, facevamo tutto assieme. La mia famiglia lo adorava perché era un uomo dal cuore grandissimo. Era bello, atletico, grande lavoratore e molto umile. Volevamo trascorrere una lunga vita assieme e invecchiare assieme. Non riuscivo a immaginarmi senza di lui. Era la mia vita, l'aria che respiravo, tutto il mio mondo.

Nel 2009 rimasi incinta. Eravamo all'apice della felicità e ci sentivamo in cima al mondo. Mio marito mi ripeteva continuamente: "Abbiamo tutta una vita davanti a noi".

Quand'ero al quinto mese di gravidanza, Paul morì improvvisamente per un aneurisma. In quel momento ero a casa, e non avere potuto essere con lui raddoppiò il mio dolore.

Dopo la sua morte, mia sorella mi diede un libro di Allison DuBois, *Non dire mai addio*, che mi avvinse sin dalla prima pagina. Da quel momento decisi di scoprire tutto sulla vita nell'aldilà.

Andai sul sito di Allison e mandai una mail al suo manager per sapere se aveva in programma di venire in Australia.

Lessi con gioia la risposta quasi immediata: Allison sarebbe venuta in Australia l'anno seguente.

Nel dicembre del 2010 andai con mia sorella a uno dei suoi incontri. Quella sera diluviava, eravamo rimaste bloccate nel caos del traffico e quando arrivammo trovammo posto solo nelle ultime file. Considerando i nostri posti in fondo e la sala piena di gente, dissi a mia sorella: "Non c'è nessuna possibilità che scelga me".

Quando Allison entrò, eravamo tutti eccitati. Lo ero anch'io, perché quella donna mi aveva aiutato moltissimo e finalmente potevo vederla e gioire della sua presenza per un paio d'ore. Alcune letture vennero fatte a persone sedute al loro posto, e altre vennero invitate a salire sul palco. Ebbi la fortuna di essere una di queste.

La prima cosa che feci fu ringraziarla per i suoi libri che mi avevano aiutata a vedere la "morte" in un modo completamente diverso. Attraverso i suoi libri, Allison mi aveva insegnato che l'anima, o lo spirito, di mio marito continuava a esistere dopo la morte e che ci saremmo incontrati di nuovo al momento della mia morte. Devo anche ammettere che stare sul palco era abbastanza inquietante: davanti a me avevo un mare di persone.

Invece, Allison era assolutamente serafica e mi mise a mio agio, ma la cosa più bella fu che Paul manifestò la sua presenza immediatamente. La prima cosa che disse fu: "Mi spiace tanto".

Capii che mi stava dicendo che gli spiaceva tanto avere lasciato me e il suo futuro figlio. Poi mi assicurò del suo amore e parlò di una catenella con un medaglione che avevo comprato dopo la sua morte per metterci dentro una sua foto. Allison la descrisse con tale precisione che non ebbi più dubbi sulla reale presenza di mio marito.

In sala parto avevo già avvertito la sua presenza e avevo

sentito che mi diceva qualcosa, ma ero sotto sedativi e così avevo pensato che fosse soltanto la mia immaginazione. Durante la lettura, Allison confermò che Paul era stato presente al momento del parto e che non era stata solo la mia immaginazione. Era tutto vero. Paul era presente alla nascita del figlio che desiderava tanto e al bellissimo e terribile momento della nascita di un figlio che non avrebbe mai conosciuto suo padre.

La lettura di Allison mi provò che mio marito continuava a far parte della mia vita. Mi disse che dava ogni sera a nostro figlio il bacio della buona notte. Mi disse anche che mi rimboccava le coperte e che a volte si infilava nel nostro letto, e quindi mi pregava di “stare dalla mia parte”.

Allison parlò anche del palloncino che mio figlio aveva liberato nel cielo per mandarlo a suo padre nel primo anniversario della sua morte. Disse anche che Paul aveva ricevuto il messaggio che avevamo messo dentro il palloncino. Era stupefacente, perché non ne avevo mai parlato a nessuno. Disse anche che mio marito era lì quando avevamo fatto le foto a nostro figlio il giorno di Natale. Era stato solo tre giorni prima e quella volta avevo sentito realmente la sua presenza.

Disse anche che Paul era davvero addolorato che non avessimo potuto avere la famiglia che sognavamo e aggiunse che un giorno avrei avuto anche una bambina. Quella notizia mi sconcertò, perché non pensavo assolutamente che avrei avuto un altro rapporto, ma Allison confermò che mio marito aveva detto così.

Come ho già detto, provavo un senso di colpa per averlo lasciato morire da solo. Allison mi disse che non era morto di colpo, ma che aveva perso conoscenza e se n'era andato serenamente. Sapere che non aveva sofferto fu un grande sollievo. Avevo sempre pensato che se fossi stata con lui avrei potuto salvarlo e che avremmo potuto continuare la

nostra vita assieme. Ma Allison mi confermò che era venuto il suo momento e che se ne sarebbe andato comunque, anche se io fossi stata con lui. Penso che fu questo a farmi accettare che non si può sfuggire alla morte. Quando arriva il nostro momento non c'è niente da fare.

Durante quella lettura Allison mi disse molte altre cose, ma ero così commossa che scrissi solo le cose più importanti. Allison è una persona meravigliosa e con un grande dono. Mi ha ridato la speranza che mio marito e io siamo sempre in contatto e un giorno ci riuniremo, e la ringrazio per quello che ha fatto per me nel periodo più difficile della mia vita.

## 6

# IL LATO “DIVERTENTE” DELLE LETTURE

Le letture danno molto a chi le fa e a chi le riceve. A volte possono essere dolorose, ma anche divertenti. Sì, ho detto proprio *divertenti*. Perciò dedico questo capitolo al loro lato più bello.

Stavo facendo una lettura telefonica per una donna che voleva ricevere dei messaggi dai figli che erano già dall'altra parte. Scrivevo i messaggi che ricevevo e glieli leggevo riga per riga. Avevo iniziato a riferirle quello che mi stava dicendo sua figlia, quando scoppiò a ridere e disse: “Oh, so benissimo in che guaio l'ho cacciata. Io so *tutto*”.

Non capivo e le chiesi: “Mi scusi?”.

“Allison, appena le ho detto che oggi lei mi avrebbe fatto una lettura, è entrata in panico e ha confessato tutte le cose brutte che ha fatto. Aveva paura di essere smascherata da lei e di farmi arrabbiare!”.

Scoppiammo entrambe a ridere di cuore e dovetti ricentrarmi per continuare la lettura. Fui davvero felice di essere servita come “macchina della verità” tra lei e sua figlia. Davvero magnifico!

## Becky

Ho fatto davvero tante letture e ho sentito di tutto, più di quanto possiate immaginare. Tra quelle che mi hanno colpito in modo particolare ci fu la lettura per Katherine, che voleva entrare in contatto con la sua migliore amica, Becky, morta di cancro.

La lettura procedeva benissimo e Katherine era molto dolce. Poi mi disse che Becky era venuta a un mio incontro a Tucson un paio di anni prima. Le persone che hanno un biglietto VIP ricevono un pass come quello che consente di accedere al backstage dei concerti rock. Katherine mi disse che, quando le sue condizioni peggiorarono e venne ricoverata in ospedale, Becky aveva tenuto in mano il pass con la mia foto fino all'ultimo momento.

Quella notizia mi scosse nel profondo. Sapere che ero stata di conforto a una persona morente in quel piccolo modo mi fece sentire profondamente umile. Mi dispiacque non avere potuto fare di più per lei.

A volte non ci rendiamo conto di come possiamo influire sugli altri, nel bene e nel male. Quindi, fate tutto il possibile per portare serenità ed energia positiva nelle vite degli altri, anche aprire semplicemente la porta a un'anziana signora. Ci sono tante persone sole che hanno bisogno di contatto umano, e perché non dovrebbero riceverlo? Non sappiamo se una persona che incrociamo per strada sta vivendo il suo ultimo giorno o se rivedremo un amico che abbiamo appena salutato.

Una volta ero in un negozio e vidi un'anziana signora prendere da uno scaffale un pacchetto di biglietti d'auguri. Il pacchetto le cadde di mano e si piegò a fatica per cercare di raccogliergli. Di tutte le persone che le passarono accanto, nessuna si fermò per aiutarla. Com'è possibile? Mi avvicinai e raccolsi il pacchetto, e il suo viso si illuminò di gratitudine. Il



calore del suo sorriso mi riempì il cuore. Ecco come possiamo trasformare un piccolo incidente in un grande momento. La vita ci riempie di un mucchio di impegni, così tanti che a volte camminiamo con i paraocchi, ma sta a noi ricordarci la bellezza di accorgerci degli altri.

## Vivere senza rimorsi

Molte persone si sentono in colpa per non avere passato più tempo con un loro caro con una malattia terminale. Spesso facciamo quello che possiamo, nella necessità di dividerci tra l'assistenza al malato, la casa, la famiglia e tutti gli altri impegni. È senza dubbio un grosso stress.

Ho fatto una lettura per una donna in gamba, Ame, che aveva appunto un senso di colpa per non avere fatto di più. Ecco la sua descrizione della lettura, in cui condivide l'amore profondo per il marito. Forse alcuni di voi hanno vissuto la sua stessa situazione. Chi ha avuto la fortuna di non conoscere questo dramma, ricordi di non dare mai niente per scontato, perché spesso la vita ci tira delle palle difficili e la cosa migliore è vivere senza rimpianti.

## Storia di Ame

Capii subito che Allison era entrata in contatto con Al, perché si mise a ridere. Mancavano due giorni al mio compleanno, e Allison disse che Al era in ginocchio e mi offriva un mazzo di fiori. Disse che cercava di essere romantico, ma la cosa la faceva sorridere perché sembrava che non ci riuscisse tanto bene. Era vero, ma proprio questo rendeva la vita con lui così interessante.

Mio marito era morto nel 2007 per un cancro al rene, otto mesi dopo che gli era stato diagnosticato. Aveva quarantadue anni. Il cancro era molto aggressivo e i medici non erano riusciti a rallentarne il decorso, nonostante innumerevoli tentativi. Ero io che mi prendevo cura di lui, ma dovevo anche lavorare per mantenere entrambi. Mi sentivo in colpa perché non potevo dedicargli tutto il mio tempo.

Dopo la sua morte volevo soltanto sapere che stava bene e che era sempre con noi. Avevo già ricevuto dei segni: luci che si accendevano e si spegnevano, porte che si aprivano e si chiudevano, i cani che abbaiano senza apparente motivo. Alcune volte mi era sembrato che mi parlasse. Ma non sapevo se erano segni di Al o se stavo diventando matta.

Poi arrivò l'occasione di ricevere una lettura da Allison ed ero sicura che Al sarebbe venuto. In linea di massima Al non credeva a queste cose, ma un giorno aveva sentito Allison parlare alla radio e si era convinto delle sue capacità. Il giorno fissato per la lettura ero su di giri, mi sentivo come se stessi andando a un appuntamento.

La prima cosa che disse Al fu che ero la sua "Florence Nightingale" e che l'avevo curato in modo splendido. Mi espresse la sua gratitudine e mi tranquillizzò dicendo che non aveva più dolore. Allison descrisse la sua morte esattamente come era avvenuta: nel sonno, dopo molti giorni di incoscienza.

Durante la lettura, Allison parlò di molti aspetti della nostra vita assieme, con particolari stupefacenti. Ma non fu questo che mi catturò, quanto il fatto che era proprio Al, con la sua personalità, il suo senso dello humour e il suo amore per la vita. Non erano solo particolari precisi, ma era proprio lui, mio marito! Al era davvero lì con noi.

Mi disse che dovevo prendere lezioni di danza. Era qualcosa che avrei sempre voluto, ma non ne avevo mai avuto la possibilità. Disse che lo voleva con tutte le sue forze. Poi

disse ridendo ad Allison che lui conosceva dei movimenti, ma che non piacevano alle signore. Scoppiammo tutti a ridere e potevo immaginare l'espressione buffa con cui l'aveva detto a Allison.

Al termine della lettura, Allison mi disse che mi lasciava Al tutto per me.

Quella sera, mentre guardavo la TV, sentii qualcuno che mi accarezzava una gamba. Capii immediatamente che era Al.

Da quel giorno mi sono sentita molto più leggera. Il senso di colpa se n'era andato perché mi aveva detto che mi ero presa cura di lui nel migliore dei modi e che lo apprezzava molto. Non mi stupì sentire Allison che diceva che Al era in un posto pieno di energia positiva e che aveva un'anima molto forte. Al aveva vissuto intensamente, prendendosi profondamente cura delle persone che amava. Perciò non mi sorprese che dopo la morte conservasse la stessa energia.

Sono grata a Allison per avermi offerto l'opportunità di parlare con mio marito. Mi manca moltissimo, ma ora so che sta bene e che è sempre con me.

## BAMBINI CHE HANNO IL DONO

**M**i chiedono spesso dei bambini con lo stesso mio dono, anche se qualcuno non lo considera un dono e qualche bambino potrebbe essere d'accordo. Permettetemi di dissentire e di spiegarvi come questo dono è profondamente influenzato dalla nostra personalità e dall'ambiente.

Joe e io abbiamo tre figlie che hanno ricevuto un'educazione molto aperta, con una grande attenzione alle individualità e con la certezza che la bellezza è nell'occhio di chi guarda. Ognuno ha un suo modo di vedere gli altri e, se rispettiamo le nostre differenze e accettiamo di essere diversi, tutto procede in armonia.

Io ero una bambina che parlava con le anime che rimangono dopo la morte del corpo. Mi piacevano e mi facevano sentire protetta. Credetemi, mi proteggevano davvero. Erano gli anni Settanta e Ottanta, ero una mini-medium e le cose erano molto diverse da ora. Non era una cosa ben vista che i bambini parlassero con gli spiriti e io non facevo eccezione. Ora ho tre figlie che hanno il mio stesso dono, ma hanno avuto me come maestra. Mi sono accorta del loro dono sin da quando avevano due anni, e crescendo le ho aiutate a rafforzarlo e a perfezionarlo. Glielo presentavo come un gioco, perché vole-

vo che lo vivessero come un divertimento. Erano tutte molto competitive e alle mie “lezioni” ottenevano risultati magnifici.

Crescendo, il loro vocabolario si è arricchito e hanno accumulato sempre più esperienze di vita, e questo ha ampliato le possibilità dei defunti di comunicare attraverso di loro e attraverso sempre nuove esperienze di vita. Per esempio, se un bambino non ha mai sentito la parola “Canada”, avrà difficoltà a comunicare il nome di questo paese importante per il defunto quando si forma nella sua mente. Allo stesso modo, un bambino può comunicare l’immagine di una “macchina rossa”, ma non di una “Corvette rossa”, perché non conosce ancora questa parola. Poi, crescendo, le capacità dei bambini aumentano perché un numero sempre più ampio di esperienze di vita li mette in contatto con una gamma di defunti sempre più grande.

## Giovani medium

Nelle pagine che seguono, le mie figlie danno dei consigli, con parole loro, ad altri bambini che hanno lo speciale dono di andare mano nella mano con i defunti. A molte persone a cui ho fatto delle letture ho dato la possibilità di condividere le loro storie perché alcuni lettori possano riconoscere la loro stessa situazione, e così ho pensato che anche le mie figlie potessero condividere le loro esperienze con altri bambini simili a loro. Nel mio libro *Non dire mai addio* parlo di alcune mie esperienze da bambina, e ora leggerete quella della generazione successiva.

È stato bellissimo parlare con le mie figlie dei consigli da dare ad altri bambini che hanno il loro stesso dono. Sono in una posizione privilegiata per farlo, perché come genitori hanno Joe e me.

## Aurora, 16 anni

Aurora, la nostra primogenita, è una capobranco. Si occupa di trovare le notizie per la televisione del suo liceo, è brillante e ambiziosa, e siamo molto orgogliosi di lei. Stiamo iniziando ad abituarci al suo modo di guidare. L'anno prossimo andrà all'università e cerchiamo di goderci tutti i momenti con lei finché abita ancora con noi. Aurora è sensazionale e ironica, e super-intelligente come Joe. Joe e io non sappiamo da chi abbia preso la sua ironia e guerreggiamo per attribuircene il merito.

“Fare pratica con la mia amica Amanda Campbell mi aiuta a rafforzare e migliorare le mie capacità, perché se non praticate l'intuizione si affloscia. Non avete bisogno di una tavoletta ouija per collegarvi con l'altra parte, ma solo di carta e penna per scrivere i messaggi che vi arrivano. A volte è così facile, o almeno così pare, che sembra che si sia tirato a indovinare”.

## Fallon, 13 anni

Fallon va alle medie e ha una voce bellissima. Per il suo compleanno ha chiesto una chitarra elettrica per accompagnare la sua voce. Le piace preparare i dolci come a mia nonna Jenee, ed è davvero brava! È un genio dell'elettronica e le piacciono i film e la TV. Non è una di quelle ragazzine tutte rosa confetto, ma se la cava bene con i maschi della sua età come qualunque altra ragazza. È molto affettuosa ed è un piacere averla attorno. È una ragazzina deliziosa.

“Cercate un posto tranquillo e scrivete il nome della persona defunta con cui volete collegarvi. Se nella vostra mente si forma un nome, un'immagine o una canzone, scriveteli per

non dimenticarvene. In questo modo avrete il tempo di capire che cosa vogliono dirvi.

“Se di notte c’è molta attività attorno a me, mi avvolgo dentro una morbida coperta e mi sento al sicuro.

“Ricordo che, a lezione di arte, dovevamo fare un animale di carta. Non mi veniva in mente niente, finché di colpo mi arrivò l’immagine di un castoro. Si stava avvicinando Natale e lo regalai a un’amica di mia mamma, Laurie Campbell. Laurie scoppiò a piangere e disse che, mentre stava morendo, suo padre aveva le allucinazioni e continuava a dire di vedere un castoro sulla riva di un lago, e quell’immagine lo calmava. Mi disse che il mio regalo l’aveva resa felice, perché era come se suo papà le dicesse che stava bene. Qualcosa mi aveva spinto a regalarlo a Laurie, ma adesso so che a dirmi di farlo era stato suo papà. Grande!”.

## Sophia, 11 anni

Sophia è la nostra figlia più piccola. È la cocca di casa, e questa parte le piace molto. È anche lei una trascinatrice, è molto attiva e un’atleta a tutto tondo. Le piace il basket, il flag football e qualunque sport vi venga in mente. È nata il 4 luglio ed è una perfetta, piccola americana. È sensibile, spiritosa e appassionatamente leale. Tutti le vogliono bene.

“Quando mi connetto con i membri della mia famiglia (spiriti), non ho paura perché mi vogliono bene. Quindi, forse è meglio che vi connettiate solo con persone vicine a voi e ai vostri genitori. Parlatene solo in famiglia, non con i compagni di classe, perché non è detto che capiscano, e questo può crearvi delle difficoltà. Se non capiscono nemmeno i vostri genitori, scrivete nel vostro diario tutte le cose che sentite e vedete. Aiuta a buttare fuori l’energia”.

## Istinto

Joe e io facciamo un gioco con le nostre figlie che consideriamo molto utile per insegnare a fidarsi dell'istinto. Si chiama "Loaded Questions" e si trova in tutti i negozi di giochi. Si fa a turno una domanda, gli altri giocatori rispondono, e chi ha fatto la domanda deve indovinare a quali giocatori corrispondono le risposte. Le ragazze capiscono che, ogni volta che cercano di riflettere senza affidarsi all'istinto, sbagliano. Quando invece pensano con la pancia, indovinano. Partita dopo partita, imparano a fidarsi sempre meglio del loro istinto.

Se riflettete, capirete che dobbiamo riprogrammarci per basarci su noi stessi e avere fiducia in noi stessi. Può darsi che qualcuno pensi che sia una cosa normale, ma la verità è che abbiamo imparato a dipendere da quello che pensano gli altri e non da quello che pensiamo noi. Qualcosa come "l'erba del vicino è sempre la più verde".

Dobbiamo imparare di nuovo a basarci su noi stessi, perché diventando adulti la mente si riempie di una molteplicità di opinioni e pensiamo sempre di più in modo critico. Analizzare eccessivamente e mettere sempre in dubbio noi stessi diventa una seconda natura della nostra personalità principale.