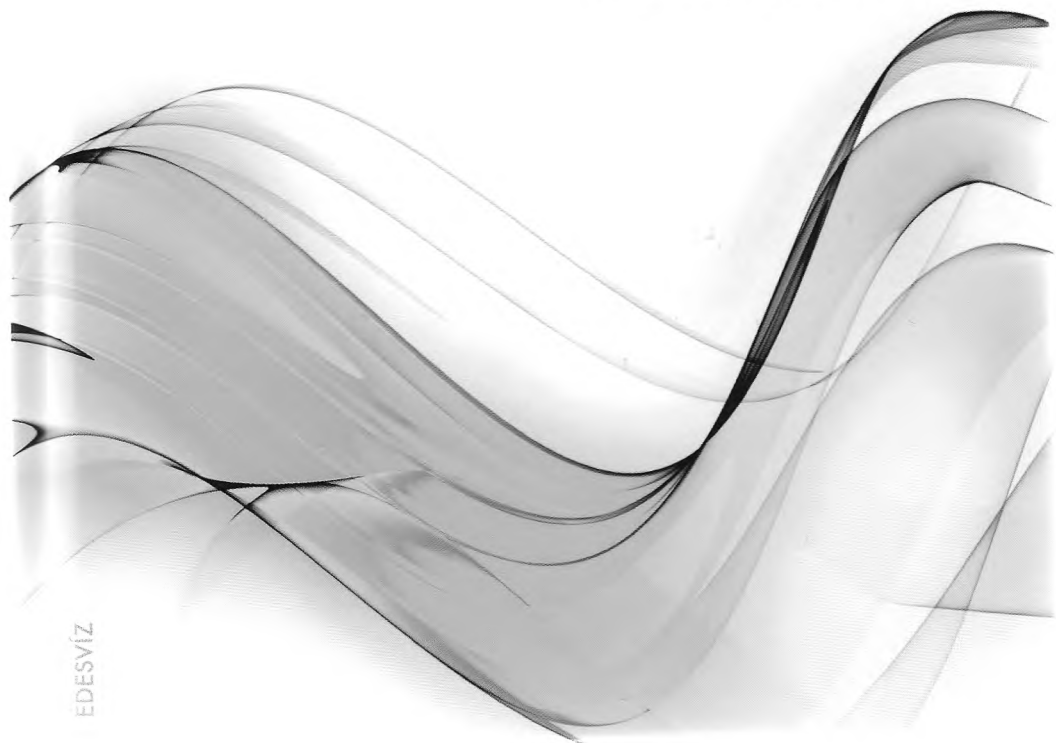




FRANK  
J. KINSLOW

# AZ AZONNALI GYÓGYULÁS

*titka*



Frank J. Kinslow

# AZ AZONNALI GYÚGYULÁS

*TITKA*



Édesvíz Kiadó  
Budapest

# TARTALOM

<i>Előszó</i> .....	9
<b>Első fejezet:</b> A kezdetek.....	11
<b>Második fejezet:</b> A titok feltárul.....	14
<b>Harmadik fejezet:</b> A tudat és a világegyetem.....	19
<b>Negyedik fejezet:</b> Az elme és a gondolatok .....	29
<b>Ötödik fejezet:</b> A gondolatok közti üres tér.....	35
<b>Hatodik fejezet:</b> Ki vagyok én?.....	40
<b>Hetedik fejezet:</b> A Kapunyító Technika .....	46
<b>Nyolcadik fejezet:</b> A Kvantumszinkronizáció.....	53
<b>Kilencedik fejezet:</b> Felkészülés a gyógyulásra .....	75
<b>Tizedik fejezet:</b> Érzések és Örömezzések.....	78
<b>Tizenegyedik fejezet:</b> A Kvantumszinkronizáció és a szándék.....	84
<b>Tizenkettedik fejezet:</b> Rátalálni a tiszta tudatra .....	87
<b>Tizenharmadik fejezet:</b> A háromlépcsős gyógyítás .....	99

8 AZ AZONNALI GYÓGYULÁS TITKA

<b>Tizennegyedik fejezet:</b> Teendők a kvantum- szinkronizációs kezelés után.....	107
<b>Tizenötödik fejezet:</b> Lélekgyógyítás.....	118
<b>Tizenhatodik fejezet:</b> Távgyógyítás Kvantum- szinkronizációval.....	127
<b>Tizenhetedik fejezet:</b> A meghosszabbított Kvantumszinkronizáció.....	138
<b>Tizennyolcadik fejezet:</b> Felhasználóbarát világbéke.....	147
<i>A szerzőről.....</i>	155
<i>Kvantumszinkronizációs szervezetek .....</i>	156

# ELŐSZÓ

Mi lenne, ha azt mondanám, hogy ha egy problémát tudatosítasz magadban, azzal már meg is oldottad?

„Hát persze — mondod erre —, tudatosítok magamban egy problémát, azután megteszem a szükséges lépéseket, hogy megoldjam. Mi olyan különleges ebben?”

Az élet lényegében így működik, nem igaz? De most nem erről beszélek. Mi lenne, ha pusztán azzal, hogy tudatosítasz magadban egy problémát, és nem is teszel semmilyen további erőfeszítést, a *tudat maga* elvégezné a feladatot? Ez már különleges lenne? Az bizony. És én pont erről beszélek. Ha a megfelelő módon tudatosítasz magadban egy reumás térdet, valamilyen emésztési zavart, fejfájást, dühöt vagy félelmet, rosszul működő kapcsolatot vagy egy állás elvesztését, akkor a tudat zseniális rendszerező ereje megjavítja, ami elromlott. Ez nem pusztán különleges — ez egyenesen csodálatos! Olyan képesség, amely olyan módon változtathatja meg az életedet és az egész bolygót, amit el sem tudunk képzelni.

Ezzel a módszerrel mintha az életet ölelnénk magunkhoz. Világunkat, amelyben élünk, egy puha, étellel

teli álomvilággá változtatja. Egyszerűen fogalmazva, ha tudatosítjuk magunkban a tudat gyógyító és rendszerező erejét, választ kapunk a problémákra, amelyek azóta kísértenek minket, mióta először egyenesedtünk fel, és először váltunk emberré.

Talán úgy tűnik, eltúloztam, mekkora szerepe van a tudatosságnak abban, hogy az életteddel ráhangolódj a veled született belső bölcsességre, de ez nem így van. Néhány perc alatt be is fogod látni, hogy pontosan fejtem ki magam. Kis könyv ez, óriási lehetőségekkel. De nem kell vakon elhinned, amit mondok, ugyanis amiről beszélek, az tudományos körülmények között reprodukálható folyamat, amelyre bárki képes. Csak tudatosságra van hozzá szükség.

Te tudatos vagy? Tudatában vagy, hogy éppen ezeket a sorokat olvasod? Tudod, hogy éppen ülsz vagy állsz? Tudod, mire gondolsz ebben a pillanatban? Akkor meg is van oldva a probléma. Meg fogod tanulni azt a pár egyszerű lépést, amely kifinomítja a tudatodat, és meggyógyítja a testedet és a lelkedet. Azt is meg fogod tanulni, hogyan gyógyítsd meg mások testét és lelkét. Ha pedig a barátaid is segítenek, készen állsz majd arra is, hogy legyőzd az emberiséget sújtó csapásokat.

Nos, készen állsz? Érzed magadban a várakozást, a küszöbönálló felfedezés örömét? Amit ennek az egyszerű kis könyvnek a lapjairól meg fogsz ismerni, az a saját, személyes utazásod lesz. Jelentőségét akkor fogod megérteni, ha olvasás után a cselekvés útjára lépsz. A többi már könnyen megy. Csak lapoznod kell egyet, és az életed örökre megváltozik.

Eiső fejezet

# A KEZDETEK

*Minden feltárja előtted a titkait, ha elég erősen szereted.*

*Rájöttem, hogy amikor bizalmasan és halkan  
társalgók valakivel, ő is mindigfeltárja a titkait —  
ha elég erősen szeretem."*

**GEORGE WASHINGTON CARVER**

Egy lehetfinom titkot szeretnék veled megosztani. Ez a titok közelebb van hozzád, mint a következő levegővételed, és fontosabb, mint a következő szívdobbanásod. Ha egyszer megérted, olyan csodákra fogsz ráébredni, amelyek fényekkel meghaladják mindazt, amit valaha lehetségesnek gondoltál. Ez a kulcsa az egészségnek, az örömmek és a békének, és most, ebben a pillanatban is működik, miközben ezeket a sorokat olvasod. Ez a titok most még rejtve van előtted, de nem egy ősi templom mélyén rejlő titokzatos pergamen szimbólumaiból kell kiolvasnod, hanem ott van a szemed előtt.

## 12 AZ AZONNALI GYÓGYULÁS TITKA

Ez a kis könyv ezt a titkot fogja feltárni előtted, és segítségével megtudhatod, hogyan meríts a mélységeiből, és hogyan tedd gazdagabbá nemcsak a saját életedet, de a családot, barátaid, sőt, házi kedvenceid életét is. A következő oldalakról megtudhatod, hogyan gyógyítsd meg a testedet, az elmédet és a lelkedet olyan könnyedén, mintha csak egy festői naplementében gyönyörködnél. A tudományos eljárás, amellyel meg fogsz ismerkedni, mindenki által könnyen megtanulható és alkalmazható. Olyan egyszerű, mint maga a titok, és éppolyan hatékony is.

Javasolom, hogy ne ugorj előre a könyvben, hanem oldalról oldalra haladj. A titok csak ilyen módon fogja megtalálni helyét a gondolataid között. Kérlek, minden gyakorlatot úgy végezz el, ahogyan le van írva. Új képességet tanulsz, és egy kis gyakorlásra lesz szükséged, hogy teljesen a magadévá tedd. A gyakorlatok nem nehezek. Sőt, ami azt illeti, kellemesek, táplálóak és üdítőek. Ezért aztán, bármennyire türelmetlenül is várod már, hogy elkezdj csodákat művelni, először is az alapokra kell időt fordítanod. Ahogy az egyik bölcs tanító mondta: „a jó kezdet félsiker”.

Utad első lépéseként meg kell majd értened, hogy mi a tudatosság, és hol található. Ezután szemtől szembe találod majd magad a titokkal, és régi jó barátként üdvözölheted. Végül pedig megtanulhatod, hogyan vedd rá, hogy meggyógyítsa a testedet, kiegyensúlyozza az érzelmeidet, élesítse az elmédet, és hogyan élj produktívabb, örömtelibb életet. Természetesen arra is képes le-



szel, hogy titkodat megoszod, és másokat is meggyógyíts, életüket felélénkítsd.

*Ez a titok most még rejtve van előtted,  
de nem egy ősi templom mélyén rejtőző titokzatos pergamen  
szimbólumaiból kell kiolvasnod,  
hanem ott van a szemed előtt.*

## Második fejezet

# A TITOK FELTÁRUL

*„Az élet végső értékét a tudatosság  
és az elmélkedés ereje határozza meg,  
nem pedig a pusztán életben maradás.”*

ARISZTOTELÉSZ

Feltehetek egy egyszerű kérdést? Ha sikerül megértened a választ, örökre megváltozik az életed. Gondold át jó alaposan, és csak azután olvasd tovább! Íme, a kérdés: *Mi a legfontosabb számodra ebben az életben?*

Nos, mit válaszoltál? Az egészség? A család? A gondolataid? A munkád? A fagyid? Az én válaszom erre a kérdésre: *a tudat*. Tudat nélkül nincs semmink. Tudat nélkül nem szeretheted a házastársadat vagy a gyerekeidet, nem végezheted a munkádat, és nem kortyolgathatsz kávé egy kávéházi teraszon üldögélve. A legtöbb lényeges dolog tekintetében tudat nélkül tulajdonképpen nem is létezel.

A tudat nem azonos az elmével. Ha az elmét egy vilnykörteinek képzeled el, akkor a tudat az elektromos-

ság, amely a villanykörtét meggyújtja. A tompa tudat zavart és meg nem értést okoz az elmében, és végül szenvedést vált ki. A ragyogóan tudatos elme ezzel szemben nyugodt és fókuszált. Békét és nyugalmat áraszt, amely másokra is átragad. Ha úgy tekintesz a tudatra, mint valami „belső fényre”, akkor közel jársz hozzá, hogy megértsd, miért olyan életbevágóan fontos.

A tudatod minősége szabja meg az életed minőségét. Ezért fontos, hogy tudatod élénk és éber legyen. Tegyük fel, hogy egy teljesen elsötétített szobában ülsz, az ablakhoz közel. Még éjszaka van, de amikor lenézel egy alaktalan folthoz a lábadnál, azt látod, hogy a hajnali fény kezdi megtölteni a szobát. Hirtelen, nagy rémületre rájössz, hogy ez az alaktalan dolog nem más, mint egy összetekeredett, támadásra kész kígyó. Ledermedsz a félelemtől, moccanni sem mersz, nehogy a kígyó rávesse magát a mozgó célpontra. Agyadban csak úgy kavarnak a kérdések: „Mi van, ha ez egy mérges kígyó? Megtámad, ha megmozdulok? Ha megharap, hogyan fogok segítséget kérni?” Kővé dermedten ülsz tovább a helyeden, míg a fény teljesen elárasztja a szobát. Konstatálod, hogy valamilyen oknál fogva a kígyó még mindig nem támad.

Kissé megnyugszol, és kezdesz higgadtabban gondolkodni. Agyadon gyorsan átfut, milyen útvonalakon lehetne elmenekülni, de tested továbbra is merev és mozdulatlan marad. A nap a horizont fölé emelkedik, és első sugarai az ablakon keresztül meleg, aranysárga fényvel árasztják el a szobát. Ekkor, mintha csak vakító villámfény villanna az éjszaka sötétjében, hirtelen ráéb-

redsz, hogy amit kígyónak véltél, az valójában egy öszszetekert kötél.

Féltél. Az agyad valósággal lefagyott a félelemtől, majd a gondolataid darabokra törtek, mint egy üvegpo-hár. Megmerevedett tested mindvégig stresszhormono-kat pumpált a véredbe, hogy felkészítsen a küzdelemre. Ez alatt a pár perc alatt szinte hónapokat öregedtél. Es miért? Mert fenyegetést véltél látni ott, ahol nem is volt semmi.

*A tudatod minősége szabja meg  
az életed minőségét.*

A sötétség ebben a példában a tudat hiányát szim-bolizálja. A túl sok munka, a kevés testmozgás, a kemi-káliák, az alkohol, a hiányos táplálkozás, a harag vagy a szomorúság mind elhomályosítják a tudatot, és meg-akadályozzák, hogy a világot veszélytelennek lásd.

Az életünket teljesen kitöltik a veszélyként felfogott dolgok. Mérgező kígyókat látunk a pénzügyeinkben, a munkánkban, a családjunkban. Még akkor is, amikor va-lamilyen kellemes élményhez közeledünk, például egy filmet akarunk megnézni, vagy a tengerpartra igyekszünk, elronthatja a hangulatunkat a forgalom, felmehet tőle a vérnyomásunk, és valósággal felrobbanhatunk a düh-től. Az akut stressz generációja vagyunk, veszélyt sejtünk minden utcasarkon.

Hogyan lehetne változtatni, hogy ne ilyenek lássuk a világot? Hogyan érzük el, hogy a nappali világosság fé-nyében felismerjük, hogy félelmeink kígyói valójában ártalmatlan kötélkupacok? Nos, egyszerűen csak tudató-

sabbnak kell lennünk. A tudatosság olyan, mint a napfény. Felderíti az érzéseket, és megvilágosítja az elmét. A tompa elme és a zavaros érzelmek rosszul tükrözik a tudatot. Az észleléshez a tudat adja az energiát. A tiszta tudatot nem tudja megteveszteni holmi kötélcsomó.

*Mi az akut stressz generációja vagyunk,  
veszélyt sejtünk minden utcasarkon.*

Elménket legtöbbször robotpilóta vezérli. A szünetlenül zakatoló elme a menekülő tudat legbiztosabb jele. A hiperaktív gondolkodás olyan gyakori manapság, hogy ezt tekintjük normálisnak, pedig óriási energiákat emészt fel, és folyton bajba keveri az embert. Ehhez hasonló tünet a félelem a jövőtől, a rágódás a múlton, az unalom, a frusztráció, a harag, a szorongás és a félelem. Ezek mind olyan kötélkupacok, amelyek kígyónak tűnnek. A tompa tudat változtatja a világot félelmetes helyé.

A tudat mindenhol mindig jelen van, egyszerűen csak nem figyelünk oda rá. Tudom, hogy ez egy kicsit furán hangzik, de így van. Általában el vagyunk foglalva a mindennapjainkat kitöltő dolgokkal, emberekkel, gondolatokkal. Tudatában vagyunk ezeknek a dolgoknak — de tudatában vagyunk-e a tudatnak? Nem valami gyakran. Legtöbbünk akkor se ismerné fel a tiszta tudatot, ha az odalépne hozzá, és kezét rázna vele. Mindez most meg fog változni.

*A tudat mindenhol mindig jelen van,  
egyszerűen csak nem figyelünk oda rá.*

Várjunk csak egy percet! Ennyi az egész? Ez a nagy titok? A tudatosság? Most bizonyára kicsit csalódott vagy. En is az lennék, ha azt hinném, hogy megismerhetem a világegyetem nagy titkát pusztán azzal, hogy megállapítom, mi történik akkor, ha kevés van belőle. Az sem biztos, hogy kristálytisztán érted, miről beszélek. Ez azért van, mert a tiszta tudatot nem lehet képzelet útján megragadni. A tiszta tudatról nem lehet képet alkotni. A tudat nem dolog, és nem is gondolat vagy érzés. Ezért olyan frusztráló beszélni róla, ha az értelmiddel akarod magadévá tenni. A tudat nem fizikai dolog, ezért nem lehet megragadni, mint egy kalapácsot, és odaütni vele. Mindazonáltal, ha egyszer közvetlenül megtapasztalod, vagy éppen meg nem tapasztalod, mindez tökéletes és gyönyörű értelmet fog nyerni.

Ne aggódj, ha most egy kicsit össze vagy zavarodva. Semmit nem kell megértened a tudatról ahhoz, hogy csodákat művelj a segítségével. Mindazonáltal érdemes lesz egyet s mást megértened a tudatról, hogy másoknak is megmagyarázhasd, miért érezhetik magukat jobban egyik pillanatról a másikra. Ahogy hamarosan meglátod, csodákat fogsz tenni, jól érzed magad, és a tiszta tudat olyan természetes lesz számodra, mint a lélegzés. Nos, készen állsz egy kis tanulásra? Helyes.

*Semmit nem kell megértened a tudatról ahhoz,  
hogy csodákat művelj a segítségével.*

Harmadik fejezet

# A TUDAT ÉS A VILÁGEGYETEM

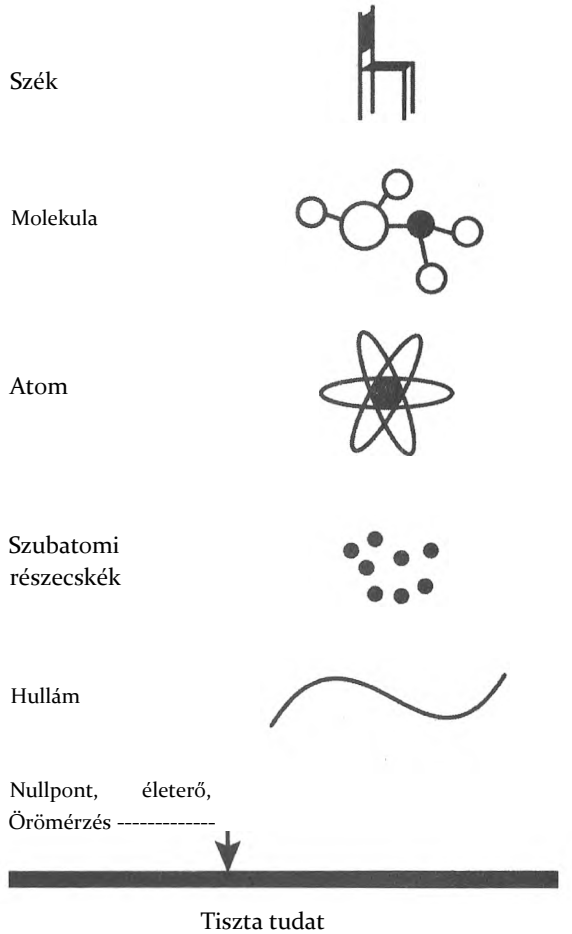
*„Abban a pillanatban, amikor figyelmesen  
megvizsgálunk valamit, bármi is legyen az,  
akár csak egy fűszál, egy egész rejtélyes, bámulatos,  
leírhatatlanul csodálatos világ tárul fel előttünk.”*

**HENRY MILLER**

Először is nézzük meg az első ábrát. Az ábra alján látható vízszintes vonallal kezdjük. Ez a vonal jelképezi a teremtett világ érzékelhető dolgai és a semmi közötti határt, amelyből a dolgok teremtettek. Fent látható a teremtés végtelensége, lent pedig a tiszta tudat határtalan lakhelye.

A tiszta tudat egységes, és nincs formája. Nincsenek tehát olyan határai, amelyeket az elménk be tudna azonosítani. Az elménk csak olyan dolgokkal képes foglalkozni, amelyeket formájuk alapján meg tud különböztetni egymástól. Az elme olyan, mintha gondolatok és érzések tárhelye volna, a külvilággal pedig az érzékszerveken keresztül tartja a kapcsolatot. Egy varangyos bé-

1. ábra: Az anyagi modell



Nincs energia, nincs forma, nincs tapasztalás, csak a semmi



kát és egy fánkot a különbözőségeik alapján tudunk megkülönböztetni egymástól. Ez lehet, hogy meglehetősen leegyszerűsítésnek tűnik, de az elmének az a dolga, hogy megkülönböztesse egymástól a különböző formákat, felcímkézze és bekegategorizálja, majd vagy felhasználja, vagy későbbi felhasználás céljából elraktározza őket.

A teljes folyamatot egy gondolat hajtja végre, amely szintén egy forma. A gondolatok és az érzelmek szellemi formák. Az ötletek, a hiedelmek, a remények és a filozófiák ugyanúgy állnak össze az egy-egy központi téma köré csoportosuló gondolatokból, mint ahogy egy szék épül fel a molekulákból akörül az elv körül, hogy megtartsa az embert az ülő pozícióban. A gondolatok nem olyan kézzelfoghatók, mint az anyagi tárgyak, de azért mégis csak objektumok. A lényeg az, hogy a világegyetemben minden dolog egyedi és megismételhetetlen. Minden tárgyat a saját egyedi formája alapján tudunk megkülönböztetni a többi tárgytól.

A horizontvonal alatt viszont azt látjuk, hogy a tiszta tudatnak nincs formája. Úgy gondold el, mint egy még teleíratlan, üres papírlapot. A tudat formátlan, háttérmentes, tagolatlan és tiszta. Egyetlen, és nincs belőle több. Mivel a tiszta tudatnak nincs formája, ezért az elménk nem képes felismerni. Bármilyen keményen is próbálsz, nem fogod megérteni a tudatot, és arra sem leszel képes, hogy bármilyen módon hass rá. Nem úgy létezik, mint egy dolog, és az elme szempontjából egyáltalán nem is létezik. De valójában igen.

Íme hát az előttünk álló feladat: találnunk kell valamit, aminek nincs se formája, se anyaga. Ezután ezt a „sem-

mit" jobban meg kell ismernünk, mint a tulajdon elménket. Végül pedig ezt a használhatatlan nem-erőt arra kell használnunk, hogy meggyógyítsuk vele magunkat és másokat.

Kezded már kapizsgálni, hogy miért titkos ez a tudás? Ez a titok azért létezik, mert az elménkben élünk, és nem vagyunk tudatában a tudatunknak. Hiába tapasztaljuk egy életen át az ellenkezőjét, mégis hiszünk az elménknek, amikor elhitesi velünk, hogy a boldogság, a béke és a szeretet a dolgokból fakad. Újra meg újra bedőlünk ennek a régi trükknek. És akkor is hiszünk az elménknek, amikor azt akarja elhíteni velünk, hogy semminek sincs értéke. Pedig van.

*Hiába tapasztaljuk egy életen át az ellenkezőjét,  
mégis hiszünk az elménknek, amikor elhitesi velünk,  
hogy a boldogság, a béke és a szeretet a dolgokból fakad.*

A tiszta tudatnak nincsenek határai, ezért nincs benne semmi, ami megváltozhatna. Az efféle „semmi” örökké tart. Az összes többi dolog, vagyis a teremtés egésze állandóan változik, majd végül megszűnik létezni. A teremtett világ birodalmában a változás az egyetlen állandó dolog. Abban a pillanatban, amint egy dolog létrejön, a pusztulás útjára lép. A tiszta tudat sosem változik, sosem hal meg. Ez a halhatatlan szeretet és a határtalan béke szigete.

Es most jön a csavar. Minden, aminek formája van, a formátlan, tiszta tudatból származik. Ne kérdezd, hogyan — egyszerűen így van. A tiszta tudat méhéből szö-

vődik a teremtés hálója. A kvantumfizika fedezte le a tiszta tudat birodalmát, legalábbis elméletben. Dávid Bohm, generációjának egyik legkiválóbb fizikusa egy *határtalan égiszt* írt le, amelyben bizonyos belső rend van. Ez nem tévesztendő össze a nullponti mezővel avagy kvantumállapottal, amely egy részecske vagy tárgy legkisebb energiaállapotát jelenti. Annak az állapotnak, amelyre Bohm utal, egyáltalán nincs energiája. Magyarul, ez a mező a teremtés *anyagát* tartalmazza, amely csöndben várja, hogy forma vagy energia legyen belőle. Vagyis Bohm azt állítja, hogy minden a semmiből jön létre. Azt állítja — és itt egy kicsit előreugrok a következtetésben —, hogy a teremtés a tiszta tudat semmijéből jön létre. Ezt később majd személyesen is meg fogod tapasztalni, amikor megtanulod, hogyan állítsd meg a gondolataidat, és figyelj meg, ahogy újra létrejönnek a semmiből. Egyelőre azonban térjünk vissza a vízszintes vonal fölötti részhez, az érzéki, teremtett világhoz.

A teremtett világban minden dologban két tulajdonság fejeződik ki: rend és energia. Vegyük például a széket, amelyen éppen üldögélsz. Amit te székeknek hívsz, az tulajdonképpen nem más, mint energia szék formába rendeződve. Tudjuk, hogy van energiája, mert a széked tartja a föld felett a fenekedet. (En imádom a költészetet, és te?) Az energia-rend egyenletben a rend a szék formája által fejeződik ki. Ezért hát teljesen mindegy, hogy csillagokról vagy atomokról, amőbákról vagy zeb-rákról beszélünk, minden energia és forma.

*A tiszta tudat méhéből szövődik a teremtés hálója.*

A legegyszerűbb teremtett forma a hullám. A teremtés hierarchiájában közvetlenül a hullám alatt, és közvetlenül a tiszta tudat fölött található a nullponti mező avagy kvantumállapot. Ezt a kis nyalánkságot csak azok kedvéért említem, akik jártasak a kvantumelméletben, és jobban meg akarják érteni az álláspontomat. Ha azonban hozzád a gyógyító tudományok állnak közelebb, akkor azt mondom, a teremtés ezen legalsó szintjét gyakran életerőként aposztrofálják, vagyis mint ami életet lehel a szerves létbe. A hullám végtelen, tehát végtelen messzire nyúlik. Ahol a hullámok keresztezik egymást, ott jönnek létre a szubatomi részecskék. Ezek a részecskék összetömörödnek, létrehozva az atomokat. Az atomok molekulákká állnak össze, a molekulák pedig olyan fizikai formákba rendeződnek, mint a székek, a virágok vagy az autók.

*A teremtett világban minden dologban két tulajdonság  
fejeződik ki: rend és energia.*

Az energia-rend hierarchiánkban minél kézzelfoghatóbb egy dologban a rend, annál kevesebb energia fejeződik ki benne. A széked például meglehetősen szilárd tárgy egy szubatomi részecskéhez képest. A szubatomi részecskét nehéz ám elkapni. Hiába ismert egy adott szubatomi részecske pontos helyzete, attól még nem tudod, milyen gyorsan és milyen irányban mozog. Hasonlóképpen, ha beméred a pontos sebességét, attól még nem fogsz tudni rátalálni. A gyerekeim is pont olyanok voltak, mint a serdülő szubatomi részecskék, amikor

házimunkát kellett volna végezniük. Amikor mozgásban voltak — ami pedig elengedhetetlen tulajdonság a házimunka végzéséhez —, nem lehetett őket fellelni. Ha pedig meg tudta az ember határozni a pontos helyzetüket, például a kanapén, a tévé előtt, akkor viszont nem lehetett rávenni őket, hogy megmozduljanak. Így utólag visszatekintve bámulatos, mennyi fizikai elméletet demonstráltak a gyerekeim, úgymint tehetetlenség, entrópia, de legelsősorban a Heisenberg-féle határozatlansági elv. Sokat köszönhetek nekik.

No, de térjünk vissza az energiához és az anyaghoz. A teremtés minden egyes finomabb szintje egyre több energiát hordoz. A durva anyag jelenlegi szintjén a szék energiája, amelyen ülsz, azt a feladatot látja el, hogy tartja a súlyodat. A finomabb, molekuláris szinten a székben ennél több energiát találunk. Ha átrendeznénk ezeket a molekulákat, mondjuk, felgyújtanánk a széket, jóval több energiához jutnánk hő és fény formájában. Ha meg több energiát szeretnénk felszabadítani a székből, lemehetünk egészen az atomok szintjére. Ha tudnánk, hogyan hasítsuk szét a szék atomjait, óriási energiát nyerhetnénk belőle, számos formában. Arról nincs tudomásom, hogy valakinek sikerült volna járomba hajtania a szubatomi részecskék energiáját, de olyan technológiákat ismerek, amelyek a finom hullámok energiáját hasznosítják.

Ez az energiagyógyítás hétköznapi birodalma, mi pedig az elkövetkezendőkben azt fogjuk megtanulni, hogyan gyógyítsunk energia nélkül, miközben megismerkedünk ezzel a nagyon érdekes munkával.

*A teremtés minden egyes finomabb szintje  
egyre több energiát bordoz.*

Hadd tegyek fel egy kérdést! Volt már úgy, hogy elfogytak a gondolataid? Nem hinném. A gondolatokról azt az egyet elmondhatjuk, hogy születésünk pillanatától kezdve az utolsó leheletünkig folyton jelen vannak. Ha a gondolat energia, és mi sosem fogyunk ki belőle, akkor logikus a feltételezés, hogy a gondolatok forrása egy kimeríthetetlen energiaforrás. Igaz az is, hogy óriási hasznot tudnánk húzni abból, ha közvetlenül meg tudnánk csapolni a gondolatok forrását. Kiderülne, hogy a gondolatok forrásának felfedezése határozott és általános gyógyító hatással van a testi betegségekre, a személyes kapcsolatokra, a pénzügyi sikerekre, az érzelmi épségre és igen, még a szerelmi életedre is. Életünk minden szempontból bámulatos átalakuláson megy keresztül attól, ha egyszerűen csak tudatára ébredünk, honnan is ered az egész. Ez pedig nem más, mint örökké elválaszthatatlan kísérőtársunk, a tiszta tudat.

*Ha a gondolat energia, és mi sosem fogyunk ki belőle,  
akkor logikus a feltételezés, hogy a gondolatokforrása  
egy kimeríthetetlen energiaforrás.*

Az imént láhattuk, hogy az anyagi világ minél finomabb szintjeire lépünk, annál nagyobb energia szabadítható fel. De honnan jön ez a rengeteg energia? Most már tudjuk, hogy a tiszta tudatból. A teremtés definíció szerint azt jelenti, hogy az energia valamilyen rendezett

vagy szervezett irányban mozdul el. Itt meg kell értenünk valami rendkívül fontos dolgot: a tiszta tudat úgy forrása az energiának, hogy ő maga nem energia. Ez azt jelenti, hogy a tudat nincs mozgásban. Megvan benne a teremtés képessége, de még nem tette meg. Formája sincs. Azt mondhatnám, hogy a tiszta tudat olyan tökéletesség, amely arra vár, hogy kifejezze önmagát.

*A tiszta tudat úgy forrása az energiának,  
hogy ő maga nem energia.*

Most bizonyára azt gondold: „Hová akar ez kilyukadni ezzel az egészszel?” Örülök, hogy megkérdezted. Ha meg vagy elégedve az élet relatív oldalával, és itt is akarsz maradni, érezd jól magad. Ha azonban a leghatalmasabb erőre és a legtökéletesebb rendre vágysz, akkor kapcsolatba kell lépned minden tudás forrásával, a tiszta tudattal. Több ezernyi gyógyító módszer létezik, amely az élet különböző szintjeiből nyeri az energiát. A bodywork vagy a kézrátétel a durva anyagi szinten működik. A gyógyfüvek és a gyógyszerek a molekuláris szinten fejtik ki hatásukat. Az akupunktúra és az energiagyógyítás a finom energiahullámokkal végzi a gyógyítást. Ezen gyógyító eljárások egyike sem nyeri azonban az energiát közvetlenül a teremtés forrásából. Ez a könyv azt a tudományt tanítja meg, hogyan lehet a tudatból gyógyítani. Ezt a folyamatot én Kvantumszinkronizációnak (Quantum Entrainment, QE) neveztem el. Ne feledd, hogy a tiszta tudat az energia és a rend forrása, és amikor Kvantumszinkronizációt végzel, ak-

kor a lehető legtisztább, leghatalmasabb létezőből mérítesz. Amikor Kvantumszinkronizációt alkalmazol, nem te végzed a gyógyítást, hanem a tudat. Sőt, mi több, te magad is gyógyulni fogsz azokkal egyetemben, akiket gyógyítasz. Ne titkold el ezt a mindkét fél számára előnyös kapcsolatot mások előtt!



Negyedik fejezet

# AZ ELME ÉS A GONDOLATOK

*„A nagy kérdés az; hogyan lehet tudatosítani a gondolat  
reflexív természetét — ami maga is reflexív...  
Aztán azt is mondhatnánk, hogy mindaddig  
amíg a gondolatok szabadon változhatnak, kell  
hogy legyen valamiféle intelligencia, valami észlelő,  
valami, ami túl van a reflexión, valami, ami képes rá,  
hogy megítélje, mennyire koherens vagy nem az.”*

DÁVID BOHM

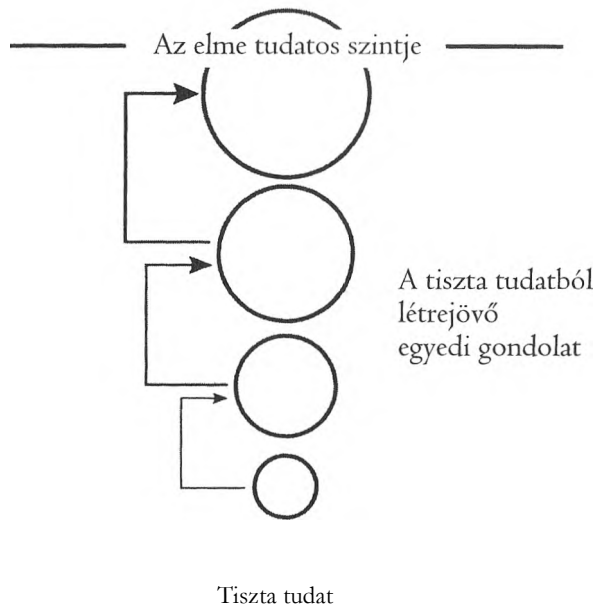
Az elme teremtett dolog. Nem testi létező, mint mondjuk a szék, amelyen esetleg éppen ülsz, hanem szellemi. Az anyaghoz hasonlóan az elme sem más, mint rend és energia. Az elméd tartalmazza az összes gondolatodat.

A gondolat rendkívül érdekes jelenség. Amikor az 1970-es években Maharisi Mahes jóginál jártam, öt hónapot azzal töltöttem, hogy a La Antilla nevű álmos spanyol kisvárosban meditáltam 10—12 órát minden nap. Az első egynéhány hét után a gondolataim nagyon lecsendesedtek, és elkezdtem megérteni, hogyan műkö-

dik az elmém. Akkoriban képes voltam rá, hogy megfigyeljem minden egyes gondolatom születését: minden egyes új gondolat egy-egy sistergő energiapont volt a tiszta tudat küszöbén. Figyeltem, ahogy saját tudatom kitágul, és feltárja titkait. Minden egyes gondolatomban volt valami vibrálás, amely az érzelmeimet, a logikámat és az öt érzékszervemet képviselte. Minden egyes gondolat egy-egy galaxis az elme világegyetemében.

Amint egy gondolat megszületik, azonnal elvágja a köldökzsínort, amely szülőanyjához, a tudathoz köti, és elkezd növekedni és felemelkedni, mint ahogy egy buborék emelkedik fel a tó fenekéről. Abban a pillanat-

2. ábra: A mentális modell



ban, amikor a gondolat különválnak a teljességtől, létrejön az ego. Minél nagyobbra nő, a gondolat energiája annál nagyobb területen oszlik szét. A gondolat is egyre gyengébb lesz, minél messzebb távolodik a forrásától; hajlamos rá, hogy eltorzuljon és felhíguljon.

A gondolat végül eléri az elme felszínét, és kipukkad. A gondolatbuborék kipukkadása, ahogy Maharisi később elmondta, akkor következik be, amikor az elmében végül tudatosul a gondolat. Ez az a pont, amikor a tudatosult gondolat cselekvésre készítet. A meditációból fakadóan kitágult tudatommal alkalmam volt egyszerre megfigyelni a gondolat születését és halálát.

*Az elme a gondolatok lakóhelye...  
Minden egyes gondolat egy-egy galaxis  
az elme világegyetében.*

Minden gondolathoz fűződik valamilyen domináns érzelem és valamilyen érzéki vibrálás. Ahogyan a gondolatok egyre növekszenek, összeérnek egymással, és megváltoznak. A gondolat cselekvésre irányultsága a domináns belső rezgésből származik. Egyfajta mátrixot is megláttam, amelyen a gondolatok áthaladtak a tudatosság felé tartó útjuk során. Ha a belső működés torzult, ez a mátrix át tudta strukturálni a belső rezgéseket, és meg tudta változtatni a gondolatok irányát. Maharisi elmagyarázta, hogy ez nem más, mint az értelem, amint megszűri a gondolatokat, és segít összhangba hozni őket egymással, hogy jobban hasznára lehessenek az illető egészségének és jóllétének.

Ebből a tapasztalatból sokat lehet tanulni, de most a mi szempontunkból elég, ha egy bizonyos vonására koncentrálunk. Minél távolabb kerül egy gondolat a tiszta tudattól, annál gyengébbé válik, és annál nagyobb a valószínűsége, hogy kárt fog okozni. Amit negatív gondolatoknak hívunk, azok sem negatívként kezdik az életüket, csak eltorzítja őket a félreértelmezés és a félelem belső nyomása. Amint megszületik egy gondolat, máris egyfajta szeparációs szorongást kell megtapasztalnia.

A *Bhagavaa-gítá* ezt a következőképpen fogalmazza meg: „A félelmet a kettősség szüli.” Ha egy gondolat már nem kapcsolódik a tudat határtalan egységéhez, megérzi, hogy egyedül van, és megpróbálja valahogyan kompenzálni a veszteséget. Ekkor történhet meg, hogy a torzulás beszivárog az egyébként tökéletesen működő gondolatba. A gyűlöletes gondolat gyűlöletes tettet szül. Csak körül kell néznünk, és látni fogjuk, hogy a tiszta, harmonikus, szerető és produktív gondolatok csak ritkán tudnak kifejeződni a hétköznapi világában.

*Minél távolabb kerül egy gondolat a tiszta tudattól,  
annál gyengébbé válik, és annál nagyobb a valószínűsége,  
hogy kárt fog okozni.*

Ha netán úgy véled, hogy túlságosan is lelkesen beszélek a gondolat életéről, vagy túl sok értelmet tulajdonítok neki, ne feledd, hogy ezeknek a gondolatoknak az összessége juttatott el téged is oda, ahol most vagy. A legtöbb ember alapvetően a gondolataiból meríti az

identitását. Azt mondd magadban például, hogy: „Sikerem vagyok a munkámban”, „Hiszek az ingyenes oktatásban” vagy „Dühös vagyok”. De mi kellett ahhoz, hogy sikereket érjess el, hihess valamiben, és legyenek érzéseid? Minden egyes lépésednél a gondolataid alakították és vezérelték a fejlődésedet... vagy ennek hiányát.

Mínél nagyobb utat kell megtennie egy gondolatnak ahhoz, hogy tudatosuljon, annál nagyobb rá az esély, hogy diszharmonikussá válik. Ha ki tudnánk tágítani a tudatosságunkat oly módon, hogy a gondolatok az eredetükhöz közelebb találkozhasanak vele, akkor minimálisra csökkenthetnénk a diszharmonia lehetőségét. Ez nem *új* gondolat — ami azt illeti, a bölcsek már időtlen idők óta ezt mondogatják az embernek. Nem is az a kérdés, hogy mit tegyünk, hanem hogy hogyan. A tudat szerepe a gondolkodásban a mai napig nem tisztázott teljesen, ezért elég nehéz helyzetben vagyunk. De az elmében nem pusztán a megértésnek van szerepe. A tiszta tudat az elmén kívül áll, ezért a megértés szóba sem jöhet.

*A legtöbb ember alapvetően a gondolataiból meríti az identitását.*

Így hát nem marad más, mint hogy megtapasztaljuk magát a tiszta tudatot, ami szintén nem könnyű. Ahhoz, hogy megtapasztaljunk valamit, használnunk kell az elménket. Es most jön a tiszta tudat megismerését illető egyik legszembeszökőbb és szinte mindig félreértett tanítás: a tiszta tudatot nem lehet megtapasztalni.

Csakis a tapasztalás hiányának útján ismerhetjük meg. Csak úgy megemlítem most mindezt, mert bármennyit is magyarázkodnék, attól még a tiszta tudat meg nem tapasztalásához nem jutnánk közelebb. Mindazonáltal azt máris meg tudom mutatni, hogyan állítsd le a gondolkodásodat, és hogyan fedezd fel, hogy honnan is származnak a gondolataid.

*A tiszta tudatot nem lehet megtapasztalni.*

*Csakis a tapasztalás hiányának útján ismerhetjük meg.*

Ötödik fejezet

B\*

# A GONDOLATOK KÖZTI ÜRES TÉR

*„Ha meg tudnánk látni akár egy aprócska virág csodáját,  
az egész életünk megváltozna.”*

**BUDDHA**

A tiszta tudathoz minél közelebb vesszük fel a kapcsolatot egy gondolattal, annál több energiát és rendet találunk benne. Ha már a születésénél elkapunk egy gondolatot, akkor magát a tökélyt fogjuk meg, amely mentes minden diszharmonikus behatástól.

Mielőtt belevágnál a Kvantumszinkronizáció tanulásába, számos gyakorlaton foglak keresztülvezetni, amelyek segítségével a hétköznapi tudat állapotából átléphetesz a *tiszta* tudat állapotába. Ezt az utat elég egyszer megtenned. Olyan ez, mintha kabátot vennél fel egy hűvös napon: ha már rajtad van, akkor rajtad is marad, és jó melegen tart. Meg is feledkezhetsz róla, hogy kabát van rajtad, attól még rajtad van és megvéd. Bármikor tudatossá válhat benned, hogy rajtad van a kabátod. Hasonlóképpen, ha egyszer rátalálsz a tiszta tudatra,

akkor már csak időnként tudatosítanod kell magadban, hogy még mindig veled van. Nos, készen állsz? Akkor kezdjük!

*Első tapasztalat: A gondolatok leállítása*

*Ülj le, helyezkedj el kényelmesen, és csukd be a szemed. Kezdj el odafigyelni a gondolataidra. Egyszerűen csak kövesd őket, akármerre kalandozzanak is. Csak figyelj, ahogy jönnek-mennek. Amikor már 5—10 másodperce figyeled őket, tedd fel magadnak a következő kérdést, majd figyelj nagyon oda, hogy mi történik rögtön ezután. A kérdés pedig: Honnan fog jönni a következő gondolatom?*

*Nos, mi történt? Beállt egy rövid szünet a gondolkodásodban, miközben a következő gondolatra vártál? Észrevetted, hogy volt egy kis szünet, valamiféle hézag a kérdés és a következő gondolat között? Jó, akkor most olvasd el újra az instrukciókat, és végezd el újra a gyakorlatot! Várok...*

*Ugye, megint észrevetted, hogy gondolataid egy rövid ideig tétováztak — egy rövid szünet állt be a gondolataid között? Ha jól odafigyeltél rögtön azután, hogy feltetted a kérdést, akkor észre kellett venned, hogy az elméd mintha várt volna rá, hogy történjék valami. Eckhart Tolle, A most hatalma című könyv szerzője azt írja, olyan ez, mint amikor a macska az egérhukat vigyázza. Éber voltál, és vártál, de a hézagban nem volt egyetlen gondolat sem. Talán hallottál már róla, hogy több évnnyifáradtságos gyakorlásra van szükség, hogy megtisztítsd az elmédet a gondolatoktól, és lám, neked ez pár pillanat alatt sikerült.*



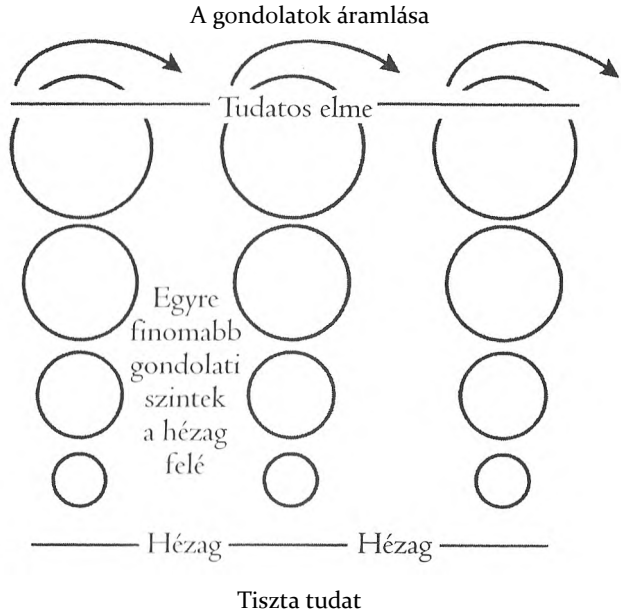
*Arra kérlek, hogy még jó néhányszor végezd el ezt a gyakorlatot. Más kérdéseket is feltehetsz magadnak, például hogy: Milyen színű lesz a következő gondolatom? vagy Hogy fog kinézni a következő gondolatom? Nem a kérdés maga a fontos, hanem hogy figyelj oda rá. Akkor meglátod a rést, a gondolataid közötti üres tereket. Ez az üres tér a tiszta tudat. Lehet, hogy nem maradandó, de ott lesz. Amint tudatosává válik benned ez a gondolati szünet, máris elkezdődik rád csodálatos hatását.*

*Most azonban térjünk vissza a dolgunkhoz! Ezt a gyakorlatot végezd 2-3 percen át úgy, hogy közben 10—15 másodpercenként újabb kérdéseket teszel fel magadnak. Figyelj oda a részre, amikor megjelenik, és keresd, amikor nincs ott. Már pár perc múlva érezni fogod, hogy a gondolataid nyugodtabbá válnak, a tested pedig ellazul.*

*Miért van ez? Nem azért ültél le, hogy lazíts, vagy hogy megnyugodj — egyszerűen csak megtörtént, anélkül hogy törekedtél volna rá. Miért van az, hogy ha tudatára ébredünk a tudatnak, ennyivel másképp kezdünk érezni és viselkedni? Azzal, hogy éber, tudatos vagy, képessé válsz rá, hogy mélyebb, finomabb szinten lépj kapcsolatba a gondolataiddal. Minden egyes szinten nagyobb rend és több energia tapasztalható. A hézag, amelyet a gondolatok között észleltél, a tapasztalatnélküliség megtapasztalása, amelyről korábban beszélttem. A tapasztalatnélküliség maga a tiszta tudat.*

*A nap folyamán tarts kis egyperces meditációkat, amelyek során 15 másodpercenként felteszel magadnak egy-egy újabb kérdést. Hamarosan tudatosul benned ez a gondolatok közötti hézag akkor is, amikor más dolgot csinálsz, például*

3. ábra: A hézag



*beszélgetsz vagy autót vezetsz. Ha nem is csinálnál többet, mint hogy rendszeresen megfigyeled ezt a rövid hézagot a gondolataid között, egy idő után arra lennél figyelmes, hogy több energiád van, kevesebb benned a feszültség, és sokkal problémamentesebbek a kapcsolataid. Ez az élmény képezi az alapját a további, mélyebb és összetettebb gyakorlatoknak, de ez az egyszerű feladat már önmagában is megérdemli az elismerést.*

Most pedig bővítük ki a gondolatok forrásáról alkotott ismereteinket, hogy mélyebben kiaknázhassuk jótékony hatásait.

*A hézag, amelyet a gondolatok között észleltél,  
a tapasztalatnélküliség megtapasztalása...  
És a tapasztalatnélküliség maga a tiszta tudat.*

## Hatodik fejezet

# KI VAGYOK ÉN?

*„Az egyetlen igaz bölcsesség annak tudása,  
hogy nem tudunk semmit.”*

### SZÓKRATÉSZ

Néhány évvel korábban Szókratész még arra biztatott, hogy: „Ismerd meg magad!” Elgondolkodtál valaha azon, hogy miért érezte ezt ilyen fontosnak? Vajon milyen előnyök származhatnak abból, ha megismered az „énedet”. Es egyébként is, mi a fene az az „én”? Vizsgáljuk csak meg!

Ismételd meg az előző fejezetben leírt gyakorlatot („Első tapasztalat: A gondolatok leállítása”), és vedd újra észre a hézagot a gondolataid között. Végezd ezt a gyakorlatot perceken át, tedd fel újra és újra a kérdéseket. Nagyjából 15 másodpercenként tegyél fel újabb kérdést, *és figyelj erősen, hogy pontosan mi is történik a kérdésfeltevése után.*

Az élmény szempontjából nem sokat lehet elmondani erről a hézagról. Egyszerűen csak egy üres rés, ame-

lyet a mozdulatlanság és nyugalom tölt ki, értelmese-  
rűen aztán, hogy egy gondolat véget ér, és azelőtt,  
hogy egy másik elkezdődne. Mivel a gondolatok kö-  
zötti intervallumban nincs gondolkodás, addig nem is  
észlelheted, amíg újra el nem kezdesz gondolkodni, sőt,  
talán még akkor sem. Az elme a mozgást követi, és a  
mozgás meg a forma ragadja meg a figyelmét, márpedig  
a hézagban egyik sincs. Nincs benne semmi. Es semmi  
nem jelent benne semmit, legalábbis az elme számára.  
Ez azonban óriási tévedés. Hogy miért? Mert az összes  
gondolatunk ebből a semmiből fakad, amelyet a tiszta  
tudattal azonosítottunk.

Próbáld ki saját magadon! Ismételd meg a gyakor-  
latot, és figyeld meg a hézagot. A következő gondolat  
automatikusan és minden erőfeszítés nélkül jön létre.  
Olyan világos, mint a nap — egy vadonatúj gondolat. Ez  
azért elég bámulatos, ha bele nem gondolsz (elnézést  
a szóviccért). Minden egyes újabb gondolat a teremtés  
csodája, és a semmiből jön létre. A semmi tehát mégsem  
lehet üres. Kell, hogy legyen benne valami, különben  
nem jöhetne létre belőle gondolat. Érdekes, nem igaz?

*Mivel a gondolatok közötti intervallumban nincs gondolkodás,  
addig nem is észlelheted, amíg újra el nem kezdesz gondolkodni.*

Ismételd meg még egy párszor az első tapasztalatot.  
Mindenekelőtt arra ügyelj, hogy tudatosan és figyelme-  
sen várd meg, mi történik. Lassan kezded úgy megfi-  
gyelni a gondolatok közti szünetet, mint valami tapasztal-  
talt vén róka.

És most hadd tegyem fel a negyvenmilliós kérdést: *Ki az, aki megfigyeli ezt a rést?* Nincsenek gondolatok, nincsenek érzelmek, nincs semmiféle mozgás — de te mégis ott vagy, nem igaz? Nem estél kómába. Es nem is mentél el Tacomába. Ott voltál, és vártad, hogy ismét meginduljanak a gondolataid. De ki volt az, aki várt? Ki az a „te”? Ki az, aki figyel, amikor az elme eltűnik?

Ha a gondolataiddal azonosítod magad — amelyek az emlékeidben és jövőbeni terveidben vannak összeviszva hajjigálva —, akkor az egódat érted alatta. Az „ego” nem más, mint egy csomó *dolog* összessége, többek között a korod, a nemed, a kedvteléseid, a reményeid és az emlékeid, amelyeket életnek hívsz. Ezek közül azonban egyik sem létezik abban a pillanatban, amikor a gondolataid megállnak. Ahhoz, hogy megfigyelj valamit, tudatosnak kell lenned, igaz? Tehát amikor az elméd ki van kapcsolva, akkor nem lehetsz tudatában semminek. Nincs más, mint a tiszta tudat. Ezzel meg is oldottad a rejtélyt, hogy ki is vagy te. Maga a tudat vagy!

*Ki az, aki figyel, amikor az elme eltűnik?*

Azt mondod, ez lehetetlen? Pedig tagadhatatlan tény. Közvetlen észlelésed feltárta előtted, hogy belső éned nem más, mint a tudat. Ez az igazság; mielőtt az *ego* megszületett volna, és beépült volna a magadról alkotott képbe, már ott volt az éned: a tiszta tudatosság. Erről szólt az egész disputa 2500 évvel ezelőtt, amikor Szókratész azokat a bizonyos keresztkérdéseket feltette. Arra ösztönözte az embereket, hogy ne csak gondolataik tar-

talmát vizsgálják meg, hanem magukat a gondolatokai is. Mi már természetesen tudjuk, hogy ez rövid úton a tiszta tudathoz, az oszthatatlan belső énehez vezet.

Gondolkodjunk még el egy kicsit ezen a dolgon, hogy tiszta tudatból vagyunk. Gondolj vissza az eddig eltelt életedre, és idézd fel a gyerek- és serdülőkorodat. Ezután emlékezz vissza a húszas, harmincas éveidre, és így tovább, amíg elérkezel a mai napig. Gondolj arra, hogy mit csinálsz most. Az eddig eltelt életedben megváltozott az érdeklődésed, és megváltoztak az érzéseid, tested megnőtt és idősebb lett, a családod szintén, közben pedig barátok jöttek és mentek. Mégis végig megvolt benned egy rész, amely végig veled volt, ameddig csak vissza tudsz emlékezni, és ma is veled van. Ez a rész semmit sem változott a hosszú évek alatt.

*Az „ego” nem más, mint egy csomó dolog összessége,  
többek között a korod, a nemed, a kedvteléseid, a reményeid  
és az emlékeid, amelyeket életnek hívsz.*

Életed minden egyes szakaszában — vagy inkább minden egyes pillanatában —, miközben a tested-lelked azzal volt elfoglalva, hogy kialakuljon belőle mai formája, a tudatod csöndben virrasztott, mint valami örök tanú. Amikor azt mondtad: „A mamát akarom” vagy „Utálok a tesiórákat” vagy „Örökké szeretni foglak” vagy „Nem szeretem a hangos zenét”, akkor olyan dolgokat nevezted meg, amelyek az egóddal történtek, de nem az éneddel. A hajdan volt érzéseid (hogy a mamát akarod, hogy utálsz a tesiórákat és így tovább) már

mind megváltoztak, és most az elméd azon részében laknak, amelyet emlékezetnek hívnak. Az életed sok szempontból megváltozott, és továbbra is változni fog. A tudatod azonban mozdulatlan tanúként szemléli a filmet, amelyet az életednek hívsz.

Lord Tennyson ehhez a változatlanul álló rejtélyhez szólt, amikor „A patak” című versében így írt: „Az emberek jöhetnek és mehetnek, De én örökre itt maradok.” Mi is ugyanilyen könnyedén, bár sokkal kevésbé ékesszólóan kijelenthetnénk, hogy jöhetnek-mehetnek ugyan az érzések, a gondolatok, az emberek, a környezet, de a tudatunk örökké itt marad. Ez persze nem kavarja fel annyira a lelket, de azért a lényegét jól megragadja.

Miért olyan fontos, hogy megismerjük önmagunkat? Ha megtanulod értékelni belső éned változatlanóságát, korlátlanóságát, örök tudatosságát, akkor hirtelen jelentőségét veszti az érzés, hogy ki vagy szolgáltatva a romlandó testnek és az esendő elmének. Tudatára ébredsz, hogy túlléptél a változás mezején, sőt, még a halálon is. Ráébredsz, hogy túl az egódat alkotó dolgokon és gondolatokon, örök tudatként létezel.

*Mag a a tudat vagy!... Es a tudatod mozdulatlan tanúként szemléli a filmet, amelyet az életednek hívsz.*

Ha ez a pár perc, amíg megfigyelted a gondolataid közötti hézagot, meghozta számodra a békét és a nyugalmat, akkor képzelheted, milyen csodálatos kalandok várnak rád, ha a tiszta tudat átjárja a gondolkodásodat,



az étkezésedet, a munkádat és a szerelmedet. A teljes és gyümölcsöző élethez vezető út első lépése az, hogy felfedezed, hogy tiszta tudat vagy. A következő lépés az lesz, hogy a tiszta tudatot becsalogatod a mindennapjaidba. Végül pedig, amikor megtanulod meggyógyítani a magad és mások sebeit, akkor válik igazán áldássá.

Hetedik fejezet

# A KAPUNYITÓ TECHNIKA

*„Ha batással lebetnéke a jó tündérre, aki állítólag  
minden kisgyerek keresztelőjénél jelen van, azt kérném tőle,  
hogy minden gyerekeknek a rácsodálkozás képességét adja  
ajándékba, mégpedig olyan elpusztíthatatlan rácsodálkozást,  
amely kitart az életük végéig.”*

**RACHHL CARSON**

Az emberek különféleképpen szoktak reagálni arra, amikor felfedezik, hogy a tiszta tudattal azonosak, és nem azzal a rengeteg rendetlen kacattal, amely kitölti az elméjüket. Rendszerint van egy örömteli, meglepett pillanat, amelyhez a szabadság és a könnyedség érzése társul. Ez az eufória eltarthat egy ideig, de előbb-utóbb az ego vissza akarja venni az uralmat az elme fölött. Amikor vissza is veszi, akkor a gondolatok és a dolgok újra visszakerülnek kitüntetett, túlzottan fontosnak tartott helyzetükbe. A tudat gyöngye kis visszhangja hamar elhal, és gyorsan megfeledkezünk róla. De ennek nem kell feltétlenül így történnie. Ha elsajátítod ennek a könyv-

nek az alapjait, biztosra veheted, hogy állandósítani tudod a tiszta tudatra épülő gondolkodásmódot.

Az ehhez vezető út következő lépése az, hogy elmélyítsd és kiszélesítsd a tiszta tudat meg nem tapasztalását azzal, hogy egyre több időt töltesz azzal, hogy tudatában vagy a tiszta tudatnak. Ehhez kifejlesztettem egy bámulatosan egyszerű, ám hatékony módszert, amelyet bárki képes elsajátítani. Ezt Kapunyító Technikának hívom, mert olyan könnyedén nyitja meg a kaput a tiszta tudat felé, mintha maga a Kapu Órzóje olajozta volna meg a kapu pántjait. Neked már csak át kell sétálni rajta.

*A következő lépés az, hogy elmélyítsd és kiszélesítsd a tiszta tudat meg nem tapasztalását.*

A Kapunyító Technika finom, mégis mélyreható változást eredményez a világlátásodban. Ez a változás eleinte alig észlelhető, mégis óriási hatással lesz testedre és elmédre, és ebből kiindulva az élet minden más területére. Nem ritka, hogy valaki még csak néhány hete gyakorolja ezt a technikát, de barátai máris megjegyzik, mennyire nyugodtan viselkedik mostanában, és milyen szelíd fény ég a szemében.

Ideje elkezdeni, úgyhogy gyürkőzz neki, és készülj fel, hogy kinyisd az énedhez vezető kaput.

*Második tapasztalat: A Kapunyitó Technika\**

Ülj le egy kényelmes fotelbe, ahol nem Jognak zavarni 10—20 percig. Csukd be a szemedés hagydhogy a gondolataid 10—20 másodpercig szabadon kószáljanak. Ezután idézz jel magadban pár pozitív szót. Hogy a szavakat lelki szemeiddel látod vagy hallod őket, az mindegy. Ohyanokra gondolk, mint: csend, nyugalom, békesség, öröm, boldogság vagy éppen ekstázis. Ohyan szavak is megjelenhetnek a gondolataidban, mint például: fény, szeretet, együttérzés, végtelen tér, tiszta energia, létezés vagy kecsesség. Mintán egyszer végigfutottál a pozitív szavak listáján, menj végig rajtuk újra. Finoman válassz ki egy szót, amelyik megragadja figyelmedet. Figyelj jobban oda rá, és várd meg, mi fog történni.

Abogy ártatlanul figyelsz, anélkül hogy közbeavatkoznál, a szó előbb-utóbb valamiféleképpen átfog alakulni. Nagyobb, fényesebb vagy hangosabb lesz. Esetleg elkezd pulzálni, vagy éppen fakulni kezd, és addig halványul, amíg eltűnik. Nem lehet előre megmondani, hogy mi fog történni vele, de most nem is ez számít. A te dolgod pusztán annyi, hogy megfigyeld, anélkül hogy bármilyen módon megpróbálnád irányítani, vagy közbeavatkoznál. Ohyan, mintha tévét néznél, de csak gondolatban. Ugye, milyen könnyen megy?

Abogy a szavadra koncentrálsz, előfordulhat, hogy gondolataid elkalandoznak, vagy elkezdesz magad körül más hangokat hallani. Egy időre elfelejtheted, hogy éppen a Kapunyító Technikát gyakorlod. Elveszhetsz a gondolataidban akár

\* A Kapunyító Technika hangfelvétele megtalálható a könyvhöz mellékelt CD-n, és letölthető a [www.edesviz.hu](http://www.edesviz.hu) honlapról.

*hosszú percekre is. Nem nagy gond. Ha így történik, amikor észreveszed, hogy nem a szavadra figyelsz, nyugodtan térj vissza hozzá. Ennyi az egész. A Kapunyító Technika ennyi - re végtelenül egyszerű és ártatlan.*

*Még egy dolog: előfordulhat) hogy azt veszed észre, hogy a szavad időnként el-eltűnik. Ez teljesen rendben van. Csak figyeld meg az űrt, amehet maga után hagy. Felfogod ismer- ni, hogy ez ugyanaz a hézag, ahol a tudat lakik. A hézag még nem a cél. Ez is csak egy a sok változás közül, amelyeken az elméd átme- gy. Hamarosan magától visszafog térni a szó, amit választottál. Vagy átalakul egy másik szóra. Az is rendben van. Csak fogadd el az új szót, és ugyanúgy figyeld meg, mint a régit.*

Tekintsük át még egyszer: ülj csöndben, csukott szemmel. Néhány másodperc múlva keress egy szót, és egyszerűen figyeld meg, mi történik vele. Ne avatkozz közbe — egyszerűen csak figyeld. Ha észreveszed, hogy más gondolatok vagy zajok is jelen vannak, csöndben keresd meg újra a szót, és kezd el megint vizsgálni. Ha el is vesztenéd a választott szavadat, vissza fog térni, vagy egy másik veszi át a helyét. Csak kövesd az eseményeket.

*A Kapunyító Technika ereje az egyszerűségben és az ártatlanságban rejlik.*

Nem számít, mi történik, csak figyeld, ami kibontakozik a szemed előtt, anélkül hogy közbeavatkoznál. Ezt a technikát 10—20 percen keresztül csináld (de 10

percnél hamarabb semmiképp se hagyd abba). Ha kész vagy, ne nyisd ki rögtön a szemed, és ne ugorj fel, hogy máris valami másba kezdj. Hagyd csukva a szemed még egy-két percig, és lassan térj vissza a külső valóságba. Ha túl gyorsan jössz vissza, esetleg ideges leszel, megfájdul a fejed, vagy más kellemetlen testi tünet jelentkezik. Ha észreveszed, ha nem, a tested nagyon ellazul, ezért időre van szüksége, hogy megint rendesen használni tudd. Az elméd már nagyon neki akar lendülni, de te mindenképp hagyj rá időt, hogy visszarázódhasson a dolgokba — és lassan térj vissza a hétköznapi életbe.

Ezt a technikát mindennap legalább egyszer gyakorold. Ha azonban naponta kétszer gyakorolsz, négyszer akkora hatást érsz el. A legjobb közvetlenül ébredés után végezni, majd egy kicsit később megismételni. Ha nem tudod sehogy sem beilleszteni a napi teendőid közé, akkor este, lefekvés előtt végezd el. Kiválóan oldja a napi stresszt, és segít elaludni.

A kitartó gyakorlás elengedhetetlen a folyamatos sikerhez. Kezdetben olvasd újra a fenti utasításokat, vagy pár naponta hallgasd meg a Kapunyító Technikát. Ettől felhagysz az esetleges rossz szokásaiddal, amelyek megtalálják az utat, és betolakodnak a gyakorlatokba. Gyakori hiba, hogy az ember azt hiszi, jól végzi a gyakorlatot, közben pedig rá kell ébrednie, hogy kihagyott valami fontosat, vagy éppen belevett valami szükségtelent. Ha nem figyelsz oda rá, hogy ártatlanul figyeld az eseményeket, akkor a Kapunyító Technika nem lesz olyan hatékony, és azt fogod hinni, hogy már nem működik olyan jól, mint eleinte, amikor elkezdted. Ez holtbiztos

jele annak, hogy valami tisztatlanság tolakodott be a gyakorlatodba. Ha már két hétig néhány naponta újraolvastad vagy újrhallgattad az instrukciókat, akkor a továbbiakban kéthetente olvasd vagy hallgasd őket újra. Ez biztosítja, hogy a lehető legtöbbet kihozod a következő gyakorlatból.

A Kapunyító Technika arra tanít meg, hogyan bízz a puszta megfigyelésben. Ami történik, az meglehetősen varázslatos. A gyógyítás a legkisebb megerőltetés nélkül veszi kezdetét. Sőt, bármiféle erőlködésnek kontraproduktív hatása van. Ez a technika lényegében annyit tesz, hogy megfürdetsz a pszichét a tudat gyógyító habjaiban. Gyakorlatilag rákapcsolódsz arra a bölcsességre, amelyből a tested-lelked származik.

Ha rendszeresen gyakorolsz, azt fogod tapasztalni, hogy több az energiád mind testi, mind pedig lelki értelemben; hogy kipihentebb vagy, kevesebbszer vagy beteg; hogy ellenállóbb vagy a szellemi és az érzelmi stresszel szemben, és jobbak lesznek az emberi kapcsolataid. És mindezt azzal éred el, hogy egyszerűen csak figyelsz. Hamarosan észre fogod venni, hogy nemcsak gyakorlás közben, hanem a mindennapokban is jobban oda fogsz figyelni. Ez a gyakorlat önmagában is tökéletes, de arra is jó, hogy ezzel vezess fel más gyakorlatokat, és így nagyobb hatást érj el velük. Ne feledd, hogy a gyakorlat ereje az egyszerűségében rejlik: úgy tökéletes, ahogy van. Ha hozzá akarsz adni vagy el akarsz venni belőle valamit, azzal csak a határfokát rontod.

*A gyógyítás a legkisebb megerőltetés nélkül veszi kezdetét. ..*

*Es mindezt azszal éred el,  
hogy egyszerűen csak figyelsz.*

Hamarosan meg fogsz ismerkedni a Kvantumszinkronizáció módszerével, amely az azonnali gyógyulás tudományos módja. A Kapunyitó Technikát ugyan nem alkalmazzuk közvetlenül a Kvantumszinkronizáció során, de segít kifinomultabbá tenni a tudatot, ami a Kvantumszinkronizáció alapja. Ha mindennap gyakorolsz, hamarosan szokásoddá válik, hogy tudatosan végezd a cselekedeteidet. Később, amikor már gyakorlott gyógyító leszel, a Kapunyító Technikát kiválthatod a Kvantumszinkronizációval, de a legtöbb ember mindkettőt párhuzamosan gyakorolja.

Most jött el az ideje, hogy megvizsgáljuk, mi az a Kvantumszinkronizáció, és hogyan működik. Azután azt fogod megtanulni, hogyan fogd munkára az erejét, és hogyan gyógyítsd meg vele magadat és másokat.



Nyolcadik fejezet

# A KVANTUM - SZINKRONIZÁCIÓ

*„Isten nem azt nézi, hogy mit tesszünk, hanem  
hogy mennyi szeretettel tesszük.”*

TÍRÍÍZ ANYA

*Mi a Kvantumszinkronizáció?*

*A Kvantumszinkronizáció egy gyors és hatékony tudományos módszer, amelynek a segítségével csökkenthetjük a fájdalmat, és segíthetjük a gyógyulást. Azonnali, látható és érzékelhető változásokat idéz elő a testben. Megismételhető, és kiállja a tudományos kísérletekre vonatkozó szigorú követelményeket. A Kvantumszinkronizáció az első kezelés után is még sokáig kifejti hatását, amennyiben finoman kiegyensúlyozza és felszámolja a testi és lelki egészség útjában álló akadályokat. Mind a gyógyítóban, mind pedig a páciensben felébreszti a gyógyító tudatot. A kvantumszinkronizációs kezelésekre általában a nyugalom és a béke érzése kapcsolódik.*

A Kvantumszinkronizáció felébreszti benned saját belső tudatosságodat. Ha már jobban megismered a tiszta tu-

datot, minden tekintetben jobban fogod érezni magad. Ha pedig egészségesebb és boldogabb vagy, akkor természetes dolog, hogy ezt másokkal is szeretnéd megosztani. Hamarosan meg fogod tanulni az azonnali gyógyulás kvantumszinkronizációs technikáját, és a kör bezárul.

Meg fogod tanulni, hogyan add tovább, amit kapsz — pontosabban, hogyan adj magadból másoknak. Ugyanis azok, akikkel megosztod a tudatodat, szintén tiszta tudatból állnak. Te csak annyit teszel, hogy ráébreszted őket valódi természetükre. Szeretnék még mesélni erről a fantasztikus dologról, de ez jóval túlmutat e könyv keretein. Ha többet szeretnél tudni arról, hogy a belső alaptermészeted milyen kapcsolatban van az egészséggel, az emberi kapcsolatokkal és a boldogsággal, javaslom, hogy olvasd el *Beyond Happiness* című könyvemet. No de térjünk vissza a dolgunkhoz, és felejtsük is el ezt a szégyentelen önreklámot.

*A Kvantumszinkronizáció jelébreszti benned  
saját belső tudatosságodat.*

A tiszta tudat, ahogy nemsokára meg fogod látni, rendkívül hatékonyan segít helyreállítani mindent, ami elromlott. Az olyan tünetek, mint a fájdalom, a zavartottság vagy a depresszió azt közlik velünk, hogy valami nincs rendben. Ezek egyfajta útjelzők, amelyek a belső összeomlás felé vezető utat mutatják. Legyen szó törött lábról vagy összetört szívről, minden rendellenesség szemben áll a zökkenőmentesen működő, produktív, szerető testtel és lélekkel.

Az egészség: rend. Minél nagyobb bennünk a rend, annál egészségesebbek vagyunk. Ha az egészségünk kezd megromlani, egész sereg gyógyszer és kezelés áll a rendelkezésünkre, hogy helyreállítsuk a rendet. Ezt azonban le is egyszerűsíthetjük, ha a rezgés szempontjából vizsgáljuk meg a folyamatot. A rezgések, avagy hullámok az energia legegyszerűbb kifejeződési formái. A csillagok és a békák, az angyalok és az üllők nem mások, mint összetömörült energiahullámok, amelyek azért olvadnak egybe, hogy pontosan ezeket a formákat hozzák létre.

Ugy is tekinthetünk ezekre a szervekre, szövetekre, gondolatokra és érzésekre, mint egyedi rezgéscsomókra, amelyek együttes munkájának eredményeképpen létrejön az egészséges test-lélek. Ha a rezgések nincsenek szinkronban egymással, azt betegségnek vagy rendellenességnek hívjuk, és megpróbáljuk orvosolni. A legtöbb gyógykezelés során rendezett rezgésekkel semlegesítjük a rendellenes rezgéseket. Például a fehér fűz kergének növényi rezgése semlegesíti a fejfájás gyulladásszerű rezgését.

*Az egészség, rend. Minél nagyobb bennünk a rend,  
annál egészségesebbek vagyunk.*

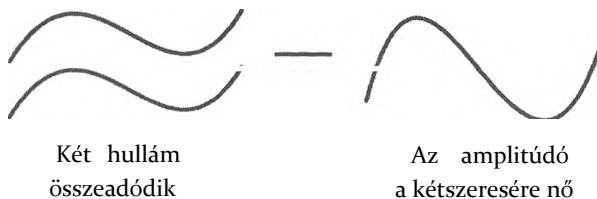
A rezgések megerősítését vagy gyengítését *interferenciának* hívjuk. Azt hiszem, a legegyszerűbben a következőképpen lehetne ezt elképzelni: az amplitúdó egy hullám függőleges kiterjedését (magasságát) írja le. Ha két egyforma amplitúdójú hullámot összeadunk, akkor egy

nagy hullámot kapunk, amelynek az amplitúdója kétszer akkora, mint az eredeti hullámé. Ezt *konstruktív interferenciának* hívjuk. Ennek az ellenkezője is igaz: ha összeadunk két hullámot, amelyeknek pontosan ellentétes az amplitúdójuk, akkor ezek kioltják egymást, és nulla amplitúdó jön létre. Ezt hívjuk *destruktív interferenciának*.

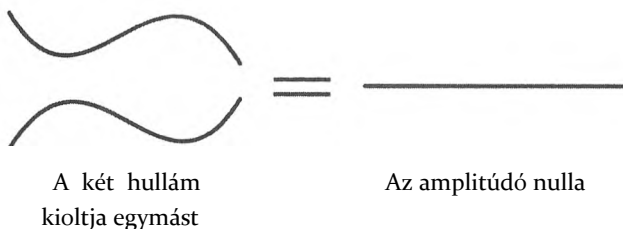
Ez a konstruktív-destruktív interferencia szakzsargon ne retentsen el! Menj le a tengerpartra, és figyelj meg, a hullámok hogyan nyaldossák a partot, így működés közben láthatod az elméletet. Ha jól figyelsz, hamarosan látni fogod, hogy a gyorsabb hullám utoléri az előtte haladó lassabb hullámot. A kettő összeolvad, és egyetlen nagyobb, erősebb hullámban egyesül. Ennek

#### 4. ábra: A hullámok interferenciája

##### Konstruktív interferencia



##### Destruktív interferencia



a nagyobb, gyorsabban mozgó hullámnak nagyobb a lendülete, ezért messzebbre jut a parton, és eláztatja vadonatúj, hófehér teniszcipődet. Ez a konstruktív interferencia.

Ez a hullám aztán elkezd visszahúzódni, te pedig ott maradsz, bokáig a homokos vízbe süppedve, és — közben összeszorított fogaid közül néhány keresetlen szitokszó hagyja el a szádat, és a tengerparton az anyukák mindenütt kétségbeesve próbálják befogni a gyerekek fülét — egy idő után találkozik egy *másik*, a part felé haladó hullámmal. A befelé tartó hullám csökkenti a kifelé jövő hullám erejét, így a magassága és a lendülete lecsökken, és nem fog odáig eljutni, ahol állsz. Na, nem mintha már számítana, mivel nagy morgások közepette már félúton vagy a kocsid felé, és minden lépésnél tengervíz spriccel ki a cipődből. A második hullám lendületvesztése a destruktív interferencia példája.

A hagyományos gyógymódok, mint például a gyógyszerek, az akupunktúra, a bodywork és a finomenergián alapuló kezelések végső soron azért működnek, mert helyreállítják a test vibrációját. Minél közelebb áll a kezelés vibrációja az egészséges vibrációhoz, annál teljesebb lesz a gyógyulás. Néha az is előfordulhat, hogy maga a kezelés idéz elő rendellenességet. Ha a kezelés csak részben találkozik a gyógyítással, mint ahogyan ez a helyzet a vényköteles gyógyszerek esetében, mellékhatások jönnek létre. Általánosságban elmondhatjuk, hogy minél közelebb áll a gyógymód a tiszta rezgésekkel vagy hullámokkal történő gyógyításhoz, annál kisebb a valószínűsége a mellékhatásoknak.

A tiszta tudat nem vibráció, hanem a minden forma mögött lévő potenciális rend és energia. Elméletben, ha képesek volnánk valahogyan tiszta tudatot ültetni egy sérült rendszerbe, akkor a rend mellékhatások nélkül helyreállna. És mivel ez meg is történik, ezért valóban lehetséges! Ezt hívjuk Kvantumszinkronizációnak.

Minden gyógymódnak, kezelésnek, eljárásnak az a célja, hogy a gyógyítónak utat mutasson az esetleg fellépő akadályokon át, amelyek megakadályoznák abban, hogy sikeresen megoldja az adott feladatot. Tévedünk, amikor azt hisszük, hogy a sikerért az eljárás felelős. Nem így van.

*A tiszta tudat nem vibráció, hanem a minden forma mögött  
lévő potenciális rend és energia.*

Megosztok veled egy újabb titkot; ez a cég ajándéka. Nem a gyógykezelés, hanem a tudat végzi el a gyógyítást. Úgy bizony, a tudat a mágikus összetevő minden egyes törekvésben. Teljesen mindegy, hogy autót mosol, trigonometria feladatot oldasz meg, vagy éppen a lábkörmödet vágod, mindig a tudat a kulcsfontosságú összetevő. Próbáld csak meg levágni úgy a lábkörmödet, hogy közben nem vagy tudatodnál. Nem lesz szép látvány.

*Nem a gyógykezelés, hanem a tudat végzi el a gyógyítást.*

A tudatod az, ami életet lehel mindenbe, amit csinálsz  
— a technika önmagában élettelen. A tudat olyan, mint

a vonat, az eljárás pedig olyan, mint a vágány: ha nincs vonat, nincs mozgás sem. Tudat nélkül nem lehet sem mit megoldani. Ezért lehetséges, hogy a sok ezer gyógy mód közül kiválasztasz egyet, mégis meggyógyulsz.

A Kvantumszinkronizáció technikája a gyógy mód helyett a tudatra helyezi a hangsúlyt. Ahogy hamarosan meg fogod látni, maga a technika szinte semmi erőfeszítést nem igényel. Ami azt illeti, a Kvantumszinkronizáció akkor lép működésbe, amikor maga a kezelés befejeződik. Jól látod: amikor a kvantumszinkronizációs technika szerkezete széthullik a tiszta tudatban, akkor veszi kezdetét a gyógyulás. A gyógyulás tulajdonképpen a tudatra ébredés mellékhatása. Ez azt is jelenti, hogy nem te vagy a gyógyító — a tiszta tudat a gyógyító. Ez egy fontos különbség, ami majd még nyilvánvalóbb lesz, ha elsajátítod a Kvantumszinkronizáció gyakorlatát.

*A gyógyulás tulajdonképpen a tudatra ébredés mellékhatása.*

Emellett egy másik életbevágóan fontos szempontot is felvet, amelyet meg kell említenem. Ha nem te vagy a gyógyító, akkor a bekövetkező gyógyulás sem neked tulajdonítható. Vagyis nem vagy felelős érte, megszabadulsz ettől a tehertől.

Tegyük fel például, hogy arra kérnek, gyógyíts meg egy fájós térdet. Nem kell tudnod, hogy a térdfájást reuma, ficam vagy esetleg valami más okozza. Nem kell diagnosztizálnod a problémát. A tudat végtelen rendezettsége megteszi helyetted. Egyáltalán semmit sem kell tudnod a térdről. Csupán annyit kell tudnod, hogy a térd

gazdája mit szeretne, ami ebben az esetben a fájdalom megszüntetése.

Elég, ha elkezded a kvantumszinkronizációs kezelést, a többit már a tiszta tudat elvégzi neked. Vagyis nem is neked, hanem annak, akinek fáj a térd. Neked, azon kívül, hogy beindítod a folyamatot, semmi dolgod nincs.

Meg fogod tudni, hogy a kvantumszinkronizációs kezelés előtt — ami 15 másodperctől néhány percig terjedhet — hogyan végezz el egy egyszerű előzetes vizsgálatot, hogy felmérjed a fájdalmat, a gyulladás vagy a többi tünet mértékét. A kezelés után el kell végezned ugyanezt a tesztet, így megállapíthatod, hogy milyen mértékben csökkentek a tünetek. Mivel neked magadnak nem volt részed a térd gyógyulásában, ezért ne érdekeljen mindenáron, hogy hogyan következett be a gyógyulás. Ez megóv attól, hogy sérüljön az egód, és vissza is fogja azt. Emellett lehetővé teszi, hogy együtt érezz a beteggel, és hogy teljes mértékben kibontakozhasson az örömed. Nem rossz jutalom egy pár perces munkáért, nem igaz?

A Kvantumszinkronizáció pusztán egy folyamat, amely lehetővé teszi, hogy a tudat tiszta tudattá teljedjen ki a gyógyulás érdekében. Ha egyszer a kvantumszinkronizációs folyamat kezdeményezője tudatosítja magában a tiszta tudatot, maga a gyógyulás azonnal bekövetkezik. Bár a betegség vagy az elváltozás egymással diszharmóniában álló elemei egy szempillantás alatt integrálódnak, egy ideig még eltarthat, amíg az eredmény maradéktalanul érzékelhetővé válik. A Kvantumszinkronizáció a kezelés után is hosszú ideig kifejti hatását.



Emiatt sem szabad túlságosan nagy jelentőséget tulajdonítanod az első eredményeknek. Mondjuk, a fájós térd 80 százalékkal javult az első kvantumszinkronizációs kezelés után. Két perccel később a javulás már 90 százalékos, két nappal később pedig a fájdalom mindelestül eltűnik.

*Ha egyszer a kvantumszinkronizációs folyamat  
kezdeményezője tudatosítja magában a tiszta tudatot,  
maga a gyógyulás azonnal bekövetkezik.*

Bármi történjék is, úgy lesz a lehető legjobb. Nem tudsz kárt okozni vele. Az orvosokra vonatkozó ősrégi szabály, miszerint: „Mindenekelőtt ne okozz kárt!” a Kvantumszinkronizáció esetében két ok miatt sem releváns: először is nem gyógyítasz, másodszor pedig nem tudsz kárt okozni.

De azért valamilyen szinten te is részt veszel a folyamatban. A Kvantumszinkronizációban az a szép, hogy mind a partnert, mind pedig a kezdeményezőt meggyógyítja. (Megjegyzés: a kvantumszinkronizációs kezelésben részesülő személyt *partnernek*, a kezelést végzőt pedig *kezdeményezőnek* hívjuk.) A kezelésből adódóan a kezdeményező könnyedén a tiszta tudat magasztos állapotába kerül, és lehetővé teszi, hogy ennek a kifinomult alapállapotnak a harmóniája átrendezze vagy átalakítsa az anyagot anélkül, hogy káoszt okozna. Ha rendszeresen végzed ezt a tevékenységet, a belső tudatosság állapota kifelé is érződni fog, és rendbe szed és meggyógyít mindent, amit gondolsz, mondasz vagy

cselekszel. Az ilyen tapasztalatnak megnyugtató, fel-emelő és lelkesítő hatása van.

Az itt következő néhány bekezdésben általánosságban fogom összehasonlítani a Kvantumszinkronizációt és más gyógymódokat. Ez segíteni fogja a megértést. Kérlek, ne érts félre, nem áll szándékomban minősíteni ezeknek a gyógymódoknak az értékét. Minden gyógymód értékes és szükséges. Ha nem így gondold, kérdezd csak meg azt a több millió embert, akiknek jobbá teszik a mindennapjait. En most az egészséget egy átfogóbb szemszögből vizsgálom, olyan távlatból, amely túlmutat a testen és az elmén, és magában foglalja az emberi kapcsolatok minden területét. Igazából azok a fogalmi korlátok vernek minket bilincsbe, amelyek behatárolják a gondolkodásunkat, és legyengítik a testünket.

*A Kvantumszinkronizációban az a szép, hogy mind a partnert,  
mind pedig az kezdeményezőt meggyógyítja.*

Lehet, hogy csak arra kívánod használni a Kvantumszinkronizációt, hogy valamilyen testi vagy lelki fájdalmat csillapíts vele, és ez rendben is van. A Kvantumszinkronizáció azonban több pusztán testi-lelki gyógymódnál; könnyedén kiáramlik, és meggyógyít és gazdagít mindent, ami emberi, és még azon is túl. Ráadásul mindez teljesen automatikusan történik. Ha rendszeresen alkalmazzák, az élet durva oldala finomabbá válik, az egyenetlenségek kisimulnak, és mindezek eredményeképpen úgy fogsz az életre tekinteni, mint egy tápláló

ősanyára, aki megvéd, tanít és végül megad mindent, amire szükséged van. Ez gyorsan megy, ha már egyszer felébredtél a szendregésedből, és játékosan, ugyanakkor félelemmel vegyes tisztelettel üdvözlöd az új napot. A Kvantumszinkronizáció ez első játék, amelyet kivehetsz a dobozból, és ezt kell utoljára visszatenned.

*A Kvantumszinkronizáció azonban több puszta testi-lelki  
gyógymódnál; könnyedén kiáramlik, és meggyógyít  
és gazdagít mindent, ami emberi, és még azon is túl.*

Ha naponta játszunk a Kvantumszinkronizációval, személyes bajaink maguktól gyógyulásnak indulnak. A gyógyulás üteme felgyorsul. Egyre kevésbé kezdünk függeni a külső körülményektől, és könnyebben fordulunk befelé, hogy imádattal szemléljük, ahogy az élet feltárul előttünk. Mint a hegyoldalon lefelé guruló hógolyó, úgy gyűjtjük magunk köré az élet teljességét, és közben egyre nő bennünk az egészséges lendület és a vibráló életerő.

En azonban nem vagyok purista, és szerintem te se legyél az. A Kvantumszinkronizációban megvan a lehetőség — hangsúlyozom: a lehetőség —, hogy minden létező problémát varázsütésszerűen orvosoljon. Minden nap meg fogsz lepődni magadon, annyi apró csodát fogsz véghezvinni. Ez az élmény alapjaiban rengeti majd meg a világlátásodat... Most gondolj csak bele, az egész univerzum teremtő forrását fogod megcsapolni! Próbáld csak meg ezt úgy csinálni, hogy közben úgy teszel, mintha mi se történt volna.

*Mindennap megfogsz lépődni magadon,  
annyi apró csodát fogsz véghezvinni.*

A Kvantumszinkronizáció attól más, hogy nem a gyógyszerekre, a gyógymódokra vagy a hozzáállásra helyezi a hangsúlyt. Míg a hagyományos gyógymódok valamilyen rendszert próbálnak felállítani, addig a Kvantumszinkronizáció azt keresi, hogyan tudná ezeket lebontani. A struktúrák rendezett lebontása megnyitja az orvos elméjét a tiszta tudat felé, ami viszont rendet visz a struktúrába.

Minden gyógyzóban van érték. Ez az érték annál nagyobb, minél nagyobb az orvos tudatossága. A Kvantumszinkronizáció hatékonyságát, mint minden más gyógyzóét, az orvos gondolkodásának határai szabják meg. Egy tökéletes világban a Kvantumszinkronizáción kívül semmi másra nem lenne szükségünk, hogy biztossítsuk magunknak a tökéletes egészséget és harmóniát, mind fizikálisan, mind mentálisan, mind a kapcsolatok, a munka, a spiritualitás, a tanulás és a pihenés terén. Bizony, a Kvantumszinkronizáció ezt mind rendbe tudja hozni. Rossz hír azonban, hogy mint minden más gyógyzó, a Kvantumszinkronizáció is csak annyira képes, amennyit az orvos korlátai lehetővé tesznek. A jó hír viszont az, hogy gyakorlással ezek a korlátok lebonthatók. Egyszerűbben megfogalmazva, minél többet gyakorlunk, annál vidámabb és kielégítőbb lesz az életünk. Most viszont térjünk vissza a Kvantumszinkronizáció alapjaihoz.

*Rossz hír azonban, hogy mint minden más gyógymód,  
a Kvantumszinkronizáció is csak annyira képes,  
amennyit az orvos korlátai lehetővé tesznek. A jó hír viszont a.z,  
hogy gyakorlással ezek a korlátok lebonthatók.*

A Kvantumszinkronizáció nem a finomenergiával gyógyít. A Kvantumszinkronizáció nem a hullámok interferenciájára épít, nem próbálja meg semmilyen módon semlegesíteni a negatív energiákat, sem gyógyfüvekkel, sem gyógyszerekkel, sem bodyworkkel vagy más kezeléssel, sem energiasugárzással, sem más egyéb módon. A Kvantumszinkronizáció ebben a tekintetben is egyedülálló. íme, a működésmódja:

Minden jelentős gyógymód, legyen az hagyományos orvoslás, finomenergia vagy a kettő között bármi, kitartó tanulást és gyakorlást kíván meg egy képzett orvos irányítása alatt, bogy hatékonyan és biztonságosan működhessen. Nagyon valószínű, hogy az adott gyógymód sokévi kísérletezésen ment át, mielőtt széles körben elfogadottá vált. A legtöbb gyógymód a mai napig fejlődésben van. Mindegyikük legalább annyira művészet, mint tudomány, és változó eredményességük nagymértékben az orvos képességeinek függvényében alakul. Fontos odafigyelni az apró részletekre is, mert ezekkel a gyógymódokkal ártani is lehet, ha nem megfelelően alkalmazzák őket. A legkevesebb, hogy ilyenkor hatástalanok.

A fent említettekből a Kvantumszinkronizációra semmi sem igaz, mégpedig annál az egyszerű oknál fogva, hogy a kezdeményező nem csinál semmit. Egyszerűen csak hagyja, hogy a tiszta tudat elvégezze a munkát. Ne

feledd, a tiszta tudat: tökéletes rend. Ha valamiről lát-  
szik, hogy megbomlott benne a rend, a tiszta tudat  
rendbe teszi. A kezdeményező csak felállítja a színpa-  
dot, mindent előkészít, majd félreáll az útból. A tiszta  
tudat lebontja a diszharmóniát, és tökéletes rendet állít  
össze belőle, miközben a kezdeményező csak csöndben  
és boldogan figyel az eseményeket.

Milyen nehéz megtanulni a Kvantumszinkronizációt?  
Olyan könnyű, mint gondolkodni. Nincs szükség hoz-  
zá semmilyen különleges képességre, és gyorsan tanul-  
ható. Tulajdonképpen nagyobb erőfeszítés a Kvantum-  
szinkronizációról olvasni, mint gyakorolni. Ha tehát  
most ezt a könyvet olvasod, biztos lehetsz benne, hogy  
alkalmazni is képes leszel a Kvantumszinkronizációt. Es  
akkor majd személyesen is megtapasztalod a tiszta tu-  
dat bámulatos gyógyító hatásait.

Mire is jó a Kvantumszinkronizáció? Amit el tudsz  
gondolni, azt a Kvantumszinkronizáció meg tudja javí-  
tani. Meg *tudja*, de ez nem azt jelenti, hogy feltétlenül  
meg is *fogja*. Bármit, amit a tiszta tudat hozott létre —  
márpedig mindent az hozott létre —, azt meg is tudja ja-  
vítani. Logikus, nem igaz?

A tiszta tudat az, ami a javítást elvégzi, nem pedig  
a kezdeményező. Nem hátráltatják személyes hiányos-  
ságaink, vágyaink, előfeltevéseink, reményeink, félelme-  
ink, céljaink, kudarcaink vagy bármi más, ami a koponyánkon belül zajlik. Mi, emberek csupán hihetetlenül  
apró töredékét látjuk mindannak, ami van, volt vagy  
lesz. Az a baj, hogy azt hisszük, tökéletesen tisztában  
vagyunk vele, mi a helyes döntés egy adott helyzetben,

pedig az az igazság, hogy fogalmunk sincs. Világunk az okok és okozatok végtelen tengere. Minden jelenlegi okozat végtelen számú, egymásba fonódó ok eredménye, amelyek évmilliókra nyúlnak vissza, egészen az első gondolatig, amelyből a teremtés kútfeje fakadt.

Hogyan lehetne megismerni az okot, ami miatt ebben a pillanatban azt gondolod, amit éppen gondolsz? Tisztában vagy vele, hogy mi miatt alakult ki egy gondolatod, vagy az azt megelőző?

*Tulajdonképpen nagyobb erőfeszítés  
a Kvantumszinkronizációról olvasni, mint gyakorolni ...  
Amit el tudsz gondolni, azt a Kvantumszinkronizáció  
meg tudja javítani.*

Olyan nehéz elképzelni, hogy nem mi vagyunk a sorunk urai, mint ahogy eddig hittük? Vegyünk például egy idős agglegényt, aki még fiatal korában egy perccel később indult a kisboltba, mert nem találta a kocsikulcsát. Egy perccel később ért oda a boltba, ezért pont elszalasztotta az alkalmat, hogy megismerkedjen az egyetlen nővel, akit szeretni tudott volna. Egy percen vagy akár egy másodpercen is egy egész élet múlhat.

Bizonyára már mindahányan elmorfondírogattunk azon, hogyan alakult volna az életünk, ha eggyel több lottószelvényt veszünk, vagy nem szegülünk ellen a szüleink akaratának, és utcai pantomimes lesz belőlünk. Eletünk minden egyes percét olyan erők irányítják, amelyeknek nem vagyunk urai, és amelyek teljesen megváltoztathatják a jövőnket.

Tartsunk egy kis szünetet, és játszunk el egy kicsit az absztrakcióval, rendben? A gondolkodás határainak kitérítése mindig jó dolog, és különösen hasznos akkor, amikor új utakat akarunk felfedezni a gyógyítás birodalmában. Ha másra nem is jó, legalább csontot dob az agynak, amin az elrágódhat egy ideig. Olyan ez, mint egy mag, amely kicsírázhat, és amelyből kinőhet valami hasznos, végső soron akár valami bámulatosan nagyszerű dolog is.

A kvantumfizika már számos olyan hihető elmélettel állt elő, amelyek párhuzamos univerzumok létezése mellett érvelnek. En személy szerint azt vallom, hogy mindannyiunknak végtelen számú életünk van. Az nem is elmélet, hanem matematikai tény, hogy az idő nem folyik. Nem úgy létezik, ahogy általában elképzeljük. Csupán az elménkkel teremtünk egyfajta egymásutáni-ságot, amelyet aztán időként azonosítunk. Más szóval, az időt az ember teremti, és az elménken kívül máshol nem is létezik. Csupán korlátozott tudatosságunk az, amely miatt azt hisszük, hogy egyetlen időben létezőnk, és egyetlen életünk van.

*Az időt az ember teremti, és az elménken kívül  
máshol nem is létezik.*

Nagy a valószínűsége, hogy mindannyian egy párhuzamos életben is létezőnk, és ugyanolyanok vagyunk, mint itt, valami apró különbségtől eltekintve. Az egyik életedben például reumásak az ujjaid; a másikban az ujjaidon kívül a térdeid is, egy harmadik életben pedig



egyáltalán nem is vagy reumás. Gondolj csak bele: végtelen sok példányban fejeződsz ki, amelyek egymás mellett léteznek. Hát nem volna csodálatos, ha tudatosan átjárkálhatnál egyikből a másikba? Élettapasztalod ebben az esetben végtelenül megsokszorozódna, és csakis a tudatosságod szabna neki gátat... Ezzel pedig egy nagyon érdekes kérdéshez érkeztünk.

Mi köti össze ezeket a párhuzamos univerzumokat? Ha minden egyes életedre úgy tekintesz, mint egy-egy gyöngyszemre egy nyakláncon belül, akkor mi lehet az a fonál, amely összetartja őket? A párhuzamos univerzumok összekötő fonala nem más, mint Bohm végtelen egésze, a tiszta tudat belső rendje. A tiszta tudat az átjáró, amely minden egyes életünket összeköti. Meglehet, hogy a Kvantumszinkronizáció így működik: a tudatosságot átviszi a tiszta tudat átjáróján keresztül egy párhuzamos életbe. Ha mondjuk ebben az életedben reumás vagy, akkor csak annyi a dolgod, hogy erőfeszítés nélkül fejest ugrasz a tiszta tudatba az egyik oldalon, és kijössz egészségesen a másikon.

Ez engem C. S. Lewis egyik könyvére emlékeztet a *Narnia krónikái* című sorozatból, ahol is a szereplők alá tudtak merülni egy tó mélyére, és Narnia világában jöttek a felszínre. Úgy látszik, Lewis intuitív módon megsejtett valamit abból, amit a kvantumfizika párhuzamos univerzumoknak nevez.

En leginkább úgy szeretem elképzelni ezt a dolgot, mintha egy zenei CD lenne. A lemez felületén minden egyes szám egy-egy életnek felel meg. Az információt letapogató lézervfény végigpásztázza a lemezt, és kisza-

badítja az egyes számokba zárt zenét. A lézer a tudatosságunk, amely végigpásztázza a számot, amelyet a jelenlegi életünknek hívunk. A tudatosságunk születésünk-től halálunkig tart, de nem szabad elfelejtenünk, hogy az idő nem folyik. Ez tény. Az idő pusztán illúzió, amelyet a tudatos elménk teremt. Az összes életünk egyszerre létezik, mint ahogy a számok is egyszerre léteznek a CD-re égetve. No már most, mi történne akkor, ha ahelyett, hogy a lézer előre megjósolhatóan egyik számról a másikra ugrana, meg tudnánk csinálni, hogy valamelyik mellette levő számra ugorjon. Elkezdhetnénk lejátszani a mellette levő számot, ugye? Egy egész betegség azonnali gyógyulása csodának tűnik, mígnem felismerjük, hogy épp most ugrottunk fejest a tiszta tudatba az egyik életünkéből, és egy másik életben jöttünk a felszínre, ahol nem szenvedünk ettől a betegségtől.

Jó okom van rá, hogy mindezt elmondom. A csodának, amelyeket véghez tudunk vinni, csupán a tudatosságunk szab határt. Mindannyiunknak megvannak a határaink, ez elkerülhetetlen. De ha tudjuk mindazt, amit most megtanultunk, akkor megpróbálhatunk kibújni a tudatosságunkat gúzsba kötő láncok alól, és elkezdhetünk egy új életet élni, amelyet nem kötnek a jelenlegi korlátok. Tényleg olyan könnyedén meg lehet gyógyítani a reumát, mintha csak a számok között váltanánk a CD-n? Igen, ha tudjuk, hogyan kell, és az elménk is engedi. A Kvantumszinkronizáció egyszerű folyamatába be van építve a teremtés mechanizmusa, az a képesség, hogy felnyissa a tudatunkat a végtelen lehetőségekre, amelyeket a teremtés tett le élénk.

*A csodáknak, amelyeket véghez tudunk vinni,  
csupán a tudatosságunk szab határt.*

Mármost, jó szórakozás eljátszadozni az elmelekekkel, és lehetőséget nyújtanak rá, hogy kitágítsuk elménk jelenlegi határait, ám a Kvantumszinkronizáció működik, ha van rá elméleted, ha nincs. Működik akkor is, ha hiszel benne, és akkor is, ha nem, sőt, még akkor is, ha nem érted, hogyan működik. Még egy gyerek is képes a Kvantumszinkronizációra, a maga tökéletes ártatlanságában — sőt, ami azt illeti, ártatlanság nélkül nem is működik az egész.

Ezt a tiszta gyógyító tudatosságot nem lehet pusztán erővel vagy akarattal megteremteni. Csak annyit tehetünk, hogy ártatlan szándékunkat belehelyezzük a tiszta tudat óceánjába, ahol a harmónia és a gyógyulás áramlatainak iránya már nem a mi kezünkben van. Meglehet bennünk a vágy, hogy meggyógyítsunk valakit, de ez a vágy korlátozott énünkből fakad, amely az elme örök-ké háborgó tengerében ázik. Lehet, hogy az együttérés szülte önzetlenségről van szó, amelyet egy szenvedő lény iránt érzünk, de arra nincs módunk, hogy megtudjuk, a kozmikus tervbe beleillik-e ez a vágyunk. Nem tudhatjuk, milyen végtelen, egymással összefüggő eseményesorok vezettek a harmónia látható megbomlásához. Azt sem tudhatjuk, hogy milyen módon fog újra kifejeződni benne a harmónia.

Amikor Kvantumszinkronizációt hajtunk végre, mindig megváltoznak a körülmények. Lehetséges, hogy egyetlen kvantumszinkronizációs kezelés beindít olyan

erőket, amelyek az egész univerzumon végigvonulnak, mielőtt helyreáll a harmónia. Iniciátorként csak annyit tehetünk, hogy kifejezzük jobbító szándékunkat. Az eredmény, bármilyen formát öltön is, a tiszta tudat természetes és tökéletes kifejeződése lesz. Egyszerűen csak elfogadjuk, amit látunk, azzal a tudattal, hogy nem tudhatjuk, milyen erők működnek közre, vagy hogy mikor fognak megnyilvánulni.

*Még egy gyerek is képes a Kvantumszinkronizációra,  
a maga tökéletes ártatlanságában — sőt) a;mi azt illeti,  
ártatlanság nélkül nem is működik az egész.*

Volt egyszer egy ügyfelem, aki arra kért, hogy az összes problémáját egyszerre orvosoljam. Krónikus homloküreg-gyulladásra volt, és a munkája miatt a vállában izomgörcsök alakultak ki. Emellett hat hete vérszegénységtől szenvedett premenopauzális komplikációiból adódóan. Néhány percig kezdeményeztem a kvantumszinkronizációs folyamatot, amíg azt nem láttam, hogy a teste halványan reagál a kezelésre, és befogadja a tiszta tudat rendteremtő hatását. Amikor megkérdeztem, hogyan érzi magát, azt felelte, pont ugyanúgy, ahogy a kezelés előtt. Elmagyaráztam neki, hogy a kezelés sikeres volt, és hogy jelenleg nem tehetek érte többet. Láttam az arcán, hogy csalódott, amikor távozni készült.

Nagyjából egy órával később azonban izgatottan felhívott, és elmondta, hogy hazafelé menet a homloküregében felszakadt az elzáródás, és majdnem félre kellett állnia a kocsihoz, hogy oda tudjon figyelni immár

szabad homloküregére. Már vagy 20 perce otthon volt, amikor érezte, hogy a válla ellazul, és kezdi könnyűnek, felszabadultnak érezni magát. Gratuláltam neki, és megköszöntem, hogy időt szakított rá, és értesített az állapotáról. Másnap reggel újra felhívott, ezúttal még izgatottabb volt. Az összes premenopauzális tünete elmúlt.

*Lehetséges, hogy egyetlen kvantumszinkronizációs kezelés  
beindít olyan erőket, amelyek  
az egész univerzumon végigvonulnak,  
mielőtt helyreáll a harmónia.*

A kvantumszinkronizációs kezelés időpontjában a beteg semmiféle külső jelét nem adta, hogy működött a kezelés, egy apró változáson kívül, amit a háta felső részének egyik izmában észleltem. Fogalmam sem volt, milyen enyhülést tapasztalhat, ha egyáltalán érez bármit is. Nem kellett ezzel foglalkoznom, mert én a folyamatban inkább csak kívülálló voltam, mint résztvevő. Beindítottam a Kvantumszinkronizációt, majd félreálltam az útból. Nem azért okozott olyan nagy örömet a gyógyulása, mert én magam tettem érte valamit, hanem valami másért. Valahányszor egy ilyen gyógyulás bekövetkezik, azt bizonyítja, hogy az élet hatalmasabb, mint hittük, és bőkezűsége minden képzeltet felülmúl.

Amikor beindítok egy kvantumszinkronizációs folyamatot, valami nálam nagyobbat érintek meg, és megismerem, hogy ez a valódi énem. Azt érzem ilyenkor — és ez nem pusztán remény, hanem tudás —, hogy a vi-

lágban minden a helyén van. Nem azért gyakorlom a Kvantumszinkronizációt, hogy jobbá tegyem az életemet. Azért teszem, hogy sose feledjem el, hogy a tökéletesség már most létezik, és hogy hullámokat keltsek a halhatatlanság taván, és figyeljem, ahogy játékosan nyaldossák utazótársaim életét az univerzumnak ebben a végtelenül apró szegletében.

Kilencedik fejezet

# FELKÉSZÜLÉS A GYÓGYULÁSRA

*„Gondolj egyet jobbra, gondolj egyet balra,  
gondolj le és gondolj fel!*

*Ó, mennyi mindent ki tudsz gondolni, ha megpróbálsz!”*

**DR. SEUSS**

A Kvantumszinkronizációra nem úgy kell felkészülni, hogy elsajátítunk egy csomó eszközt és eljárást. Inkább a semmire kell felkészülni. Akik ismernek, nem lepődnek meg azon, hogy én dolgoztam ki a Kvantumszinkronizáció alapjait. Könnyedén rá tudnának mutatni, hogy egész életemben igazából arra készültem, hogy ne csináljak semmit. Jó érzés tudni, hogy az embernek ilyen figyelmes és együtt érző barátai vannak.

Legelőször is arra szeretnék kérni, hogy saját magadon demonstráld a tudat erejét azzal, hogy valamilyen észlelhető változást idézel elő a testedben. Ha elvégzed ezt a megdöbbentő gyakorlatot, nemcsak a gyógyulás alapjait fogod megérteni, de megérzel valamit abból az

örömből is, amit a Kvantumszinkronizációval történő gyógyítás okoz. Készen állsz? Akkor kezdjük!

*Harmadik tapasztalat: Ujj növelő gyakorlat*

*Tartsd fel a kezéda tenyereddel az arvod felé, és keresd meg azt a vízszintes vonalat vagy ráncot, amely a kézfejed aljánál, a csukló és a tenyér találkozásánál található. Keresd meg ugyanezt a vonalat a másik kezeden is, és illeszd egymáshoz a két csuklót úgy, hogy a két ránc pontosan egy vonalban legyen. Most óvatosan tedd egymáshoz a két tenyered és az ujjaid. A két tenyered úgy illeszkedjen egymáshoz, mintha imádkoznál.*

*Most nézd meg a két középső ujjad. Vagy egyforma hosszúak, vagy pedig az egyik rövidebb, mint a másik. Ehhez a gyakorlathoz válaszd ki a rövidebbet. Ha egyforma hosszú a két középső ujjad, akkor választhatod akár melyiket: a jobbat és a balt is.*

*Most válaszd szét a kezeidet, és helyezd az öledbe vagy az asztalra (ha éppen egy asztal előtt ülsz). Szégyezd a tekinteted a középső ujjadra, és gondold azt magadban: ez az ujj most hosszabbra fog nőni. Ne mozgasd az ujjadat, egyszerűen csak tudatosuljon benned. Ezt csinálhatod úgy is, hogy a szemed nyitva van, de úgy is, hogy csukva — teljesen mindegy. Nézz az ujjadra, vagy képzeled el lelki szemeid előtt. Teljes tudatfókuszálj az ujjadra; ennyi az egész. Egy percig tegyél így, és kész, nem kell még egyszer megismételned. Egyetlen egyszer elég. Csak annyit adj, amennyire feltétlenül szükség van a változásához ez nem más, mint az összpontosított*



*tudat. Egy teljes percen át ennek ez egyetlen ujjadnak szemel-  
led az összes figyelmedet.*

*Ha lejárt az egy perc, mérd meg az ujjaid hosszúságát  
ugyanúgy, ahogy az elején: illeszd össze a csuklódat annál  
a bizonyos ráncnál. Nézd meg jól a két ujjad hosszátés lám  
csak. .. az ujjad, amelyikre összpontosítottál, hosszabb lett!  
Ez azért elég bámulatos, ha bele nem gondolsz (elnézést  
a szóviccért).*

Isten hozott a felfokozott tudat csodálatos világá-  
ban! Most saját szemeddel is meggyőződhetél arról,  
hogy a tudat ereje életet lehel a testbe, és felkészíti rá,  
hogy belülről gyógyuljon meg. De hát hogyan sikerül-  
hetett ez a varázslatos dolog? Vizsgáljuk meg!

Ez a gyakorlat a szándékra és a tudatra épít. Először  
is az volt a szándékom, hogy a rövidebbik ujjadat meg-  
növelj. Ezután a tudatodat teljesen erre az ujjra össz-  
pontosítottad. Ez a gyakorlat már a Kvantumszinkroni-  
záció közelébe visz minket, de ez még mindig nem  
pontosan az. Már csak egyetlen összetevőt kell hozzá-  
adnunk, azt, amit úgy hívunk, *Örömmérés*. Ha ez megvan,  
semmi akadálya nincs, hogy igazi gyógyító dinamó le-  
gyen belőled.

Tizedik fejezet

# ERZESEK ÉS ÖRÖMÉRZÉSEK

*„A boldogság egy pillangó, amelyet ha kergetünk,  
mindig kicsusszan a kezünk közül, ám ha csendben leülünk,  
akkor a vállunkra szállhat.”*

NATHANIEL HAWTHORNE

Mi a különbség a düh, a büszkeség, az aggodás, a szomorúság és más hasonló érzések, illetve az *Örömrzések* (*eufelings*, azaz *euphoric feelings*, vagyis eufórikus érzések) között, mint például a béke, az öröm vagy a boldogság? Nos, egyszerűen megfogalmazva, az érzések bizonyos feltételekhez kötődnek, míg az *Örömrzések* nem. Az érzéseket más érzések, gondolatok és körülmények hozzák létre; az *Örömrzések* azonban közvetlenül a tiszta tudatból fakadnak.

Ha feldühödsz, az nem ok nélkül történik. Például dühös vagy, mert a férjed/feleséged nem csavarta vissza a kupakot a fogkrémes tubusra. Vagy elszomorodsz, amiért valaki, aki fontos volt neked, kilépett az éle-  
tedből. Vagy mondjuk, aggódsz, mert nem tudod kifí-

## Érzések és Örömezzések 79

zetni a számlákat. Minden érzés valami miatt történik, ha tudatában vagy, ha nem.

Az Örömezzések azonban nem függenek a körülményektől. Nincs szükség semmilyen okra vagy célra, hogy létrejöjjenek. Egyszerűen csak vannak. A lelki béke például örökké létezik, bárhol is vagyunk éppen. Ha tudod, hogyan kell megtalálni a belső békét, akkor a legnagyobb érzelmi viharok közepette is képes leszel rá, mint ahogy a tornádó közepén is meg lehet találni a szélcsendes pontot. Ha megvan benned az éntudat, azaz tudatában vagy a tiszta tudatnak, akkor bármit is csinálj vagy gondolj éppen, meg fogod találni a belső békét. Sőt, még arra is ráébredhetsz, hogy igazából mindig is megvolt, csak nem figyeltél oda rá.

A béke a lét természetes állapota; az, amikor nem merülsz el a hétköznapi gondok körülményektől függő érzéseiben. Ha nem ismered a tiszta tudatot, akkor a fenti állítást nehezedre eshet elhinni, de ha megtanulod a Kvantumszinkronizációt, ez is megváltozik. A Kvantumszinkronizáció természetes módon és könnyedén változtatja át a hétköznapi tudatot tiszta tudattá és Örömezzésekké, amelyek egy elmén túli birodalomban ragyognak.

*Az Örömezzések közvetlenül a tiszta tudatból fakadnak.*

A körülményektől függő érzéseket az elme hozza létre, és az idő tartja fogva őket. Az egót szolgálják ki, az „oszd meg és uralkodj” elvét követve. Minden körülményektől függő érzésnek van ellentéte — a boldogság-

nak például a szomorúság, a szeretetnek pedig a gyűlölet. Es mindig a múlthoz vagy a jövőhöz kapcsolódnak. Az Örömrzéseknek azonban nincsenek ellentéteik. Az Örömrzések a tiszta tudat éteri melódiái, amelyek lágyan nyaldossák az elme ócéánjának távoli partjait. Mindig hallható a hangjuk, de csak ritkán figyelünk oda rájuk. Az Örömrzések a végtelen első, halovány megnyilvánulásai; azé a végtelené, amely valójában vagyunk.

A béke érzése más néven is ismert: úgy, mint nyugalom, csendesség, öröm, boldogság, feltétlen szeretet, eksztázis vagy az egyetlenség érzésének félelmetes megtapasztalása. Minden egyes Örömrzésben benne van az összes többi Örömrzés. A békében benne van a nyugalom. Ha jól figyelysz, rájössz, hogy a béke örömteli. Ha különösen nagy csendben vagy, rátalálsz a határtalan szeretet ártatlanságára is, amely csak arra vár, hogy lágyan magához öleljen.

Bár az Örömrzések önmagukban is megállnak, körülményektől függő érzéseket is gerjeszhetnek az elmében. Ha például alkalmad van átélni a szintiszta boldogságot, akkor vidámság vagy öröm alakulhat ki az elmében. Az Örömrzés az elme legfelsőbb szintjéről boldogságnak tűnik. Ebben az esetben a boldogság körülményektől függő érzésének valamilyen okra volt szüksége, hogy megszülethessen, és ez az ok az öröm Örömrzése volt. A körülményektől függő érzések, mint például a düh vagy a kéjsóvárság előidézhetnek további, körülményektől függő érzéseket, de Örömrzéseket soha.

## Érzések és Örömmérezések 81

*Ha tudod, hogyan kell megtalálni a belső békét,  
akkor a legnagyobb érzelmi viharok közepette is képes leszel rá,  
mint ahogy a tornádó közepén is meg lehet találni  
a szélsendes pontot.*

Ez egy nagyon fontos gondolat. Meg kell különböztetnünk egymástól azokat az érzéseket, amelyeket az elménk azért hoz létre, hogy kielégítse az ego széthúzás iránti vágyát, és az Örömmérezéseket, amelyek a végtelen harmóniát és békét célozzák meg. Ha ezt a különbséget nem tesszük meg, örökre beragadunk az érzelmi viharok örvénylő sodrába, ami a világot a megsemmisülés szélére sodorta. Ha megértjük, akkor azonban könnyű orvosolni. Először is a boldogság, a béke és a szeretet univerzális harmóniáját kell megtapasztalni, aztán elég, ha hagyjuk, hogy a gyógyulás spontán módon bontakozzon ki belülről.

Ha az elménk izzó volna, akkor a tiszta tudat lenne az elektromosság, amely izzásba hozza. Az Örömmérezés lenne a fény, amelyet az izzószálon áthaladó elektromosság gerjeszt. A körülményektől függő érzések az izzó üvegén lévő olyan dolgok lennének, mint például a „60 watt” felirat, vagy az üvegben levő buborékok és egyenetlenségek. Ezt az analógiát még tovább vihetjük, és akkor elmondhatjuk, hogy ha kicsit lehangoltnak éreznénk magunkat, akkor az izzó üvege kissé kék volna, ha pedig dühösesek volnánk, akkor vörösebb, és így tovább. Attól még azonban, hogy az izzó üvege kék, maga a fény benne tiszta és átlátszó. Mindaddig nem látszik kéknek, amíg át nem halad az izzó kék üvegén.

Az Örömrzések mindig tiszták és átlátszóak. Ha az ember lehangolt vagy dühös, az Örömrzések akkor is jelen vannak. Ha azonban a „kékséggel” azonosítod magad, akkor nem veszed észre a lelked mélyén örökké ragyogó belső béke tisztaságát.

*Ha az elménk izzó volna,  
akkor a tiszta tudat lenne az elektromosság,  
amely izzásba hozza.*

Nem akarom túlságosan erőltetni ezt a hasonlatot, de azért egy másik fontos pontot is lehet vele illusztrálni. Amikor azt látjuk, hogy valaki lehangolt, dühös, ingerlékeny, kiállhatatlan és így tovább, akkor azt a „színt” látjuk meg benne, amelyet sugároz. Az érzelemre figyelünk, és nem vesszük észre a háttérben ragyogó tisztaságot. Amikor Kvantumszinkronizációt gyakorolunk, a folyamat részeként tudatosítjuk magunkban az Örömrzéseket is. Ezek adnak lendületet a gyógyulásnak. Ahogyan egyre gyakorlottabb leszel a Kvantumszinkronizációban, idővel egyre hamarabb felismered ezt az elsődleges tisztaságot, még mielőtt valamilyen gondolatot vagy tettet végrehajtanál. Ez a gyors felismerés egy idő után kiárad a mindennapjainkba is, és spontán módon fogjuk észrevenni a békét, boldogságot és a határtalan szeretetet a viselkedés mögött.

Mivel ismerjük a bennünk levő tiszta tudatot, és másokban is felismerjük, kevésbé fog befolyásolni mások negatív viselkedése. így képesek leszünk rá, hogy szabadon élvezzük az Örömrzéseket, amelyeket éppen át-

élünk. Nemcsak elfogadóbbak és szeretetteljesebbek leszünk a többi emberrel, de magunkkal is kedvesebben bánunk. Ha elfogadjuk saját látszólagos tökéletlenségünket és azt a viselkedést, amely belőlük fakad, az csodálatos szabadságot ad, és mindennap megalapozza a belső békénket.

Tizenegyedik fejezet

# A KVANTUM- SZINKRONIZÁCIÓ ÉS A SZÁNDÉK

*„Aki kiválasztja, milyen úton indul el,  
egyúttal azt is kiválasztja, hová fog eljutni.”*

**HARRY EMERSON FOSDICK**

A Kvantumszinkronizáció legfontosabb eleme a tiszta tudat. Az elmédben tükröződő tiszta tudat egy újabb fontos alkotóelemet hoz létre: az Örömezzést. A Kvantumszinkronizáció utolsó összetevője, amelyről még szólnunk kell, a szándék.

A szándék az, amely irányt ad a tiszta tudatnak, formát a formátlanságnak. Ha például egy autós étteremben ebédelsz, leadod a rendelést az első ablaknál, majd továbbhajtasz a következő ablakig, ahol fizetsz és átveszed az ennivalót. Hogy eközben mi történik odabent az étteremben, nem a te dolgod. A Kvantumszinkronizáció nagyon hasonlít ahhoz, mintha így rendelnél. Egyszerűen leadod a rendelést a gyógyulásra, áthajtasz a tiszta öntudaton, és mire megérkezel az élet ablakához, az eredmény már vár rád. Tudom, ez elég elcsépelten



hangzik, de szerintem jól visszaadja a lényegét. A szándék az a rész, amikor a rendelést leadod. Ennél egyszerűbb már nem is lehetne.

*A szándék az, amely irányt ad a tiszta tudatnak.*

Ez a világ tele van különféle szándékokkal. Vannak köztük egyszerűek és bonyolultabbak, egészen a tizedik tizedesjegyig. Nekünk most az a jó, ha egyszerű, márpedig a kvantumszinkronizációs szándék annyira egyszerű, hogy szinte már nem is létezik. A Kvantumszinkronizáció tekintetében elmondhatjuk, hogy „a Kvantumszinkronizáció hallgatólagos szándékával”, hiszen te is, és a partnered is tudja, mi a teendő. Partnered a szándéka miatt van egyáltalán ott.

Ha például a partnerednek hasfájása van, akkor az a szándéka, hogy megszabaduljon ettől a fájdalomtól. Ezt a szándékot nem kell kimondania; már a jelenlétével kifejezi. Úgy fest, a tiszta tudat, minden létező ősnemzője tudja, mit és hogyan kell megjavítania.

Na, és ehhez mit szólsz: a kezdeményezőnek még azt sem kell tudnia, mitől szenved a partnerei. Ugy bizony, el sem kell mondania, mi a problémája, a Kvantumszinkronizáció mégis működni fog. Ez különösen akkor nagyon hasznos, ha érzelmi problémákat kezelünk. A partnereink megtarthatják maguknak a személyes problémáikat. Amíg a Kvantumszinkronizáció rendbe rakja a problémákat, a kezdeményező megmarad a zavartalan boldogság állapotában.

Még egy utolsó megjegyzés: mi nem harcolunk a fáj-

dalom vagy bármi más ellen. A fájdalom nem ellenség, hanem anomália. A fájdalom olyan, mint a rossz gyerek, akinek szeretetre és iránymutatásra van szüksége. Nekünk azonban semmi teendők nincsen, mivel a szeretetet és az irányadást a tiszta tudat biztosítja.

A kvantumszinkronizációs szándék inkább olyan, mintha a tiszta tudatot meghívnánk, hogy jelenlétével tisztelje meg testünk-lelkünk lakhelyét. A tiszta tudat pedig szereti a rossz gyerekhez hasonló fájdalmainkat és problémáinkat. Végül minden diszharmónia feloldódik a tiszta tudat szerető ölelésében.

Tizenkettedik fejezet

# RATALALNI A TISZTA TUDATRA

*„A tudat az elsődleges; ez az eredeti állapot;  
a kezdetnélküliség, mely végtelen, ok nélkül való,  
magában álló, egységes és változatlan.”*

**SRI NISZARGADATTA MÁHÁRÁDZS**

A Kvantumszinkronizáció azért olyan egyszerű, ugyanakkor figyelemre méltóan hatékony, mert a tiszta tudat végtelen gyógyító rendezettségéből merít. Könnyen belátható, hogy a kvantumszinkronizációs kezelés kezdeményezőjének tisztában kell lennie azzal, hogy mi az a tiszta tudat, és hogyan kell kapcsolatba lépni vele, vagy pontosabban, hogyan kell tudatosítani.

Az elmúlt években a tiszta tudat eszméjének elég nagy lett a sajtója. Legtöbbször leginkább arról írnak, hogy a tiszta tudatot nagyon nehéz elérni, és hosszú évek kitartó tanulásával lehet csak megragadni. Én erre azt mondom, hogy egyenesen lehetetlen elérni, és soha nem fogod megragadni... mert már most megvan benned.

Nem kutathatsz az után, ami már a tiéd. Ez nem, hogy nehéz, hanem egyszerűen lehetetlen.

Feltehetőleg ezért van az, hogy olyan sokunknak nehezünkre esik felismerni a tiszta tudatot. Azt hisszük, ez olyasvalami, amit el lehet gondolni, amit meg lehet ragadni az elmével. Csak hát, mivel a tiszta tudat lényegileg a semmi, nem tudjuk megragadni az elménkkel. Még csak meg sem tudjuk tapasztalni. Es ez is egy nagyon fontos pont.

*Nem kutathatsz az után, ami már a tiéd.  
Tíz nem, hogy nehéz, hanem egyszerűen lehetetlen.*

A tiszta tudatot csakis a tapasztalat hiányán keresztül ismerhetjük meg. Mint amikor felfedezted a hézagot a gondolataid között. Ez a tapasztalat hiánya volt, amelyet csak akkor észleltél, amikor újra elkezdted gondolkodni. Az elme nem kedveli a *semmit*. Szeret eljátszani a gondolatokkal, vagy bármi mással, ami megragadja a figyelmét. Ezért olyan nehéz rátalálni a tiszta tudatra. Nehéznek kell lennie. Az elme nem ismerheti meg a *semmit*, ezért van szüksége valamilyen gondolatrendszerre, hogy definiálni tudja, és bonyolult technikákra, hogy meg tudja találni. Ezután pedig tobzódik a körülményektől függő érzésekben, mint az önelégültség és a büszkeség, abbéli erőfeszítésében, hogy megpróbálja magát meggyőzni, hogy sikeres volt... pedig már eleve kudarcra van ítélve.

A tiszta tudatot nem lehet erőfeszítésekkel elérni; akkor lehet csak elérni, ha nem teszünk érte semmilyen

erőfeszítést. Az elmét cselesen le kell foglalni valami mással, majd rámutatni, hogy a tudat végig jelen volt. Próbálg megint visszaemlékezni, hogyan csináltad, amikor felfedezted a hézagot a gondolataid között. Most is ezt fogod csinálni, de ha befejezted, képes leszel azonnal észrevenni a tiszta tudatot, amikor csak akarod.

*A tiszta tudatot nem lehet erőfeszítésekkel elérni;  
akkor lehet csak elérni, ha nem teszünk érte  
semmilyen erőfeszítést.*

Az itt alkalmazott módszer nagyon hatékony, de valamivel hosszadalmasabb, mint az egyszerű „Állítsuk meg a gondolatot” gyakorlat, amelyet az ötödik fejezetben végeztünk. Szükség lesz hozzá egy kényelmes fotelre valahol, ahol legalább 20 percig nem fognak zavarni. Először még ne fekvé végezd a gyakorlatot, mert a test éberebb, ha függőleges helyzetben van.

A tiszta tudat technikája számos különböző módon végezhető. A legegyszerűbb, ha a mellékelt CD-t, vagy a [www.edesviz.hu](http://www.edesviz.hu) honlapon található hanganyagot használod. Az is egy lehetséges megoldás, ha megkérsz valakit, hogy olvassa fel neked. Arra azonban ügyelni kell, hogy ne legyen köztetek semmilyen kommunikáció azon kívül, hogy hangosan felolvassa a szöveget. Ha véget ér a felolvasás, 2—3 percig maradjatok csendben, mielőtt kinyitod a szemed. Ne kommunikálj a felolvasóval mindaddig, amíg tudatosítani nem tudod a tiszta tudatot nyitott szemmel is. Végző megoldásként az is elképzelhető, hogy többször elolvasod az instrukciókat,

és emlékezetből megpróbálsz végrehajtani őket. Ez is jól működik, de számos próbálkozásra szükség lehet, amíg sikerül spontán ráismerned a tiszta tudatra.

Ha bármi kérdésed lenne, látogass el a [www.QuantumEntrainment.com](http://www.QuantumEntrainment.com) weboldalra, és nézz be a Kvantum-szinkronizáció fórumra, ahol kapcsolatba léphetsz a többi „kvantumszinkronizálóval” és ingyenes kvantumszinkronizációs kezelést is kérhetsz. Így vagy úgy, de hamar meg fogod ismerni a tiszta öntudatot. Minden valószínűség szerint nem lesz szükséged több információra, mint amennyit ebből a könyvből megtudhatsz, de ha mégis segítségre lenne szükséged, a kvantumszinkronizálók mindig a rendelkezésedre állnak. Most azonban térjünk vissza ahhoz, hogy hogyan lehet rátalálni a tiszta tudatosságra.

#### *Negyedik tapasztalat: A tiszta tudat technikája*

*Hehhezkegy el kényelmesen egy fotelben. Kezedet tedd a karfára. Csukd be a szemed', és kezdj el a jobb kezetre figyelni. Ne mozdítsd meg, csak figyelj oda rá. Tudatosítsd magadban az érzéseidet, trzed a pulzusodat, vagy érzel valami feszültséget az izmaidban? Érzel bármi kellemetlent vagy fájdalmat? Tudatosítani tudsz magadban valamilyen általános érzést, például meleget vagy hideget, ellazultságot vagy bizsergés t? (Ezt 30 másodpercig csináld.)*

*Most összpontosíts a bal kezetre a fent leírt módon (15 másodpercig). Ezután fókuszálj egyszerre mindkét kezetre (10 másodpercig), majd összpontosíts egyszerre mindkét csuklódra (2—3 másodperc).*

*Innentől kezdve 2—3 másodpercet szentelj minden egyes testrészednek:*

- ◆ *Fókuszálj egyszerre mindkét alkarodra.*
- ◆ *A könyöködre.*
- ◆ *A felkarodra.*
- ◆ *A válladra.*
- ◆ *Tudatosítsd magadban egyszerre mindkét karodat, az ujjaid begyétől egészen a válladig.*
- ◆ *Tudatosítsd magadban a hátad felső részét.*
- ◆ *Most a hátad középső és alsó részét.*
- ◆ *Most az egész hátadat.*
- ◆ *Az oldaladat; a hónaljadtól a csípődig.*
- ◆ *Tudatosítsd magadban a mellkasodat.*
- ◆ *A hasadat.*
- ◆ *A medencédet, majd az egész medencetájékat.*
- ◆ *A csípődet.*
- ◆ *A combjaidat.*
- ◆ *A térdeidet.*
- ◆ *A lábszáradat.*
- ◆ *A bokádat.*
- ◆ *Tudatosítsd magadban a sarkadat.*
- ◆ *A talpadat.*
- ◆ *A lábfejedet.*
- ◆ *A lábujjaidat.*
- ◆ *Tudatosítsd magadban egyszerre mindkét nagylábujjadat.*
- ◆ *A második lábujjadat.*

- ◆ *A harmadik lábujjadat.*
- ◆ *A negyedik lábujjadat.*
- ◆ *A kis lábujjadat.*
- ◆ *Tudatosítsd magadban két lábadat, karodat és a törzsedet.*
- ◆ *Most tudatosítsd magadban a nyakadat.*
- ◆ *Az álladat.*
- ◆ *Az állkapcsodat.*
- ◆ *A jobb füledet.*
- ◆ *A bal füledet.*
- ◆ *Az alsó ajkadat.*
- ◆ *A felső ajkadat.*
- ◆ *Tudatosítsd magadban az ajkaid közötti vonalat.*
- ◆ *Tudatosítsd magadban a jobb orrlyukadat.*
- ◆ *A bal orrlyukadat.*
- ◆ *Az orrod hegyét.*
- ◆ *Az egész orrodat.*
- ◆ *Tudatosítsd magadban a jobb szemhéjadat.*
- ◆ *A bal szemhéjadat.*
- ◆ *A jobb szemedet.*
- ◆ *A bal szemedet.*
- ◆ *A bal szemöldököd.*
- ◆ *A jobb szemöldököd.*
- ◆ *Tudatosítsd magadban a szemöldökeid közötti részt.*
- ◆ *A homlokodat.*
- ◆ *A tarkódat.*
- ◆ *A fejed tetejét.*



- ◆ *Az egész fejedet.*
- ◆ *Légy tudatában az egész testednek. Tudatosítsd magadban az egész testedet (10 másodpercig).*
- ◆ *Most tudatosítsd magadban a körülötted lévő teret mintegy 30 centiméteres körben — mintha valamilyen ovális vagy tojás alakú forma venné körül a testedet (10 másodpercig).*
- ◆ *Hagyd, hogy a tudatod a testedtől távolabbra is kiterjedjen (5—6 másodpercig).*

*Innentől kezdve minden alábbi pontra 5—6 másodpercet száanj:*

- ◆ *Tudatosítsd magadban, hogy a tudatod betölti az egész szobát.*
- ◆ *Most terjeszd ki tudatodat a szobán túlra is, és foglalj bele egy kis részt a szoba körül.*
- ◆ *Terjeszd ki a tudatodat az épületen túlra is, és foglalj bele egy részt az épület körül is.*
- ◆ *Terjeszd ki egyre gyorsabban a tudatodat, és foglalj bele az egész várost.*
- ◆ *Terjeszd ki még gyorsabban a tudatodat, és foglalj bele a város körüli részt, a szomszédos városokat és az egész megyét.*
- ◆ *Terjeszd ki a tudatodat az összes környező megyére, majd az egész országra.*
- ◆ *Terjeszd ki a tudatodat egész Európára, majd az egész északi féltekére.*
- ◆ *Terjeszd ki tudatodat az egész Földre. Tudatosítsd magadban, ahogy a bolygó hatalmasan és csöndesen forog a tengelye körül.*
- ◆ *Tudatod egyre növekszik, a Föld egyre zsugorodik, a Hold már csak egy ezüst színű pontocska.*

*A Föld egyre kisebb és kisebb lesz, míg nem már csupán egy apró fénypont, mintha egy csillag volna az égen.*

*Tudatod egyre növekszik. A Nap csendben elshaban melletted. Gyere kisebb lesz, míg nem akkora, mint a többi csillag az égen.*

*Tudatodat kiterjeszted az eget betöltő többi milliányi, milliárdnyi, sőt, billiárdnyi csillagra. Tudatod mindet magában foglalja.*

*Tudatod egyre terjeszkedik, ahogy a csillagok galaxissá állnak össze, amely hatalmasan, spirál alakban és csendben forog a tengelye körül.*

*Tudatod még mindig tágul, a galaxis pedig egyre zsugorodik, míg nem akkora lesz, mint egy csillag az égen.*

*A galaxis elveszik a többi, milliányi, milliárdnyi és billiárdnyi galaxis között.*

*Ahogy a tudatod egyre növekszik, az összes galaxis, a teremtés egésze ovális vagy tojás alakú formát ölt, amelyet csupán a tudatod tart meg helyzetében.*

*A teremtés egésze benne van ebben az egyetlen ragyogó, kozmikus tojásban, benne van a tudatodban.*

*Ahogy a tudatod egyre növekszik, a teremtés tojása egyre zsugorodik.*

*Már csak akkora, mint egy grapefruit.*

*Akkora, mint egy narancs.*

*Akkora, mint egy citrom.*

*Akkora, mint egy borsó.*

*Akkora, mint egy szípkázó csillag az égen.*

*Tudatod egyre csak növekszik, és a teremtés egésze már csak akkora, mint egy apró, ragyogó fénypontocsk a végtelen tudatod közepén.*

*Most a teremtés egésze, ez az apró fénypontocsk egyszerűen csak kibuny (30 másodperc).*

*Most újrafókuszáld a tudatodat a tested egészére (15 másodperc).*

*Tudatosítsd magadban, hogy ebben a szobában ülsz, amelyet betölt a tudatod. A szobában minden a tudatodban van (15 másodperc).*

*Tudatosítsd magadban, hogy a teremtés egésze benne van a tudatodban (15 másodperc).*

*Most ismét összpontosítsd a tudatodat a tested egészére, arra, hogy a tudatodon belül üldögélsz.*

*Most szánj rá 2-3 percet, hogy ülve maradsz, ellazult állapotban, mielőtt kinyitnád a szemed. Őrizd meg kitért tudatodat, ahogyan kinyitod a szemedet. Ne kapkodj. Adj időt a visszatérésre, miközben a tudatod betölti az egész szobát (1 perc).*

*Csakott szemmel lassan mozgasd meg az ujjaidat és a lábujjaidat. Légy tudatában annak, hogy a tudatod átjárja a testedet, és kitölti a szobát (30 másodperc).*

*Most lassan nyisd ki a szemed, közben maradj tudatában, hogy a tudatod betölti az egész szobát (10—15 másodperc)*

*Még mindig tudatában vagy, hogy a tudatod betölti az egész szobát? Nézz rá egy tárgyra. Tudatában vagy, hogy közötted és a tárgy között ott van a tudatod? A tudatod mindig is ott volt, de te csak most kezdesz ráébredni a testeden kívüli tudatra. Milyen érzés? (5—7 másodperc)*

- \* *Az a nyugodt, csöndes könnyedség, amit most érzel, egy Örömrész. A tiszta tudat tükröződése az elmédben. Az mindegy, hogy örömmek, békének vagy nyugalomnak érzed; a lényeg az, hogy ez a tiszta tudat tudatosulásának az eredménye.*
- \* *Még mindig tudatában vagy, hogy a tudatod most is betölti a szobát? (3—5 másodperc)*
- \* *Látod, még mindig ott van. Mindig is ott lesz, és mostantól fogva bármikor tudatosulhat benned, amikor csak akarsz. Ismételd meg újra. Tudatosítsd magadban a tudatosítást az egész szobában. (3—5 másodperc)*
- \* *Most tudatosítsd magadban a tudatosságot az egész testedben (3—5 másodperc). Ott is ott van! A tiszta tudat ott van mindenütt. Olyan, mint amikor megfelekedezel róla, hogy rajtad van a kabátod. Csak rá kell gondolnod, és máris tudod, hogy ott van, és melegen tartja a testedet. Valahányszor a tiszta tudatra gondolsz — más szóval tudatosítod magadban — látni fogod, hogy már várt rád. Ameddig létezel addig létezik ő is. Olyan, mint egy szerető anya és a kisgyermek: ha a gyereknek hiányzik a mamája, csak körüli kell néznie, és látni fogja, hogy ott van a közelben, és figyelni őt.*
- \* *Nos, figyel a „mamád”? Tudatosítsd magadban, hogy a tudatod betölti az egész szobát, a testedet és az egész teremtet (5—7 másodperc).*

*Nem került nagy erőfeszítésedbe, igaz? Nem kellett semmit csinálnod, hogy rátalálj a tudatra, ugye? Csak egyszerűen tudatosult benned, hogy ott van. Nincs szükséged semmilyen technikára, hogy megtaláld a tiszta tudatot, csak azért; hogy aztán elveszítsd, amikor már nem gyakorlod a technikát.*

*Örökké, erőfeszítés nélkül tudatában leszel a tiszta tudatnak.*

*Hát nem fantasztikus?*

*És a végére még egy dolog:*

- ◆ *Csukd be újra a szemed', és tudatosítsd magadban, hogy a tudatod betölti a szobát (1 5 másodperc).*
- ◆ *Most figyelj oda arra, hogy mit érzel — az Örömrzésre. Csak annyit kell tenned', hogy megállapítod, mit érzel: nyugalmat, békét, boldogságot és így tovább. Keresd meg az Örömrzésedet, és figyelj oda rá egy darabig (8— 10 másodperc). Jó érzés, ugye?*
- ◆ *Most nyisd ki a szemed. Tudatosítsd magadban a körülöt- ted mindenütt jelen lévő tudatot, és újra, nyitott szemmel is vedd észre az Örömrzésedet. Lehet, hogy ugyanaz, mint az előbb, de lehet más is; teljesen mindegy. Csak figyelj oda arra, amit éppen érzel (8—10 másodperc).*

Valahányszor gyógyítani készülsz a Kvantumszinkro- nizáció segítségével, időnként tudatosítsd magadban a tiszta tudatosságot és a hozzá kapcsolódó Örömr- zést. Az első néhány alkalommal lehet, hogy csöndes, nyugodt környezetre lesz szükséged, és be kell majd csuknod a szemed. Néhány próbálkozás után azonban már akkor is képes leszel tudatosítani az Örömrzést, ha éppen a délutáni forgalomban araszolsz.

Ne feledd, először a tiszta tudatot tudatosítsd! Ez- után, miközben figyeled vagy érzed a tiszta tudatot, erőfeszítés nélkül meg fogod pillantani az Örömrzést. Bár a tudat tudatosításához nincs szükség erőfeszítésre,

idő kell azonban ahhoz, hogy hozzászokj egy jó érzéshez, amely nem kötődik semmilyen tevékenységhez. Az Örömrzés a legfinomabb agytevékenység, és gyakorlásra van szükséged, hogy az egyébként nagy aktivitáshoz szokott agyad megszokja, hogy tartósan egy ilyen csöndes, nyugodt szinten időzzön.

Nos, egyelőre ennyi. Örülök, hogy végigkísérhettelek ezen az utazáson. Most, hogy te is azok közé tartozol, akik új tudatra ébredtek, ízlelgesd egy darabig ezt az új tudatot és a vele járó örömet.

Tizenharmadik fejezet

# A HARMOLEPCSOS GYÓGYÍTÁS

*Csak két dologban hibetsz: vagy abban,  
hogy a világon minden csoda,  
vagy abban, hogy semmi sem az."*

**ALBERT EINSTEIN**

A Kvantumszinkronizációval történő gyógyítás tulajdonképpen nem más, mint annak felismerése, hogy nem te gyógyítasz. Nem próbálsz meg pozitív energiával legyőzni a negatív energiát. Nem hívsz segítségül külső erőket, hogy teljesítsék a parancsaid. Megtermed viszont azt a környezetet, amelyben a gyógyulás be tud következni. A Kvantumszinkronizáció a tökéletes rend világából merít. Innentől kezdve te már nem is csinálsz semmit, minden megtörténik magától.

Megszokásból azt fogom mondani, hogy "gyógyítasz" vagy „gyógyítottam”, de ez szigorú értelemben véve nem igaz. Ahhoz, hogy a gyógyulás bekövetkezessen, el kell sajátítatnunk a megfelelő hozzáállást. Nem azért mondom, hogy nem mi hajtjuk végre a gyó-

gyítást, mert ezt így tartom helyesnek, hanem mert ez egy tapasztalaton alapuló tény. Ez a gyógyító jelenlét nem egy idegen erő, amely rajtad kívül áll, hanem saját legbelsőbb természeted — az Örömezésen át tükröződő tiszta tudat. Se több, se kedvesebb.

*A Kvantumszinkronizáció a tökéletes rend világából merít.*

El fogsz ámulni, milyen óriási erő lakozik a tudatodban, de azt ne feledd, hogy ez az erő nem a tulajdonod. Ez az erő te magad vagy, és ezt hamarosan első kézből meg is fogod tapasztalni. Túl fogsz lépni azokon a határokon, amelyeket évtizedeken keresztül gondosan építettél, hogy segítségükkel meghatározd aprócska egódat. Ezek a határok leszűkítették a tudatodat az olyan gondolatokra és dolgokra, amelyek mind azt a célt szolgálták, hogy az ego fogalmát erősítsék meg benned. Mindennek azonban már az első alkalommal vége szakad, amint megtapasztalod a Kvantumszinkronizációt.

*Elfogsz ámulni, milyen óriási erő lakozik a tudatodban,  
de azt ne feledd, hogy ez az erő nem a tulajdonod.*

*Ez az erő te magad vagy.*

Most viszont gyürkőzzünk neki, és készüljünk fel a gyógyításra! Egy egyszerű esettel fogjuk kezdeni: egy barátod arra kért, hogy segíts rajta, mert fáj a bal válla, és izomgörcsei vannak a háta felső részén és a nyakában. A Kvantumszinkronizáció gyakorlatában nem szükséges ismerni a probléma kiváltó okát. A gyógyulás magá-



tói, hétköznapi módon fog bekövetkezni. Iniciátorként csak annyit kell tudnod, hogy a partnerednek mi a vágya. Ebben az esetben nyilvánvaló, hogy arra vágynak, hogy megszabadítsd a vállfájástól és az izomgörcsöktől. Ez egyértelmű, és a te szándékod is ez. Több információra nincs is szükséged.

### *Felkészülés a gyógyításra*

Mielőtt elkezded, kérd meg a partneredet, hogy mozgassa úgy a vállát, hogy érezze a fájdalmat, amit meg akar szüntetni. Kérd meg, hogy mutassa meg, hogyan korlátozza a váll mozgását a fájdalom, vagy mutassa meg valami más módon, milyen hatással van a testére ez az állapot. Ezután kérd meg, hogy értékelje a fájdalom erősségét egy egytől tízig terjedő skálán (ahol a tíz az *elviselhetetlen* fájdalmat jelenti). Jegyezd meg ezt a számot. Fontos az is, hogy szokásoddá váljanak az elő- és utóvizsgálatok. Ezek értékes információkat nyújtanak, különösen eleinte, amikor még csak ismerkedsz a kvantum-szinkronizációs eljárással. Ha orvos vagy, alkalmazhatod ugyanazokat a módszereket, amelyeket a hagyományos kezelés során alkalmaznál. Egy csontkovács például végezhet ortopédiai és neurológiai vizsgálatokat, kitapinthatja a bajt, sőt, felhasználhat röntgenfelvételeket is, hogy beazonosítsa a problémát, és megállapítsa a javulás mértékét.

*Fontos, hogy szokásoddá váljanak az elő- és utóvizsgálatok.*

A szándékot elég egyetlen egyszer tudatosítani magadban. A tiszta tudat se nem süket, se nem néma. Tudni fogja, mit akarsz, még nálad is jobban. A tiszta tudat tudni fogja, mi a teendő, és meg is fogja tenni — ebben biztos lehetsz. Most már készen állsz, hogy elkezdjük.

*Háromszögelés : a háromlépcsős kvantum-szinkronizációs eljárás*

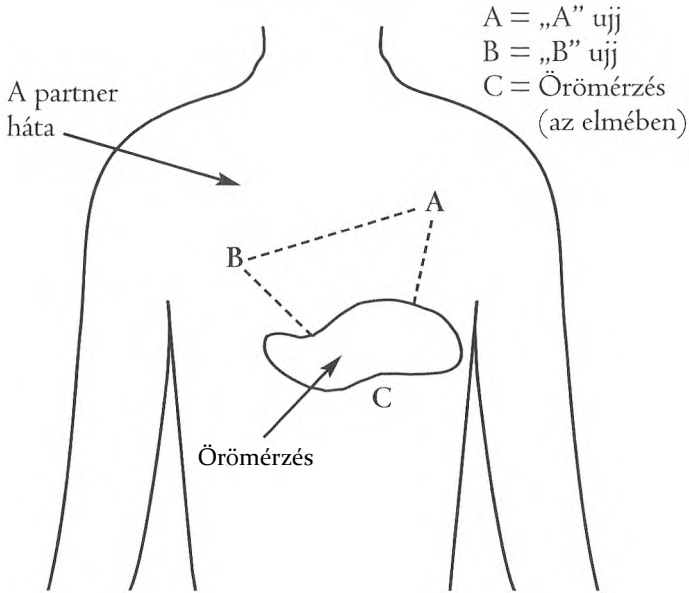
Nem okozhat gondot, hogy találj egy olyan izmot a partnered vállán, a háta felső részén vagy a nyakán, amely görcsösen feszült, vagy fájdalmas az érintése. A mutatóujjad hegyét („A” ujj) helyezd egy feszült izomra. Nyomd meg határozottan, hogy érezd, milyen kemény, feszes az izom. Ezután csökkentsd a nyomást, de hagyd rajta az ujjad a feszes izmon. Most óvatosan helyezd a másik kezéd mutatóujját („B” ujj) egy bármelyik másik izomra. Nem kell, hogy ez is feszes legyen, vagy fájdalmasan reagáljon az érintésre. Csak válassz ki egy izmot véletlenszerűen, és tedd rá az ujjadat.

*Első lépés:* Teljes figyelmedet összpontosítsd az „A” ujjadra, és erősen tudatosítsd magadban, hogy mit érzel. Hagyj időt, hogy az ujjad hegyén megérezd az izom forróságát, a partnered bőrének vagy ruhájának felületét, az ellenállást, amit az izom kifejt a nyomásoddal szemben és így tovább. Tudatosíts magadban mindent, ami az ujj-izom találkozásával kapcsolatos.

*Második lépés:* Erősen tudatosítsd magadban a „B” ujjadat ugyanúgy, ahogy az „A” ujjal tetted. Ezután tudatosítsd magadban kristálytisztán, hogy mit érzel mindkét

5. ábra: Háromszögelés

Háromszögelés



ujjaddal *egyszerre*. Tartsd meg ezt a tudatosságot néhány másodpercig. Miközben mindkét ujjadra figyelsz egyszerre, észre fogod venni, hogy van benned még valaki, aki kívülről figyeli az egész eljárást. Te, a te tudatosságod az, ami tudatában van mindkét ujjadnak. Eddig tehát tudatodban van az „A” ujj, a „B” ujj és az a tudat, hogy mindkettőnek tudatában vagy. Nem számít, hogy teljesen a tudatában vagy-e ennek a jelenségnek, vagy nem, akkor is így fog történni, anélkül hogy bármilyen erőfeszítést kifejtenél.

*Harmadik lépés:* Miközben végig tudatában vagy ennek a két pontnak ebben a felfokozott állapotban, ne csinálj

semmit. Ahogy mondom — csak figyelj oda, hogy mit érzel a két ujjad hegyével, ennyi az egész. Ha egyszerre figyelsz a két ujjadra, és közben nem csinálsz semmi mást, hamarosan egyfajta csöndességet, nyugalmat, sőt, békességet fogsz érezni. Ez egy Örömmérsék lesz, amelyet felfokozott tudatod gerjesztett. Ennél a pontnál tudatosítsd magadban ezt az érzést, miközben tudatodat folyamatosan az „A” és a „B” ujjadon tartod.

Tudatodnak most már három pontja van: az „A” ujj, a „B” ujj és az Örömmérsék. Amikor valaki ezt a hármat egyszerre megtartja a tudatában, azt *háromszögelésnek* hívjuk. Mindaddig összpontosítsd a tudatodat erre a három pontra, amíg észre nem veszel valamilyen változást a partnered testében, elsősorban az izmaiban. (Eleinte, amikor még csak tanulod a Kvantumszinkronizációt, ez több percig is eltarthat.) Valószínűleg valami olyasmit fogsz tapasztalni, hogy az ujjad alatt elernyednek, puhábbak lesznek az izmok. Mintha az ujjaid elernyesztenék az izmokat, vagy mintha maguk az ujjaid beleoldódnának az izmokba. Vagy azt fogod érezni, hogy a partnered általában véve ellazul. Mondjuk, a válla kevésbé feszül meg, vagy vesz egy mély levegőt. Ha mindketten álltok, esetleg azt veszed észre, hogy a partnered megmozog. A betegek gyakran reagálnak így a megkönnyebbülésre, amelyet ez a nagyon mély szintű gyógyítás nyújt. Esetleg azt veszed majd észre, hogy a partnered teste több hőt termel, vagy egyenesen izzadni kezd.

Az összes ilyen jellegű változás azt jelzi, hogy a partnered teste gyógyulásnak indult. Kezd átrendeződni, hogy megszüntesse a rendbe nem illő fájdalmat vagy fe-

szükséget. Ha sikerült megfigyelned bármi ilyen jelet, még egy ideig háromszögelj tovább, miközben folyamatosan tudatában vagy a két pontnak, ahol a partnereidet érinted, és az Örömmérséknek. Ezután elveheted az ujjaidat.

Gratulálok! Túl vagy az első kvantumszinkronizációs kezelésen. Csupán a két ujjad és az Örömmérsék segítségével megszabadítottad barátodat a szenvedéstől.

Talán érdekel, mit érez ilyenkor a partnered, miközben te a gyógyítással vagy elfoglalva. Nos, az égvilágon semmit. Mielőtt én nekifogok egy kvantumszinkronizációs kezelésnek, mindig azt mondom a partneremnek: „Hagyja csak, hogy a gondolatai elkalandozzanak.” Gyakran megkérdezik, hogy mit csináljanak közben: relaxáljanak, meditáljanak, vagy ismételgessék magukban, hogy mit szeretnének? De nem szabad csinálniuk *semmit*. Nem szabad megpróbálniuk segíteni, mert azzal csak lelassítanák a kezdeményező ténykedését, vagy egyenesen szembemennének vele. Ennek az az oka, hogy ha elméjük tele van más feladatokkal, akkor kevésbé nyitottak a Kvantumszinkronizáció keltette gyógyító hatásokra. A „semleges” állapotú elme azonban természetes módon, erőfeszítés nélkül tud megmártózni a tiszta tudat gyógyító habjaiban.

Mindig gondoskodj arról, hogy a partnered kényelmesen érezze magát. Ha akarja, becsukhatja a szemét, de semmilyen más előkészületre nem lesz szüksége. Ha segíteni akar, megmondhatod neki, hogy a legjobb az lenne, ha hagyná, hogy a gondolatai céltalanul, mindenféle szándék nélkül kalandozzanak.

A Kvantumszinkronizáció a legnehezebb körülmények között is kiválóan működik. Előfordulhat, hogy partnered jókora testi vagy lelki fájdalmat érez. Lehet, hogy az intenzív osztályon hajtasz végre Kvantumszinkronizációt, vagy egy zsúfolt plázában vagy bármilyen más, nyugtalanító helyen, a gyógyulás mégis be fog következni. Ezért ne hidd, hogy az ilyen dolgok akadályozhatnak. Természetesen azonban, ha van rá lehetőség, akkor kívánatos a nyugodt környezet és az együttműködő partner.

#### A kvantumszinkronizációs kezelés dióhéjban

- ◆ A partner leírja, mi a fájdalma (mi a burkolt szándéka).
- ◆ Elvégezni az előzetes vizsgálatokat.
- ◆ Tudatosítani az „A” ujjat (keresni egy feszes vagy fájdalmas izmot).
- ◆ Tudatosítani a „B” ujjat.
- ◆ Egyszerre tudatosítani mindkét ujjat.
- ◆ Megvárni az Örömrézt.
- ◆ A tudatot az „A” és „B” ujjakra, illetve az Örömrésre fókuszálni.
- ◆ Megfigyelni, hogy a partner izmai elernyednek, a test meginog, a légzés megváltozik, vagy valami más jel mutatja a megkönnyebbülést.
- ◆ Elvégezni a kezelés utáni vizsgálatokat.

Tizennegyedik fejezet

# TEENDŐK A KVANTUM- SZINKRONIZÁCIÓS KEZELÉS UTÁN

*„Szerilem volt első látásra, örökké tartó szerilem: ismeretlen,  
váratlan, nem is remélt érzés — már amennyire ez a tudat  
kérdése lehetett; teljesen a hatalmába kerítette, ő pedig megértette,  
boldog csodálkozással, hogy ez az érzés egy életre szól.”*

THOMAS MANN

Hogyan érezted magad a kvantumszinkronizációs kezelés után? Nyugodtnak és békésnek? A Kvantumszinkronizáció a *gyógyítót* is meggyógyítja, nem csak azt, aki a gyógyítást kéri. Mind neked, mind a partnerednek nyugodtabbnak, derűsebbnek kell éreznetek magatokat. A relaxáció, az ellazulás a test válasza a tiszta tudat gyógyító jelenlétére, a béke pedig a tiszta tudat tükröződése az elmében.

Ne felejts el a partnerednek kényelmes körülményeket biztosítani. A kvantumszinkronizációs élmény kisé zavaróan hathat némelyekre. A tiszta tudat hirtelen áramlása egy időre kiszakíthatja őket ebből a világból. Időre lehet szükségük, hogy utána a testük és az elmé-

jük visszatérjen az itt és most világába, de ez általában csak néhány percig tart. Adj a partnerednek egy kis időt, amíg újra készen áll a folytatásra.

Egy dologra mindenképp számíthatsz: arra, hogy a kvantumszinkronizációs kezelést követő egy-két napban a partnered tovább fog gyógyulni. Ha a kezelés után 20—30 perccel második vizsgálatot végzel, szinte mindig azt fogod tapasztalni, hogy a fájdalomszint tovább csökken, mivel a probléma továbbra is gyógyul. Fontos, hogy a partnered könnyedén átlépjen a kvantumszinkronizációs kezelésből az aktív, tevékeny életébe, mert ez segíti, hogy a gyógyulás fennakadások nélkül folytatódjon.

*A Kvantumszinkronizáció a gyógyítót is meggyógyítja,  
nem csak azt, aki a gyógyítást kéri.*

Esetenként, különösen a meghosszabbított kvantumszinkronizációs kezeléseket után, a partnerednek esetleg több időre lehet szüksége, hogy hozzászokjon az új testéhez, és úgy elfárad vagy annyira ellazul a teste, hogy nem akar felkelni. Ha lehetséges, hagyj neki időt, hogy kipihenje magát. Mindez csak annyit jelent, hogy óriási mennyiségű fizikai és érzelmi stressz szabadul fel éppen benne, és egy rövid pihenő a leghatékonyabb módja, hogy hagyjuk a változásokat bekövetkezni. Végül is a pihenés egyetemes gyógyító, a tiszta tudat pedig a lehető legmélyebb pihenés. Ha partnerednek nincs lehetősége a kezelés után azonnal lefeküdni és ellazulni, javasold neki, hogy aznap este bújjon korán ágyba. Ebben



az esetben másnap csodálatos, új világra fog ébredni, és az alvástól a gyógyulása is újabb lendületet kap.

*Végül is a pihenés egyetlenes gyógyító,  
a tiszta tudat pedig a lebető legmélyebb pihenés.*

A kezelés utáni vizsgálatokat a legjobb azonnal elvégezni, ha a partnered már stabil állapotban van. Kérd meg újra, bogy értékelje az állapotát vagy rossz közérzetének szintjét egy egytől tízig terjedő skálán. Az előző fejezetben említett esetben például megkérjük most a partnert, hogy végezze el ugyanazokat a mozdulatso-rokat, és értékelje megint a fájdalom mértékét és az izom görcsösségét ugyanúgy, mint előtte. Erre a visszajelzés-re szükség van a Kvantumszinkronizáció tanulásának korai szakaszában, de arra is alkalmas, hogy a partnered objektívebben ítélhesse meg a testében bekövetkezett gyógyulást.

A Kvantumszinkronizáció olyan gyorsan és könnye-dén gyógyít, hogy gyakran úgy tűnik, nem is történt semmi. Sok partner szemét ezért csak a kezelés utáni vizsgálatok nyitják fel. Soha nem unom meg, hogy a ke-zelés utáni tesztet végző partnereim arcát nézzem, mi-közben fél perc alatt megszűnik bennük a fájdalom, ami már harminc éve megkeserítette az életüket.

*A Kvantumszinkronizáció olyan gyorsan  
és könnyedén gyógyít, hogy gyakran úgy tűnik,  
nem is történt semmi.*

A Kvantumszinkronizáció minden esetben működik, bár nem mindig úgy, ahogyan szeretnéd. Ez azért van, mert a tiszta tudat az átfogó képet veszi figyelembe, és pontosan tudja, hogyan kell lezajlania a gyógyulásnak. Szinte mindig jelentős enyhülés következik be a tünetekben rögtön a kvantumszinkronizációs kezelés után, és ha nem is szűnik meg azonnal a probléma, a testnek csak egy kis időre van még szüksége, hogy rendbe jöjjön. A gyógyulás folytatódni fog az elkövetkezendő napokban, sőt, még hetek múlva is éreztetni hatását.

Gyakran előfordul, hogy a workshopom egy-egy résztvevőjén kvantumszinkronizációs kezelést végzek délelőtt, és a közvetlenül ezután elvégzett tesztek csak kis javulást mutatnak, ebédszünetre azonban a fájdalom teljesen eltűnik. Jóllehet, maga a gyógyulás azonnal bekövetkezik (a tiszta tudat hatására a háromszögelés során), a testnek sokszor időre van szüksége, hogy a javulás fiziológiailag is érezhető legyen. Erről még beszélni fogok a későbbiekben.

Nincs olyan szabály, amely kimondaná, hogy ugyanarra a betegségre nem lehet még egyszer alkalmazni a kvantumszinkronizációs kezelést. Ha úgy véled, működni fog, akkor ismételd meg. Vagy még jobb, ha egyetlen kezelés alatt többször is alkalmazod a háromszögelést. Az „A” ujjadat tartsd ugyanott, a „B” ujjaddal viszont keress más területeket. De változtathatod mindkét ujjad helyét is, ha az adott helyzetben azt látod a legjobbnak.

A kvantumszinkronizációs kezelést olyan gyakran végezheted, amilyen gyakran csak akarod. Nem tudsz

vele kárt okozni. Nehogy azt hidd azonban, hogy minél több, annál jobb. Soha ne feledd, hogy egyetlen rövid kezelés képes megoldani a problémát, és továbbléphetsz. Egy későbbi fejezetben el fogom magyarázni, hogyan kell „meghosszabbított kvantumszinkronizációs kezelést” végezni, de egyelőre ne bonyolítsuk a dolgokat. Megbeszéltük? Helyes.

Lényegében ezzel meg is vagyunk. Eleinte azonban, amíg még csiszolgotod a kvantumszinkronizációs képességeidet, nem árt, ha felteszel a partnerednek pár kérdést. Kérdezd meg, hogyan érezte magát a kezelés alatt, illetve hogy az eredeti panaszán kívül esetleg más fájdalma is elmúlt-e. Érdeklődj az érzelmi hogyanlété felől. Tulajdonképpen feltehetsz bármilyen kérdést, amiről úgy véled, segít jobban megérteni a Kvantumszinkronizáció erejét és a benne rejlő lehetőségeket.

*A kvantumszinkronizációs kezelést olyan gyakran végezheted, amilyen gyakran csak akarod.  
Nem tudsz vele kárt okozni.*

A teljes kvantumszinkronizációs kezelés legyen örömteli. Ha úgy érzed, most kissé elvesztél a sok instrukció között, ez eleinte természetes. Könnyűek ezek a lépések, de olvasni róluk sokkal nagyobb erőfeszítést igényel, mint végrehajtani őket. Vedd őket könnyedén, és a kaland és játék szellemében kövesd az útmutatást. Bárki képes a Kvantumszinkronizációra. Te sem vagy kivétel. Jóllehet a technikája egyszerű, és azonnal érezteti a hatását, de azért mégis csak egy új képesség, ame-

lyet eleinte sokat kell gyakorolni. Ne feledd, a jó kezdés félsiker. Minél több visszajelzést gyűjtesz ebben a fázisban, annál hamarabb leszel profi kvantumszinkronizációs gyógyító.

Gyakorolj mindenkin: a barátaidon, a családtagjaidon, a szomszédaidon, sőt, még a háziállataidon is. Nemsokára megtanulod a kvantumszinkronizációs távgyógyítást is, ami azt jelenti, hogy a partnereidnek még csak jelen sem kell lennie. Egyszerűen csak kényelmesen üldögélsz otthon, és gyógyítod a világ minden táján tartózkodó barátaidat vagy rokonaidat.

Javasolom, hogy az első néhány alkalommal mindketten álljatok a partnereiddel, leginkább azért, mert így pontosabb visszajelzéseket fogsz kapni. Konkrétan észre fogod venni, ha meginog, ami a tiszta tudat működésének biztos jele. Azt is könnyebben észreveheted, ha hirtelen sóhajt egyet, ami szintén azt jelzi, hogy a Kvantumszinkronizáció elkezdett csodát tenni. Ezeket a jeleket nehezebb észrevenni, ha a partnered ül vagy éppen fekszik.

Azt is javasolom, hogy eleinte kicsivel a partnered mögé állj, de legalábbis olyan helyre, ahol nem láthat téged. Ha nem vagy a látóterében, könnyebben el tud lazulni, mert nem azt fogja nézni, hogy éppen mit csinálsz. Nem mintha a gyógyulást ez befolyásolná. A Kvantumszinkronizáció a partnered lelkiállapotától függetlenül működik. Inkább a te kényelmedet és koncentrációdát segíti, mivel egyes kezdeményezők nagyon odafigyelnek magukra a kezelés elején, de elvonhatja a figyelmüket, ha a partnerük minden mozdulatukat követi.

*A Kvantumszinkronizáció a partnered lelkiállapotától  
függetlenül működik.*

Az is hasznos gyakorlati tudnivaló, hogy nem kell az ujjaddal a panaszos területet megérintened. Hozzáérhetsz bárhol a testhez, és meggyógyíthatod akár a belső szerveket is.

Egyszer egy könyvvásáron reklámoztam a *Beyond Happiness* című könyvem, amikor odajött hozzám egy másik szerző. Azt mondta, hallotta, hogy valami furcsaságot tudok művelni, amitől elmúlik a fájdalom. Megkérdeztem, mi a problémája. Egy ideje már álldogáltunk, úgyhogy reumás térde begyulladt és bedagadt. Vizsgálatnak annyi elég is volt, hogy megkértem, álljon úgy, hogy a térdében növekedjen a fájdalom. Ezután leültettem egy doboz könyvre. Nem akartam olyan mélyre hajolni, hogy rátehessem a kezemet a térdére, ezért a vállát érintettem meg az ujjammal. Azonnal megfordult, és emlékeztetett, hogy a térde fáj, nem a háta. Megnyugtattam, hogy a térdével foglalkozom.

Megfogalmaztam a szándékot, és elkezdtem háromszögelni a váll felső izmain. Egy perc sem telt bele, és megkértem, hogy álljon ugyanúgy, mint a kezelés előtt, hogy lássuk, milyen most a térde. Fel is állt, és — ez az, amit soha nem fogok megenni — a szeme tágra nyílt a csodálkozástól, és az arca felderült. Immár fájdalom nélkül visszaballagott a standjához, és több könyvet adott el, mint én. Az ujjaimmal a vállát érintettem meg, de a szándékból nyilvánvaló volt, hogy a térd fog részeseülni a gyógyításban.

Van úgy, hogy a fájdalom (vagy valamilyen más tünet) először rosszabbodik, mielőtt javulni kezdene. Nyugtasd meg a partneredet, hogy ez normális jelenség. A testben egy rövid ideig súlyosbodnia kell a tüneteknek, hogy megindulhasson a gyógyulás. Csak háromszögelj tovább, és a fájdalom gyorsan elmúlik. Nagyon ritka esetben előfordulhat, hogy a partnered olyan rosszul érzi magát, hogy nem tudja folytatni. Ha ez következik, hagyd abba a kezelést. Esetleg valamelyik másik problémáját kezd el gyógyítani, vagy csak ülj csöndben egy ideig. Pár perc múlva végezd el a kezelés utáni vizsgálatot, hogy megállapítsd, továbbra is fennáll-e a probléma. Ha igen, ismételd meg a kvantumszinkronizációs kezelést. A fájdalom most már minden valószínűség szerint meg fog szűnni, és nem lesz szükség további lépésekre.

Még egy utolsó dolog: mivel tulajdonképpen nem végzel gyógyítást, nem is tulajdoníthatod magadnak az eredményt. Ez nagyon fontos. Ha nem tulajdonítod magadnak az eredményt, nem is fogsz kötődni hozzá. Érted, hová akarok kilyukadni ezzel? Ha nem kötődsz a kvantumszinkronizációs kezelés eredményéhez, akkor el fogsz tudni fogadni bármilyen kimenetelt. A Kvantumszinkronizáció munkájának gyümölcsét el kell fogadnod, akkor is, ha többet ad, mint amire számítottál, és akkor is, ha kevesebbet, mert ez enyhíti a mentális diszharmóniát. A diszharmóniától mentes elme képes csak arra, hogy Örömrézéseket tükrözzön. Márpedig az Örömrézések, ahogyan te is tudod, elengedhetetlenek a gyógyuláshoz.

## Teendők a kvantumszinkronizációs 115

*Ha nem kötődsz a kvantumszinkronizációs kezelés  
eredményéhez, akkor elfogysz tudni fogadni  
bármilyen kimenetelt.*

Ha azonban valamilyen tervvel a fejedben mész neki a gyógyításnak, csökkennek az esélyei, hogy a gyógyulás tényleg be is következik. Tegyük fel például, hogy a helyi tévécsatorna egy rövid hírosszefoglalót szeretne készíteni gyógyító képességeidről, mivel már számos figyelemreméltó sikertörténet birtokába jutott. Meg is jelennek nálad, és a riporter megkér, hogy gyógyítsd meg a gyomorfájását. Úgy érzed, most aztán vagy kíváncsi a rezet, vagy nagyon rövid interjúnak néztek elébe, ezért aztán a teljesítménykényszer miatt el is kezdesz szorongani.

Nagyon félsz, hogy felsülsz, de azért nekilátsz a háromszögelésnek, és várod, hogy megjelenjen az Örömmérség. Nagyon igyekszel segíteni a riporter baján, és már most azon jár az eszed, hogyan fogsz festeni az esti híradóban. Az Örömmérség pedig még ágyúval sem tudna betörni a tudatodba, mert a gondolataiddal próbálsz gyógyítani. Amikor aztán látod, hogy az Örömmérség csak nem jelentkezik, elkezdesz erőlködni, és újra meg újra előhozakodsz a szándékkal, mintha valami dobbot vernél. Végül eljutsz oda, hogy ennyi erővel akár valami gyógyszert is beadhatnál neki, mert a gondolataid olyan zavarosak, hogy nem tudsz segíteni rajta.

Sokkal könnyebb úgy nekilátni egy kvantumszinkronizációs kezelésnek, hogy tudtára adod a partnerednek, hogy nem lehet előre megmondani, mennyire lesz látvá-

nyos a gyógyulás. Megmondhatod neki, hogy el kell fogadnotok, bármi legyen is az eredmény. Azt is el kell mondanod, hogy nem lesz minden azonnal egyértelmű, és a gyógyulás több napig is eltarthat a kezelés után. Végül még azt is megemlítheted, hogy a jobb eredmény érdekében néha további kvantumszinkronizációs kezelésekre van szükség.

Most, hogy már tudod, hogyan indítsd be a gyógyulást, nem árt, ha megosztok veled még egy pár ötletet, amelyek segítenek kitágítani és elmélyíteni a gyógyító élményt. A lelki betegségek gyógyításáról például még egy szót sem szóltam, holott ez az a terület, ahol a Kvantumszinkronizáció igazán ragyogóan működik.

Mielőtt azonban elkezdenénk, megragadnám a lehetőséget, hogy kimondjam azt, ami nyilvánvaló: a Kvantumszinkronizációval bármit meg lehet gyógyítani, de mindig a képzett orvos által előírt kezelés mellett, nem pedig a helyett alkalmazandó. A Kvantumszinkronizáció nagyon hatékonyan egészíti ki a hagyományos gyógyító módszereket, elmélyíti a gyógyító hatást, és jelentős mértékben csökkenti a teljes gyógyuláshoz szükséges időt. Akkor is mindig konzultálni kell szakemberrel, ha a tünetek csillapodnak, hogy megbizonyosodjunk róla, hogy nem húzódik meg valamilyen ismeretlen kiváltó ok vagy más feltáratlan probléma a háttérben.

*A Kvantumszinkronizáció nagyon hatékonyan egészíti ki a hagyományos gyógyító módszereket.*



Minél többet gyakorlod a Kvantumszinkronizációt, annál több gyógyulást fogsz tapasztalni a saját életedben. Egyre közvetlenebb viszonyba kerülsz a tiszta tudattal, amely beszivárog a mindennapjaidba is, és olyan elégedettséggel tölt majd el, amelyről nem is álmottál. Bármerre jársz, be tudod indítani a gyógyító folyamatot, pusztán a tiszta tudat segítségével.

Lényegében az történik, hogy megtanulsz szeretni. Igazából nem tudsz szeretetet tanulni, mert a szeretet te magad vagy. Végtelen örömet és határtalan szeretetet az ember nem tud teremteni. Ezek már megvannak, különben nem is lehetnének határtalanok és végtelenek. Csak arra várnak, hogy felfedezd őket. A tiszta tudat ugyanaz, mint a tiszta szeretet. Tudatosnak lenni annyi, mint feltétel nélkül szeretni. Mindenki hallotta már, hogy a szerelem mindent legyőz. Most itt a lehetőség, hogy bebizonyítsd.

Ahogy egyre több gyógyítást indítasz el a Kvantumszinkronizáció segítségével, egyre több örömed fog származni a segítségnyújtásból, és egyre többen fognak hálálkodni, amiért megosztottad velük ezt az egyszerű dolgot, amely megváltoztatta az életüket. Es ez még csak a felszín! Várd csak ki, mi minden fog még történni!

Tizenötödik fejezet

# LÉLEKGYÓGYÍTÁS

*„Bizonyára elbuktál valamilyen szinten, vagy valami mély fájdalom vagy veszteség vezetett el a spirituális dimenziókhoz. Esetleg elért sikereid üresedtek ki és váltak értelmetlenné, így kiderült róluk, hogy valójában kudarcok.”*

Eckhart Tolle

Mindeddig arra koncentráltunk, hogyan alkalmazzuk a Kvantumszinkronizációt a testi betegségeknél. Bármilyen bámulatos is ez a „kezelés”, ez még nem minden. Az „Érzelmi Kvantumszinkronizáció” ugyanis rendkívül hatékonyan képes csillapítani a lelki fájdalmat. A testi diszharmóniához hasonlóan a lelki zavarokat is azonnal fel lehet számolni a segítségével. Lehet, hogy a problémák gyökerei mélyen be vannak ágyazódva oda, amit az elménk múltnak hív. A Kvantumszinkronizáció előtt a múlt, sőt, a jövő is ismeretlen fogalom. Mindkét fogalom ugyanis pusztán illúzió, és csak bent tartják az elmét az entrópia egyre mélyülő spiráljában. Más szóval, az idő múlását az elménk hozza létre. Ragaszkodunk

ahhoz, ami volt, és ami lesz, és ez a ragaszkodás veti el a lelki betegségek magvait, amelyek csak az Idő vigyázó tekintete alatt képesek kicsírázni és szárba szökkenni.

A kvantumfizika úgy tartja, hogy az idő nem múlik. Az idő a pusztulás irányába mutat. Arra mutat, de nem mozdul el felé, csakúgy, mint az iránytű mutatója, amely mindig észak felé mutat, de nem indul el abba az irányba. A tudat áramlása az, ami létrehozza az idő illúzióját.

*Az „Érzelmi Kvantumszinkronizáció” rendkívül  
hatékonyan képes csillapítani a lelki fájdalmat.*

Íme, egy példa: imádok moziba járni. Arra a pár órára teljesen a hatása alá kerülök a vásznon játszódnó, nyilvánvaló illúzióknak. Amikor belépek a moziba, magam mögött hagyom a hétköznapi életemet. Jóllehet a film nem több villódzó árnyak és fények játékánál a vásznon, mégis egy másik, jóval nagyobb illúzióknak a tükré, amelyet *valóság*nak hívunk, és amely odakinn vár ránk, a mozi ajtaján túl.

A mozgás illúzióját az elménk akkor hozza létre, amikor gondolataink a múlt és a jövő között cikáznak. A múlttól és a jövőről alkotott gondolataink mentális hidat képeznek az örök most és a tiszta tudat között. Tudatosságunk egyik gondolatról a másikra ugrik, és a kettő között nem is érinti a tiszta tudatot. Olyan ez, mintha filmet néznénk. A mozifilm képkockák hosszú sorozatából áll. Egyetlen másodperc alatt 24 mozdulatlan állókép villan fel a vásznon. Ez túl gyorsan történik

ahhoz, hogy az agyunk egyenként feldolgozza a képeket, ezért az állóképek a mozgás illúzióját keltik, ami elég bámulatos. Mozgást látunk ott, ahol nincs is. A mozi ezt az illúziót nyújtja.

*Tudatosságunk egyik gondolatról a másikra ugrik,  
és a kettő között nem is érinti a tiszta tudatot.*

Az idő ugyanilyen illúzió, ezt is az elménk hozza létre. Az egyes gondolatok olyanok, mint a mozifilm kockái. Az egyes gondolatok, ahogy már tudod, elszakadnak a tiszta tudattól, és eljutnak a tudatosság „képernyőjéhez”. Ez olyan gyorsan történik, hogy úgy tűnhet, hogy mozognak, akár csak a mozifilm képkockái. Ezt a mozgásillúziót hívjuk aztán időnek.

Amikor jövőbeni eseményekre gondolunk, előrefelé haladunk az időben. Amikor az emlékeinket idézzük fel, akkor viszont visszafelé utazunk. Mindezek a mozgások azonban csak az elménkben történnek. Sehol máshol nem léteznek az egész világegyetemben. Bár nem így tűnhet, de a saját múltunkon és jövőnkön, azaz az időnkön nem osztozunk senki mással.

A vetítógép egyszerű elven működik. Erős fehér fényvel megvilágítják a filmszalagot, amely átengedi a fényt, és létrehozza a mozivászonon a képet. A film kockánként áthalad a fénysugáron, így pedig létrejön a vászonon a mozgás illúziója is. A közönség elégedetten ül a székekben, és nézi, ahogy a színészek előadják a történetet, és közben teljesen elfeledkezik arról, hogy mindez csupán fény és árnyék, amelyet a vetítőteremben pergő fil-

men áthaladó fénypászma hoz létre. Sírunk és nevetünk, mintha az illúzió valóság volna.

Az életünk éppen olyan, mint egy mozifilm. Gondolatról gondolatra, percről percre, évről évre bontakozik ki. Mi pedig (a közönség) hagyjuk, hogy életünk filmjének drámája teljesen magával ragadjon minket. Aggódunk a számlák miatt, imádjuk az új házunkat, figyeljük, ahogy felnőnek a gyerekeink, és elgondolkodunk a halálunkon. A filmhez hasonlóan az életünk sem több illúziónál, a fény és az árnyék játékánál. Ne érts félre — létezik az életünk, de nem olyan formában, ahogy hiszszük. Ez a félreértett identitás az, ami a rengeteg szenvedést okozza, és ez nemzedékről nemzedékre egyre csak nő.

Az Érzelmi Kvantumszinkronizáció hatására elménk kizökken a gondolkodás régi kerékvágásából, és elkezd a jelenre koncentrálni. Megszabadítja attól, hogy folyton a múlton és a jövőn rágódjon, és megszabadítja a büntudattól, a dühtől, a szorongástól és a félelemtől is. Amikor lelki zavarokat háromszögelünk, a tiszta tudat ragyogó fényével világítjuk meg őket. Ez azonnal kizökönt a moziüzemmódból, egy időre elszakadunk a vászontól, és a közönség soraiban találjuk magunkat. Innen nézve, a gyógyító hatású nyugodtság és tisztánlátás birtokában jól megfigyelhetjük a diszharmonikus érzelmeket és eseményeket. Eletünk filmje ugyanúgy pereg tovább, de a fájdalmas, kínzó érzelmek nélkül.

*Hogyan működik az érzelmi Kvantumszinkronizáció?*

A lelki fájdalmat ugyanolyan könnyű megszüntetni, mint a testit — sőt, talán még könnyebb. Nem szükséges tudnod, hogy mi okozza az érzelmi problémákat a partneredben. Ami azt illeti, erősen javaslom, hogy hagyd, hogy a partnered megtarthassa magának érzelmi problémáit. Ez két okból is fontos. Először is, a partnered valószínűleg értékeli majd, hogy nem kell elmondania a titkait, különösen, ha nem ismer jól téged, vagy egyszerűen csak úgy gondolja, hogy a magánélete nem tartozik senkire. Másodszor, neked sem kell más érzelmeivel törődnöd, így nem csapolják meg az érzelmi energiáidat. Mindenképpen időt takarítasz meg vele.

Az Érzelmi Kvantumszinkronizáció teljesen biztonságos. Nem tekinthető semmiféle kezelésnek. Nincs szükség hozzá analízisre vagy valamiféle képzettségre, mert az kezdeményező nem csinál semmit. A Kvantumszinkronizációt voltaképpen a partner végzi el azzal, hogy érzelmi diszharmóniáit megfürdeti a tiszta tudat gyógyító vizében. A kezdeményező csak beindítja a folyamatot, és kész. Nem kell vacakolnod a nyers érzelmek háborgó hullámaival. Azt hagyd csak a szakemberekre.

*A lelki fájdalmat ugyanolyan könnyű megszüntetni  
mint a testit — sőt, talán még könnyebb.*

De ha már szóba kerültek a szakemberek, ha te magad is képzett pszichiáter, pszichológus vagy pszicho-

terapeuta vagy, hatékonyan integrálhatod a Kvantumszinkronizációt a praxisodba. Rögtön az előzetes vizsgálatokat követően végezhetsz érzelmi Kvantumszinkronizációt. Számos probléma eredeti forrását egész könnyedén meg lehet szüntetni vele, azután, ha még maradt valami, azt el lehet intézni a hagyományos módszerekkel. Az érzelmi Kvantumszinkronizáció a régi pácienseknél is csodákra képes. Sokszor segít áttörni a régóta fennálló akadályokat, és általában véve felgyorsítja a gyógyulás folyamatát.

Egyszer volt egy partnerem, egy huszonöt éves tapasztalattal rendelkező pszichológus, akinél pár perc alatt olyan változásokat tudtam elérni, amelyek megváltoztatták az egész életét. Egy traumatikus élmény terhét hordozta gyermekkora óta. És, bár szakmai életútja során számos különböző irányból megközelítette már a problémát, és számos különböző terapeutánál járt, nem sikerült felülemelkednie rajta. Ez a pár percnyi érzelmi Kvantumszinkronizáció több mint hat éve történt, ő pedig azóta is mentes a problémától, amely soha többé nem is fog visszatérni.

Az érzelmi Kvantumszinkronizációval elért gyógyulás végleges. A félelem az az alapérzés, amelyből az összes többi fakad. Félelem, ha még emlékszel, akkor keletkezik, amikor az ego elszakadni látszik a tiszta tudattól, és saját identitást ölt. Nem az számít, hogy a partnered dühöt, szorongást, bűntudatot vagy szomorúságot érez, a dolgok legmélyén a tiszta tudattól való elszakadás félelme áll. Az érzelmi Kvantumszinkronizáció teljességgel árasztja el a félelmet, és visszatereli az egót

szülőanya karjaiba. Az emlékek apró hullámként maradnak meg a tudatban, de az elerőtlenítő érzelem elmerül a boldogság óceánjának mélyére.

*Az érzelmi Kvantumszinkronizációval elért gyógyulás végleges.*

*Hogyan alkalmazzuk az érzelmi Kvantumszinkronizációt?*

Először is, add a partnered tudtára, hogy nem kell ismerned lelki fájdalma természetét. Magyarázd el, hogy a tiszta tudat végzi el a gyógyítást, te csak beindítod a folyamatot. Nem kell elmondania, mi nyomja a lelkét.

Kérd meg, hogy gondoljon arra az esetre, ami a szorongás kiváltó oka. Ha ez az ok előtte sem világos, akkor kérd meg, hogy magában azonosítsa az érzelmet. Bátorítsd, hogy hagyja az érzelmeit felerősödni. Amikor már erősebbek nem is lehetnének, kérd meg, hogy értékelje az érzelmi állapotát egy egytől tízig terjedő skálán (amelyen a tízes az *elviselhetetlent* jelenti). Jegyezd fel ezt a számot.

Ugyanúgy folytasd, mint amikor testi problémákat orvosoltál a Kvantumszinkronizáció segítségével. (Lásd a tizenharmadik fejezetet, és olvasd el újra a „Háromszögelés: a háromlépcsős kvantumszinkronizációs eljárás” című részt.) Először is keress egy feszes vagy puha izmot az „A” ujjadnak. Ezután helyezd el a „B” ujjadat is. Tudatodat élesen fókuszáld az „A” majd a „B” ujjad-



ra, majd egyszerre mindkettőre. Várd meg, amíg felszínre tör benned az Örömrzés, majd egyszerre összpontosítsd a tudatodat mindháromra, mígnem azt érzed, hogy a partnered izmai elernyednek az érintésed alatt.

Miután befejezted a kezelést, hagyj időt a partnerednek, hogy visszatérjen ebbe a világba. Az érzelmi Kvantumszinkronizáció néha több időt kíván, mint a testi panaszokra alkalmazott kezelés. Amint készen áll a partnered, kérd meg, hogy idézze fel újra ugyanazt az esetet, és értékelje újra az állapotát a tízes skálán.

Ilyenkor általában az szokott történni, hogy a partnerek azt mondják, elő sem tudják idézni magukban a szóban forgó érzést. Vagy valami olyasmit mondanak, hogy: „Próbálkozom, de csak az egyesig vagy kettesig jutok.” Látni fogod, hogy arcizmaik ellazulnak, hangjukban pedig derű bujkál.

Az érzelmi Kvantumszinkronizáció azonnal megszünteti a kellemetlen érzéseket, még akkor is, ha az illető nem is tudja, mi okozza őket. A tiszta tudat képes leásni a gyökerekhez anélkül is, hogy az ember tudatában lenne. Előfordul, hogy a partnered emlékszik a sérülést kiváltó eseményre, és megemlíti a kezelés alatt. Ez különösen akkor valószínű, amikor valamilyen mélyen eltemetett gyermekkori traumára derül fény. Ne tulajdoníts túl nagy jelentőséget neki. Kérd meg, hogy maradjon csendben, és csukja be a szemét, ha úgy jobb neki. A szörnyű érzelmet addigra már semlegesítettétek, mire a partnered emlékezetébe tudta idézni, ezért nincs értelme több időt rááldozni.

Te pedig elégedetten hátradőlhetsz, hogy sikerült gyógyulást előidézned partnered érzelmi életében, és egy gyertyányi világosságot tudtál teremteni ebben a homályos világban.

*Az érzelmi Kvantumszinkronizáció azonnal megszünteti  
a kellemetlen érzelmeket, még akkor is,  
ha az illető nem is tudja, mi okozza őket.*

Tizenhatodik fejezet

# TÁVGYÓGYÍTÁS KVANTUM- SZINKRONIZÁCIÓVAL

*„Az a legokosabb, aki tudja, hogy milyen keveset tud.”*

THOMAS JEFFERSON

A Kvantumszinkronizáció egyik legbámulatosabb vonása az, hogy úgy is tudsz vele gyógyítani, hogy meg sem érinted a partneredet. A szoba másik végéből is tudsz távgyógyítani vele, de akár a világ másik végéből is. Nemrégiben alkalmam volt egy Eva nevű partnerrel dolgozni, aki Prágában lakott. Légvonalban a Cseh Köztársaság meglehetősen messze van az irodámtól, amely a floridai Sarasotában található. Eva, egy egyetemi hallgató szorongásra és túlhajszoltságra panaszkodott.

E-mailben tartottuk a kapcsolatot. Egyszer ezt írta: „Az első perctől kezdve, ahogy kinyitom a szemem, egészen addig, amíg este el nem alszom, örökké úgy érzem, mintha záróvizsgára készülnék.” Soha nem beszéltem vele telefonon, még csak azt se tudtam, hogy néz ki. Csak annyit tudtam róla, amennyit az e-mailben leírt.

*A Kvantumszinkronizációval a világ másik végéből  
is tudsz tárgygyítani.*

Eva meg akart szabadulni az örökös szorongástól. Azt szerette volna, ha energiái koncentráltabbak, és nem a zaklatottság és a szélsőségesség határozná meg az életét. Még aznap este tárgygyítást hajtottam végre Kvantumszinkronizációval Sarasotából. Ebben az időben Prágában éppen hajnali négy óra volt. Amikor másnap reggel bekapcsoltam jó öreg laptopomat, Eva levele fogadott. Ugy másolom ide, ahogy kaptam, csak néhány apró nyelvtani hibát javítottam ki benne, jóllehet talán ki kellett volna törölnöm egypár felkiáltójelet is.

*Kedves Frank!*

*Köszönöm szépen, hogy segített!!! Amikor ma reggel jelkeltem, hosszú idő óta először éreztem, hogy megint „a világ összes energiája bennem van”. Annyi erőt és energiát éreztem magamban! Még amikor reggel elmentem jutni, akkor is tele voltam pozitív gondolatokkal és energiákkal. Valami tehát megváltozott, amit nagyon élveztem, és még most is nagyon élvezem!!!!*

*Köszönöm!!!!*

*Remélem, érted, amit írok, nem beszélek tökéletesen angolul;—)*

*Dekazi mnobokrat („Köszönöm szépen”). Sok napsütést és üdvözlést küldök Prágából:*

*Eva*

Évát ugyanabból az anyagból gyúrták, mint Frankét. A tiszta tudatot nem határolja tér vagy idő. Mindig

mindenütt jelen van. Csak korlátozott éntudatunk az, ami megteremti az időt és a tér határait. En azzal indítottam be a gyógyulást Évánál, hogy arra fókuszáltam, ami közös bennünk, és nem arra, amiben különbözünk. Az azonosság a tiszta tudat.

Amikor Kvantumszinkronizációt gyakorolsz, az azonosság legmélyebb szintjéről operálsz, és így idézel elő változásokat a különbözőségek világában.

*En azzal indítottam be a gyógyulást Évánál,  
hogy arra fókuszáltam, ami közös bennünk,  
és nem arra, amiben különbözünk.*

A kvantumfizikában az ilyen azonnali, távoli interakciót *kvantum-összefonódásnak* hívják. Az összefonódás azonban nem képes a fénysebességnél gyorsabb információ-áramlásra. Azt nem tudom megítélni, hogy a gyógyító információ a fénysebességnél gyorsabban ért-e el Évához. Ez egy nagyon izgalmas kérdés, de messze túlmutat ennek a könyvnek a keretein. Minket most nem is igazán érint. A gyógyító információ valahogyan megtalálta az utat a 8000 km-re élő Eva ajtajához, és útközben nem állt meg útbaigazítást kérni. Nekem ennyi elég is.

Világszerte emberek tízezrei alkalmazzák sikerrel a Kvantumszinkronizációt barátaikon, családtagjaikon és vadidegeneken úgy, hogy minden ismeretet ebből a könyvből nyertek, amelyet most te is olvasol. Sokan a könyv különböző nyelvű fordításait olvasták, a Kvantumszinkronizáció mégis működik. A legtöbb ilyen kvantumszinkronizációs kezelést kényelmi okokból tá-

volról végzik, és ezek a kezdeményezők — ahogy hamarosan te is meg fogod tapasztalni — éppolyan könnyedén végzik a dolgukat. Ha esetleg azt gondolnád, hogy a kvantumszinkronizációs távgyógyítás lehetetlen, ne aggódj akkor sem. Mindegy, hogy mit hiszel, vagy nem hiszel, akkor is képes leszel rá. A Kvantumszinkronizáció egy tudományosan igazolható eljárás. *Valódi.* Nincs szükség hitre ahhoz, hogy hasson. Ha nem hiszel nekem, kérdezd meg bármelyik kutyát vagy macskát, hogy megkérték-e őket, hogy higgyenek a Kvantumszinkronizációban, mielőtt meggyógyultak volna.

*A Kvantumszinkronizáció egy tudományosan igazolható eljárás.*

*Valódi. Nincs szükség hitre ahhoz, hogy hasson.*

*Hogyan végezzük kvantumszinkronizációs távgyógyítást ?*

A kvantumszinkronizációs távgyógyításhoz ugyanúgy háromszögelésre van szükség, mintha a Kvantumszinkronizáció bármilyen más formáját gyakorolnád. Ugyanazok a lépések, néhány apró különbségtől eltekintve. A partner fizikai hiányát valahogyan kompenzálni kell, de a kvantumszinkronizációs távgyógyítást jóval könnyebb megtanulni, mint egy csomó más dolgot, amelynél partnerre van szükség. Valami furcsa oknál fogva a tangó jut az eszembe. Nem is tudom, miért... na, mindegy, íme, néhány javaslat:

## Helyettesítsd a partnert valamivel!

A partnered szerepét betöltheti valaki vagy valami más is. Bármilyen pótszereplő megteszi: a házastársad, a gyermekeid, az újsághordó, a legközelebbi munkatársad. Hajtsd csak végre a kvantumszinkronizációs távgyógyítást a pótszereplőn, mintha a partnered állna előtted. A gyógyító szándék minden esetben utaljon a jelen nem lévő partner nevére, képre vagy képzetére.

Ákár állattal is helyettesítheted a partneredet. Az állatok általában jó helyettesítők, mert nem kérdeznek. Hozzá vannak szokva gazdáik furcsa viselkedéséhez, és valószínűleg készségesen engedelmeskednek, ha tudják, hogy utána kapnak valami finomságot. Elismerem, a gyors ujjakon kívül valószínűleg egy doboz sebtapaszra is szükséged lesz, ha mindössze egy falánk pirájád van otthon, de a dolog jó oldala, hogy az állat már a kezelés közben megkapja a finom falatokat.

Harmadik megoldás, hogy játék babát vagy kitömött állatot használj. Tulajdonképpen még egy képet is rajzolhatsz egy darab papírra, és azt is használhatod. Vagy egyszerűen csak írd le a partnered nevét. Ezek közül bármelyik jól helyettesíti az eredetit. Próbáld csak meg, és kellemes meglepetésben lesz részed.

## Állítsd csatasorba a képzelőerőd!

Ha jó képzelőerővel rendelkezel, felidézheted partneredet képzeletben, és a háromszögelést elvégezheted a lelki szemeid előtt is. Ujjaid ugyan nem fognak érinteni

semmit, ezért ezt is el kell majd képzelned. Honnan fogod tudni, hogy mikor hagyj abba? Ugyanúgy fogod érezni az izmok ernyedését vagy oldódását, mint amikor valóban hozzáérsz a partneredhez.

A képzeletbeli Kvantumszinkronizációt többféleképpen is végezheted. Elképzeld, hogy ott vagy, ahol a partnered is. Képzeld el, hogy a kedvenc foteljében üldögél, miközben te a kvantumszinkronizációs távgyógyítást alkalmazod rajta. A másik lehetőség, hogy azt képzeled el, hogy ő van nálad. Képzeld el, hogy ott áll előtted, miközben te a varázslatot végzed. De találkozhatsz vele bárhol máshol is. Csak a képzeleted szabhat neki határt!

### Próbáld meg a légygyógyítást!

Bizonyára hallottál már a léggitározásról — úgy teszel, mintha egyik kezeddal egy képzeletbeli gitár nyakát fognád, a másikkal pedig vadul pengetsz, és közben összevissza kalimpálsz a tükör előtt. Nos, a légygyógyítás is valami ilyesmi. Képzeld el, hogy a partnered előtted áll vagy fekszik. Teljesen mindegy, hogy a szemed nyitva van-e, vagy csukva. Most mozdulj meg, nyújtsd ki a kezéd, és helyezd ujjaidat nem létező partneredre. Mindent úgy csinálj, mintha a partnered valóban ott lenne. Csak arra ügyelj, hogy a férjed ne szakítsa félbe a kezelést azzal, hogy egyszer csak megjelenik, hogy: „Lucy, el tudnál magyarázni nekem valamit?”

A kvantumszinkronizációs távgyógyítás kiváló alkalmat nyújt az összes tanult képesség gyakorlására. Jómagam minden este, lefekvés előtt elvégzek egy kezelést.



Olyan partnerekkel is foglalkozok, akik krónikus vagy életveszélyes betegségük miatt (Alzheimer-kór, rák) hosszabb kezelésre szorulnak. Nem egy barátom, aki eleinte úgy vélte, hogy a Kvantumszinkronizáció ostobaság, ma már rendszeresen felhív, és távgyógyítást kér.

A legkisebb lányom rendőrként dolgozik egy gazdaságilag lecsúszott és bűnözéstől sújtott városban. Folyton valamiféle csetepatéba keveredik. Már meg sem lepődök, amikor felhív, és elújságolja, hogy: „Hello, apu, épp egy belőtt csajt akartam berakni a rendőrautóba, amikor beleharapott a lábamba. Meggyógyítanál ma este?“, vagy: „Egy üldözésben már megint megsérült a vállam. Fáj, és nem tudom rendesen mozgatni. Tudnál segíteni?“ 0, milyen nagyszerű is szülőnek lenni!

Csak egy kis gyakorlat kérdése, és hamarosan te is bármikor képes leszel távgyógyítani Kvantumszinkronizációval, ha rá tudsz szálni pár percet napközben. En már úgy is csináltam, hogy közben a partnerem éppen a problémáját ecsetelte. Mire befejezte a magyarázást, a fájdalom elmúlt. Egyszerűen fantasztikus érzés ilyen közel lenni a teremtőerőhöz, és figyelni, ahogyan csodát művel. Csak tudatlan elménk képes határt szabni neki — a Kvantumszinkronizáció pedig ezt a problémát is megoldja.

*Hogyan alkalmazzuk a Kvantumszinkronizációt saját magunkon?*

Igazából már tudod, hogyan művelj csodát magadon a Kvantumszinkronizáció segítségével. Válassz egyet a fenti módszerekből, és alkalmazd magadon. Természetesen

megkönnyíti a dolgot, ha megvan otthon *A gumigerincjógamester kézikönyve*; amennyiben fizikailag is el akarod érni a hátad közepét vagy valamilyen hasonlóan nehezen elérhető pontot. Jusson azonban eszedbe, hogy nem kell fizikailag megérintened a kérdéses területet. Ha a hátad közepe fáj, háromszögelhatsz a térdeden vagy a mellkasodon; ugyanolyan hatékony lesz. Megpróbálhatod emellett a korábban említett távgyógyító technikák valamelyikét is.

James, egy kvantumszinkronizációs gyógyító rájött, hogy a Kvantumszinkronizáció nagyon jól működik a jógával karöltve. Íme, a magyarázata:

*„Amióta hallottam a Kvantumszinkronizációról, azóta gyakorlom magamon jógaás közben. Észrevettem, hogy mélyebben elmerülök az egyes ászanákban (pozíciókban), és hamarabb érem el a mozdulatlanságot vagy a mozdulatlan tudatot jógaás közben. Nem az ujjaimmal háromszögelek, hanem képzeletben kötöm össze a pontokat a testemen. Ezután egyszerűen elmerülök a tiszta tudatban néhány másodpercre.*

*Utána a testemet mindigfelfrissültnek, kipihentnek és erősebbnek érzem. A Kvantumszinkronizáció ilyenén alkalmazása bármilyen helyzetben működik, és megkönnyíti, hogy a testre és lélekre korlátozódott énképünket kiterjesszük a végtelen tudatra.”*

A Kvantumszinkronizációban rejlő lehetőségeknek csak a képzeleted szab határt. Az ember természeténél fogva növekszik, terjeszkedik. Tedd fel a kvantumszinkronizációs szemüved, és nézz körbe. Kísérletezz

*egy* kicsit a különféle elméletekkel, de a legfontosabb, hogy érezd jól magad közben.

*A Kvantumszinkronizációban rejlő lehetőségeknek csak a képzeleted szab határt.*

### *Állatok és élettelen tárgyak*

Mivel a Kvantumszinkronizáció a legalapvetőbb, mindent átjáró tudatból merít, állatokon, sőt, élettelen tárgyakon is működnie kell. Működik is! Ha jobban belegondolsz, ez nem is olyan furcsa. Gyógyszereket adunk kedvenceinknek, és csontkovácshoz visszük őket. De amikor az úgynevezett élettelen dolgokra terelődik a szó, kicsit nehezen találjuk hihetőnek, hogy csak bele kell öntenünk egy doboz Red Bulit a lemerült akkumulátorba, és már megy is az autónk.

Azért mondom, hogy *úgynevezett* élettelen tárgyak, mert a teremtés egészét a legalsó szintekig átjárja a lüktető élet. Végző értelemben véve semmi sem élettelen. A legfinomabb rezgésben pedig ott az ok: a tiszta tudat. Tehát, amikor lemerül a kocsid akkumulátora, a Kvantumszinkronizáció olcsóbb, mint a Red Bull, és még csak hulladék sem keletkezik utána.

*Végző értelemben véve semmi sem élettelen.*

Egyszer valaki, aki már elvégezte a tanfolyamomat, a következőkről számolt be: Lemerült az akkumulátor a kocsiában, és miután hiába próbálta slusszkulccsal

beindítani, egy idő után elhatározta, hogy megpróbálkozik Kvantumszinkronizációval az akkumulátoron. A kocsi rögtön megugrott, és a motor életre kelt. Amikor elvitte a kocsit a szervizbe, a szerelő azt mondta, hogy valóban az akkumulátor volt a ludas. Valószínűleg azt már nem kötötte az orrára, hogy az indítókábel szerepét ezúttal a saját ujjai töltötték be.

A Kvantumszinkronizáció a világban mindenre képes hatni, és ebbe beletartoznak a háztartási gépek is. Az alábbi történetet egy kreatív kvantumszinkronizáló mesélte el:

*„Csak meg szeretném osztani valakivel az élményeimet, amelyeket a kvantumszinkronizációs tanfolyam után szereztem. Amikor vasárnap felébredtem, nagyon éhes voltam. Ezért Kvantumszinkronizációt alkalmaztam az éhségemre, és az éhség el is múlt, de azért úgy döntöttem, csinálok még magamnak egy turmixot. Csakbogy, amikor el akartam indítani a turmixgépet, kiderült, hogy nem működik. Meg se mozdult. Elhatároztam hát, hogy Kvantumszinkronizációt alkalmazok rajta. Pár percig dolgoztam rajta. .. de először nem történt semmi. Megpróbáltam újra, ezúttal úgy, hogy teljesen függetlenítettem magam a kívánt eredménytől. És sikerült! A turmixgép megjavult, engem pedig teljesen letaglózott az élmény, miközben a turmixomat iszogattam. A szobatársam, aki szintén nagy turmixrajongó, mindig csodálkozik, amikor minden használat előtt megbűvölöm a turmixgépet.”*

Ha jól emlékszel, a partnernek nem kell hinnie a gyógy módban ahhoz, hogy működjön rajta, sőt, még

csak nem is kell tudnia róla. így tehát, ahogy már mondtam, az állatok nagyon jól reagálnak a Kvantumszinkronizációra. Próbáld csak ki a kisállataidon, vagy éppen az olyan kellemetlen betolakodókon, mint a mósmédvék vagy a medvék.

Íme, egy példa: Az egyik helyi jogközpontban egy híres író dedikálta az alternatív gyógymódokról szóló könyveit. A légkondicionáló nem működött, ezért az ajtókat nyitva kellett hagyni. A nyitott ajtón át berepült vagy egy tucatnyi légy, akiket nem annyira a dedikálás vonzott, mint inkább a büféasztalon álló hatalmas fazék húsleves. Rob, a központ vezetője gyorsan behúzódott a meditációs szobába, és Kvantumszinkronizációval elűzte a kis betolakodókat. Amikor pár perccel később visszajött, már csak egyetlen egy légy körözött a fejünk felett, de az is azonnal kirepült, amikor meglátta Robot előjönni a szomszédos szobából.

*Az állatok remekül reagálnak a Kvantumszinkronizációra.*

Az étel is kiváló kísérleti terep a kreatív kvantumszinkronizációsoknak. Próbáld meg egyszer szinkronizálni az ételeket, a vizet vagy a táplálékkiegészítőket. Ezekkel kapcsolatban olyan szándékok merülhetnek fel, mint például a toxinok kivonása vagy a jótékony összetevők hatásának fokozása, vagy például az emésztés segítése. Ha imádkozol étkezés előtt, utána végezz Kvantumszinkronizációt. Ily módon az imád lesz a szándék, amelyet a Kvantumszinkronizáció megért, és odahelyezi a tiszta tudat mindenütt jelen lévő lábai elé.

Tizenhetedik fejezet

# A MEGHOSSZABBÍTOTT KVANTUM- SZINKRONIZÁCIÓ

*„Az öröm nem a dolgokban van, hanem bennünk.”*

RICHÁRD WAGNER

A meghosszabbított Kvantumszinkronizáció leginkább a hosszan tartó vagy életveszélyes betegségek esetén hasznos, mint amilyen a cukorbetegség, a szívbetegségek, az Alzheimer-kór vagy a rák. Kiválóan enyhíti és gyógyítja továbbá a mély érzelmi problémákat is. Ha valamilyen betegség néhány percnyi kezelés után nem indul gyógyulásnak, és a terápia megismétlése sem segít, akkor valószínűleg meghosszabbított Kvantumszinkronizációra van szükség.

Ahogy a név is mutatja, *meghosszabbítjuk* a Kvantumszinkronizáció megszokott időtartamát, így jótékony hatásai jelentősen megnövekednek mind a partner, mind a kezdeményező számára. Ilyenkor az autók, csillagok, emberek, de még a világűr is teljesen átítatódik a tiszta tudattal. Olyannyira, hogy a tiszta tudat szinte kézzel-

foghatóvá, az életteli újjászületés gyógyító balzsamává válik.

*A meghosszabbított Kvantumszinkronizáció  
leginkább a hosszan tartó vagy életveszélyes betegségek  
esetén hasznos.*

Néhány évvel ezelőtt, amikor kezdtem kidolgozni a Kvantumszinkronizáció alapjait, meghívott ebédre az egyik ismerősöm és csontkovács kollégám, Mark. Azt mondta, valamilyen szívességet szeretne kérni, úgyhogy, amikor megérkeztem az étterembe, némi várakozással lépdeltem az asztala felé. Amikor belenéztem általában energikus, barna szemébe, mély szomorúságot láttam benne. Üdvözöltük egymást, átestünk a formaságokon, és elkezdtünk beszélgetni a kollégáinkról.

Amikor megrendeltük az ebédet, Markon látszott, hogy rágja magát valamin. Beszélni kezdett, megállt, majd lehajtotta a fejét. En vártam. Amikor felemelte a fejét, könnyek lepték el a szemét. Ránéztem, és bátorítón bólintottam, bogy folytassa.

Azt mondta:

— A feleségem már több mint egy éve rákos. Keményen küzd a betegség ellen, de tegnap be kellett vinni a kórházba. Két rosszindulatú daganata van. Van egy dió nagyságú daganat a méhében, és egy grépfrút nagyságú a májában. Nem valószínű, hogy hazajöhet többet. Hallottam róla, hogy valamilyen hitgyógyítással vagy meditációval foglalkozol, és csak azt szeretném kérdezni, tudnál-e segíteni Jillie-n.

Soha nem találkoztam még a feleségével, de megbeszéltük, hogy még aznap este elmegyünk hozzá a kórházba. Megkértem Markot, kérdezze meg a nővéreket, van-e lehetőség rá, hogy egy óráig zavartalanul kettesben lehessenek Jillie-vel. Megkértem arra is, hogy ne legyen senki más ott a látogatási idő utolsó hatvan percében, amikor az érkezésünket terveztem. Mark beleegyezett. Az ebéd hátralevő része meglehetősen csendben telt el, majd visszatértem a délutáni betegekhez.

Este találkoztam Markkal a felesége kórterme előtt. Azt mondta, a személyzet nem nagyon örült neki, hogy valami furát akarok művelni vele, de végül belementek, hogy megadják a kért időt. Egy ideig még várokoltam a kórterem előtt, aztán kitártam a nehéz ajtót, és beléptem a sötét, szomorú helyiségbe.

Először is a szag vágott mellbe. Nem a halál szaga volt, de a haldoklásé. Nem tudom leírni, de teljesen átjárja az ember agyát, és elveszi a lelkesedését. Jillie aludt. Vékony nő volt, szőke haja összekócolódva hevert a párnán. Fel sem ébresztettem, inkább azonnal nekiláttam a Kvantumszinkronizációnak.

Ot perc sem telt bele, bejött egy nővér, hogy ellenőrizze Jillie életfunkcióit. Pár dolgot rakoogatott, majd kiment. Tíz perccel később megint ott volt, majd újabb tíz perc múlva minden látható ok nélkül megint félbeszakított minket valaki, valószínűleg csak azt akarta látni, hogy minden rendben van-e. Bizonyára valamilyen varázsképeségem van, amellyel akaratlanul is nővéreket tudok előteremteni a semmiből a zsúfolt kórházakban. Befejeztem az egy órát Jillie-vel, aki időn-



ként felébredt, de újra meg újra álomba zuhant. Bár Mark elmondta neki, hogy jövök, nem hiszem, hogy felismert volna, vagy tudatában lett volna annak, hogy miért vagyok ott.

Másnap este ismét meglátogattam. A nővérek ugyanúgy viselkedtek, Jillie azonban éberebb volt, és többször is tudtunk beszélgetni az egy óra alatt. A zavaró tényezők ellenére fenn tudtam tartani a tiszta tudatot a kezelés nagy részében. Ezúttal kissé felszabadultabban és valahogy lelkesebben távoztam.

Harmadik nap egy kézírásos felirat fogadott Jillie ajtaján. Az állt rajta: „Belépni tilos.” — maga az éjszakás főnővér írta alá. Az első gondolatom az volt, hogy a hagyományos orvoslás mellett elkötelezett és az alternatív gyógy módokkal szembeni ellenérzéstől fűtött személyzet ily módon próbál meg távol tartani Jillie-től. Ugy éreztem, az ilyen előítélet káros lehet a betegek számára, és nem szabad szó nélkül hagyni. Odasiettem a nővérszobához, és meglehetősen hevesen megkérdeztem, miért nem engednek be Jillie-hez.

A választól megdöbbsentem. A nővér kedvesen mosolygott, és azt mondta, hogy a mi érdekünkben tették a cédulát az ajtóra, hogy ne zavarjanak meg, amíg Jillie-vel foglalkozom. Azt mondta, a nővérek minden műszakban azt tapasztalták, hogy jelentős változás következett be Jillie állapotában. Azt nem tudták, hogy vajon ez attól van-e, amit én csinálok vele, de mindenesetre biztosították, hogy a kórteremben eltöltött óráim zavartalan maradjon. Állták is a szavukat. Kiderült, hogy nem ők voltak előítéletesek, hanem *én!*

Az elkövetkezendő napokban tovább folytattam Jillie kezelését a délutáni rendelésem után. A kórterméből lassan eltűnt a halál szaga és hangulata, fillie ébe-rebb lett, és bár csak ritkán váltottunk pár rövid mondatot, kezdett kialakulni köztünk egy belső tudáson alapuló, szavakon túli kapocs. Mivel olyan sok időt töltöttem rendszeresen a kvantumtudat állapotában, az én életemben is érezhetővé váltak a jótékony hatások. Egyre több békét és nyugalmat kezdtem találni az életben. Ugy éreztem, mintha kivirágoznék, és ráébrednék egy-fajta, a halálfélelemtől mentes halhatatlanságérzésre.

A nyolcadik látogatásom után Mark felhívott. Elmondta, hogy ma már nem kell bemennem a kórházba Jillie-hez, mert hazaengedték. Izgatottan számolt be arról, hogy a méhében lévő daganat eltűnt, a májában lévő, grépfrút nagyságú tumor pedig már csak akkora, mint egy dió. Megkérdeztem, hogy menjek-e el hozzájuk folytatni a meghosszabbított Kvantumszinkronizációt, de azt felelte, hogy Jillie azt szeretné, ha pihennék egy kicsit. Azt mondta, innentől kezdve már egyedül is boldogul.

Jillie azután, hogy felkelhetett a kórházi ágyból, minden idejét a családjának szentelte. Engem is szinte családtagnak tekintettek, és részt is vettem pár családi összejövetelen, de lassacskán megszakadt köztünk a kapcsolat. Egy idő után a rák lassan kezdett visszatérni. Felajánlottam, hogy folytassuk a kezeléseket, de Jillie visszautasította. Szavai megleptek, de volt a hangjában valami, ami azt mondta, hogy már megbékélt ezzel a helyzettel. Nyugodtan ment el, a családjá körében.

Mark később azt mondta, Jillie úgy vélte, „második élet” Isten ajándékozta neki, és ez volt élete legboldogabb időszaka.

A meghosszabbított Kvantumszinkronizáció hatékonysága bámulatos. Különösen azt ne feledd, hogy a tiszta tudat jól tudja, mi a teendő. Az embernek már csak olyan a természete, hogy azt hiszi, minél súlyosabb a betegség, annál erősebb vággyal és annál nagyobb erőfeszítéssel kell dolgozni a siker érdekében. Könnyű elfeledkezni róla, hogy csak kezdeményezők vagyunk egy egyszerű szándékkal — és ennyi az egész. A gyógyulás vagy bekövetkezik, vagy nem — ez már kívül esik a hatáskörünkön. A betegség súlyossága nem kíván meg erősebb szándékot vagy több erőfeszítést. Csak ártatlanságra van szükség, semmi másra.

*A meghosszabbított Kvantumszinkronizáció hatékonysága  
bámulatos.*

*Hogyan végezzük a meghosszabbított  
Kvantumszinkronizációt?*

A meghosszabbított Kvantumszinkronizáció eltarthat 5 perctől akár egy óráig is. A legtöbb esetben nálam 20 perc elegendőnek tűnik, de természetesen ez lehet hosszabb vagy rövidebb, ha úgy látom jónak.

A meghosszabbított kvantumszinkronizációs kezelést először ugyanúgy végezd, mint a normális kvantumszinkronizációs kezelést, egy-két percen át. En szeretek állva kezdeni, majd néhány perc múlva leültetem

a partneremet. Fekve is lehet végezni, különösen, ha a partnered beteg.

A meghosszabbított Kvantumszinkronizációnál van azonban pár apró különbség, amelyekre fel kell hívnom a figyelmet. Állítsd fel az érintési pontokat, és várj az Örömrzésre. Ha már érzed az ellazulást vagy az oldódást, amely a normál Kvantumszinkronizáció végét jelzi, te akkor is tartsd meg az Örömrzést. Elfeledkezhetsz az ujjaidról, csak összpontosíts tovább az Örömrzésre. Gondolataid időről időre el fognak kalandozni, és ha ezt észreveszed, térj vissza az Örömrzéshez. Valószínűleg az eredeti Örömrzésed meg fog változni. Eleinte feltehetőleg nyugalmat, békességet érzel, ami aztán átvált örömbé, vidámságba vagy akár ekstázisba. Bármilyen is az, összpontosítsd rá a tudatodat.

Pár percenként, amikor eszedbe jut, helyezed át az ujjaidat a partnered testének más részére. A meghosszabbított Kvantumszinkronizáció során leggyakrabban a homlokot, a halántékot, a szívet és a gyomorszáj környékét érintjük meg, de bármilyen más testrész megteszi. Amint megtalálod ujjaiddal a következő pozíciót, térj vissza az Örömrzésedhez, és maradj ennél az elkövetkezendő néhány percben.

A megnyúlt kezelési idő alatt időnként újra kifejezheted vagy átfogalmazhatod a szándékodat. Ez éberentartja gondolataidat, és könnyebben összpontosítasz. Az is lehet, hogy a szándékod természetes módon megjelenik lelki szemeid előtt működés közben. Például gyógyuló ízületeket látsz magad előtt, vagy hogy a tüdő megnyílik, és beáramlik az életadó levegő. De láthatsz

más gyógyító erőket is működés közben. Az a lényeg, hogy ne avatkozz közbe. Bármilyen jelenék is meg előtted, hagyd kibontakozni a saját útján. Az első sorból élvezheted, ahogyan a tiszta tudat gyógyító hullámai kiemelkednek és formát öltenek. A teremtés és az újratemtés ártatlan megfigyelője vagy. Ennél többet nem tehetsz, akárhogyan próbálkozol. Elég, ha tudod, hogy különleges percek ezek, és téged ért az a szerencse, hogy néma szemtanú lehetsz.

Előfordulhat, hogy geometrikus ábrákat látsz vagy örvénylő, absztrakt energiák áramlását működés közben a saját és a partnered testében. Megnyílhat a menny kapuja, és arany fény önthet el titeket. Angyalok énekelnek és fújják trombitájukat, hogy üdvözöljék az érkező gyógyulást. És neked mi a dolgod? Csak fogadj be mindent. Ne vész el a szimbólumokban vagy a szimptomákban. Csak legyél ott, és élvezd a tiszta tudat egyre növekvő, gyógyító jelenlétét.

*Elég, ha tudod, hogy különleges percek ezek,  
és téged ért az a szerencse, hogy néma szemtanú lehetsz.*

Amikor vége a meghosszabbított Kvantumszinkronizációnak, adj legalább 2-3 percet a partnerednek, hogy kinyithassa a szemét, és visszatérjen megszokott világába. Ez a legkevesebb. Lehet, hogy többre van szüksége, 5 vagy akár 10 percre, sőt, talán le is akar feküdni egy kicsit. Mondd el neki, hogy ha később a nap folyamán fáradtnak érzi magát, pihenjen egyet, éjszaka pedig aludja jól ki magát.

A rövid kvantumszinkronizációs kezelésekhez hasonlóan az elkezdődött gyógyulás még további egy-két napig folytatódni fog. Másnap a partnered időnként fáradtnak vagy érzékenynek érezheti magát. Ez annak a jele, hogy nagyon mély gyógyulás zajlik a testében, és ha lehet, sokat kell pihennie és ennie, és végezzen könnyű testgyakorlatokat.

Tanácsadói praxisomban nagy szerepet játszik a meghosszabbított Kvantumszinkronizáció. Különlegesen hatékonyan tisztítja meg az érzelmeket, és gyógyítja meg a testet. És természetesen azt is nagyon szeretem benne, amit én kapok tőle. Mindaddig nem is hagyok fel vele, amíg át nem élem a végső paradigmaváltást, amely lehetővé teszi, hogy falakon menjek keresztül, vagy úgy szálljak a levegőben, mint egy tollpihe.

Tizennyolcadik fejezet

# FELHASZNALOBARAT VILÁGBÉKE

*„Van egy rendkívül fontos tény  
a Föld nevű űrhajóval kapcsolatban, mégpedig az,  
hogy nem kaptunk hozzá használati utasítást.”*

**BUCKMINSTER FULLER**

Szeretnék pár percet rászánni, hogy megköszönjem, hogy benéztél hozzám, és eltöltötted velem ezt a kis időt. Mindig inspirációt meríték az olvasóimból, vagyis azokból a tízezrekből, akik megnyíltak a lehetetlen lehetségesége előtt. Azt szeretném, ha a Kvantumszinkronizáció nálad is működne. Ezzel a szándékkal kvantumszinkronizáltam ezt a könyvet is. Azt szeretném, ha sikeres lennél, és ez nem pusztán önzetlenség részemről. Hiszen végül is valahányszor Kvantumszinkronizációt alkalmazol, az nekem is jó; igazából az egész világnak jó. Ha még nem is érted, hogy miért, hamarosan rájössz.

Egyszerű kihívás elé állítalak: gyakorold a Kvantumszinkronizációt, és gyorsan terjeszd el a tiszta tudat gyógyító erejét embertársaid között. Te, aki a legköze-

lebb vagy a tudat tüzéhez, te fogod a legtöbb hasznot élvezni belőle. Ám fáradásod gyümölcséből mindenki részesülni fog. Minél többen gyakorolják a Kvantumszinkronizációt, annál sikeresebbek és elégedettebbek lesznek az élet minden területén. *Úgy élünk, ahogyan gondolkodunk.*

Remélem, hogy a „rendkívüli gondolkodás” kifejezés hamarosan kimegy a divatból, mert ez lesz a normális. Ami azt illeti, csak úgy őrizhetjük meg az emberi faj biztonságát és egészségét, ha a határtalanságra épülő gondolkodás hétköznapivá válik. Nem újdonság, hogy az emberiség a túlélésért küzd. Már generációk óta a megsemmisülés felé tartunk. Mintha minden egyes negatív gondolatunkkal egy újabb homokszemcsét adnánk hozzá a futóhomokhoz, amely lassan a mélybe húz minket. Ez természetesen őrültség. Tudjuk mind, mi az őrület: amikor ugyanazt a dolgot műveljük újra meg újra, mégis mindig más eredményt várunk tőle. Új világunk nem kiáltványokra vagy dokumentumokra fog épülni. Nem jöhet létre abból az általános köztudatból, amely eddig a pillanatig uralta az emberi gondolkodást. Nem kívülről fog jönni, hanem belülről, ahol a tökéletes tudat várakozik.

*Mintha minden egyes negatív gondolatunkkal  
egy újabb homokszemcsét adnánk hozzá a futóhomokhoz,  
amely lassan a mélybe húz minket.*

Tudom én, hogy egy kissé fellengzősen hangzik, amikor azt mondom, hogy egy egyszerű gyógy mód képes



megmenteni az egész emberiséget, pedig ez így van, mert nem az eljárást, hanem a tudatot hívjuk segítségül, és ez hozza meg a mindent fölülmúló hatalmat. Ezt már személyesen is megtapasztalhattad. A tudat meggyógyít. Minél tudatosabb vagy, annál több gyógyulás következik be körülötted. Es mindez természetes, spontán módon történik, minden erőfeszítés nélkül.

Nekünk, embereknek, akiket együttesen az emberi fajnak hívnak, egyetlen leckét kell megtanulnunk: tudatosnak lenni. Egyfolytában arra figyelmeztet mindenki, hogy *éljünk a jelenben*. De mit is jelent ez tulajdonképpen? Hagyjuk talán abba az előre tervezést, vagy esetleg töröljük ki az emlékeinket? Természetesen nem. A *jelenben* élni azt jelenti: a tiszta tudatban élni, ami pedig leszámol a pszichológiai időérzéssel, mert megszabadítja az elmét a cselekvéskényszertől, és lehetővé teszi számára, hogy az időtlen, tökéletes rendet tükrözze. A tudatos elme szervezett, energikus és kreatív. A tudatos elme békés, és nem tud kárt okozni.

*Nekünk, embereknek, akiket együttesen az emberi fajnak hívnak,  
egyetlen leckét kell megtanulnunk:  
tudatosnak lenni.*

Carl Jung kollektív tudattalanja és Rupert Sheldrake újabb elmélete a „morfikus mezőről” az emberi lét egy alapvető fontosságú kérdését illusztrálja. Úgy fest, nem elszigetelt egyedek vagyunk, akik céltalanul bolyonganak a test-lélek börtönébe zárva. Végtelenül intim kapcsolatunk van az összes többi lélekkel, aki ezen a boly-

gón él. Minden egyes tettünk és gondolatunk hatással van az összes többi lélegző élőlényre.

A gondolatok töltéssel rendelkező felhők, amelyek vonzzák a hasonló töltésű gondolatokat. Minél több ember gondol hasonló gondolatokat, annál nagyobb lendületet kapnak ezek a tudatfelhők. Sheldrake ezt hívja *morfikus mezőnek*. Ezeket a mezőket nemcsak tápláljuk, de a hatásuk alatt is állunk.

Amint látod, nagyon fontos, hogy mik a tapasztalataid, és mit gondolsz róluk. Ha eddig nem tudtad, egyes emberek miért ismételik meg újra és újra ugyanazt a káros viselkedést, akkor most a morfikus mező elmélete megadta rá a választ.

A leghatalmasabb létfenntartó morfikus mezőt azok az emberek hozzák létre, akik megtapasztalják a tiszta tudatot. Ezzel meg is érkeztünk a felhasználóbarát világbéke gondolatához. A Kvantumszinkronizáció rendkívül értékes mint gyógyító eljárás, de ez csak a jéghegy csúcsa. Ha az emberek egy egész kis része ráébred a tiszta tudatra, már az is jótékony hatással van a többi ember életére és gondolataira, még azokéra is, akikben nem tükröződik a tiszta tudat. Ha az emberiség mindössze egyetlen egy százalékában kifejeződik a tiszta tudat egységessége, az is mély hatást gyakorol a közvetlen környezetükre, és innen továbbterjedve felrázhatja az egész világot. Ez nem valami ábrándos filozófia, hanem tudományos tény.

Az 1960-as évek elején a szervezett Transzcendentális Meditáció (TM) demonstrálta ezt az *egyszázalékos hatást*. Képesek voltak bizonyítani, hogy ha egy város

lakosságának pusztán egy százaléka átéli a tiszta tudat összetartó erejét, ott a bűnözés észlelhetően visszaesik. Ezt bizonyítandó, Transzcendentális Meditációt gyakorlók kis csoportja ellátogatott egy városba, és együtt elkezdtek meditálni. Az FBI 22 várost magában foglaló statisztikája szerint a csoport képes volt a bűnözési mutatót 24 százalékkal csökkenteni. Azóta számos más kísérletet is végeztek azt illusztrálандó, hogy a fókuszált tudat milyen módon képes jobbá tenni az életünket.

Lynne McTaggart a *The Intention Experiment* című könyvében egy sor komoly tudományos vizsgálatról számol be, amelyek pontosan ezt támasztják alá. Még azt a számot is megadja, hogy hány ember aktív tudatára lenne szükség ahhoz, hogy koherenciahullámot hozzunk létre az Egyesült Államokban vagy a világon. Felkészültél rá? Ahhoz, hogy azonnal egészségesebb, tisztább és szeretettel telibb legyen az Egyesült Államok egész lakossága, mindössze 1730 tudatos emberre lenne szükség. Ahhoz, hogy a béke és a jólét elterjedjen az egész világon, mindössze 8084 embernek kellene tudatosnak lennie. A kezünkben van az eszköz, amellyel megmenthetjük a világot!

A kvantumszinkronizációs eljárással meggyógyíthatod helyi kis világodat, a jótékony hatás azonban nem korlátozódik a közvetlen környezetedre. Ha aktívan gyakorlod, azonnali gyógyító enyhülést árasztasz mindenki más bajaira is. Most nem jut eszembe a neve annak a francia filozófusnak, aki azt mondta, hogy pusztán azzal, hogy valaki lehajol, és felvesz egy virágot, megváltozik az egész világegyetem gravitációs közép-

pontja. Hasonló dolog történik, amikor kvantumszinkronizációs gyógyítást indítasz be. Valahányszor Kvantumszinkronizációt hajtasz végre, elvetsz egy magot, amelyből egy rendkívül ritka virág fog kihajtani. Mint ha kavicsot dobnál egy tó nyugodt tükrébe, gyógyító érintésed is lágy hullámokat kelt a vízen, és ezek elérik és megrázzák a legtávolabbi világegyetemek partjait is. Valahányszor kvantumszinkronizációs gyógyításba fogsz, jobbá teszed a világot.

*A kezünkben van az eszköz,  
amellyel megmenthetjük a világot.*

Természetesen nem a Kvantumszinkronizáció az egyetlen út a tudatossághoz. Ezernyi más út vezet a belső békéhez és a külső harmóniához. Arra szeretnék kérni mindenkit, hogy mindennap legyünk egyre tudatosabbak. A Kvantumszinkronizáció egyszerű, gyors és szórakoztató. Azonnali gyakorlati haszna és hosszantartó jótékony hatása van a testre, az elmére és a környezetre. Nem kell külön helyet vagy időt szánni rá. Bárhol és bármikor gyakorolhatod.

Ráadásul a Kvantumszinkronizáció nem csak annyit kér tőled, hogy mozdulatlanul üldögélj a tiszta tudatban. Megtanítja, hogyan haladj végig rajta, hogyan aknázd ki mélységeit, és hogyan tedd hétköznapijaid részévé. Az ilyen előnyök miatt a szerzetes, a mogul és a háromgyermekes egyedülálló családanya számára egyformán tökéletes. Gyakorold a Kvantumszinkronizációt egész nap, mindennap. Alkalmazhatod magában vagy

más tudatébresztő technikákkal együtt, amelyek fokozzák a hatását. Gyakorold a Kvantumszinkronizációt imáid vagy meditációid után, az üzleti megbeszélések alatt, a forgalmi dugóban, vagy miközben sorban állsz a gyorskasszánál, és mindkét karod tele van a vacsora hozzávalóival. Gyakorold ezt az egyszerű dolgot, és tapasztald meg első kézből a csodálatos változásokat az életedben.

Ha nem hiszed, hogy amit mondok, igaz lehet, fel kell vened a kesztyűt. Hiszen, ha tévedek, akkor mi, emberek egy rettenetesen sivár zsákutcába kerültünk, és nincs vesztenivalód. De még így is legalább meglehetősen látványosan meg tudod majd gyógyítani a rándulásokat, a gyomorpanaszokat, a vérző szívet és hasonlókat. Ha viszont igazam van, az elsők között lehetsz, akik beléphetnek a bőség és a béke világába. Csak egyetlen dolog tarthat vissza: az a meggyőződés, hogy mindez lehetetlen. Csak ezen kell felülemelkedned, hogy megtehesd az első lépést. Ezután már könnyen fog menni. Eszembe jut egy rövid párbeszéd Alice és a Fehér Királynő között, Lewis Carroll *Alice Tükkörországban* című könyvéből.

— Nincs értelme — mondta [Alice] —, a lehetetlen nem hiheti el az ember!

— Szerintem nincs elég gyakorlatod — mondta a Királynő. — En a te korodban naponta félórán át csak ezt gyakoroltam. Volt úgy, hogy már reggeli előtt hat lehetetlen dolgot elhittem.

Még csak azt sem kérem, hogy változtass a meggyőződéseden. A meggyőzések nem változtatják meg a világot — a tudat viszont igen. Ha tehát úgy látod jónak, őrizd meg hitedet és meggyőződéseidet, de legyél tudatos. A tudat segít, hogy megtarthatd működőképes meggyőződéseidet, azoktól viszont, amelyek nem szolgálják a magad és mások hasznát, zökkenőmentesen megszabadulj.

Gyakorold gyakran a Kvantumszinkronizációt, és állj hozzá játékosan! Légy olyan, mint a gyerek, aki először fedezi fel a környezetét nyitott szemmel. Mondd csak, mikor adtad át magad utoljára a pillanat varázsának ebben a zaklatott világban? Emlékszel még, milyen öröm feküdni a fűben, és a felhőket nézni, ahogy lustán úsznak az ég kékjében? Bizonyára fel sem ismerted, hogy ilyenkor a tiszta tudat támadt fel benned boldogság és béke formájában, de most, hogy már ismered a tiszta tudatot, hagyd, hogy magához öleljen.

Vegyél abból, ami máris a tiéd. Gyógyítsd meg a világot, és ezzel az egész világ meg fog gyógyulni, lélekről lélekre.

# A SZERZŐRŐL

Dr. Frank J. Kinslow több mint harmincöt éve tanulmányoz és tanít gyógyító technikákat. Egyaránt merít klinikai tapasztalataiból, amelyeket csontkovácsként szerzett, a keleti ezoterikus filozófiákból, valamint a relativitás és a kvantumfizika lelkes szeretetéből. 2007-ben egy személyes válságból született meg a Kvantum-szinkronizációval történő azonnali gyógyítás technika, amikor is Dr. Kinslow-nak nem volt hová mennie, és nem tudott *semmit* kezdeni. Képes volt rá, hogy ebből a *semmit* egy teljes, tevékeny életet bontson ki. Olyan világos egyszerűséggel kezdett el tanítani és írni, hogy mindössze néhány év alatt emberek tízezrei teremtettek maguknak teljes, tevékeny életet a világ minden táján pusztán azáltal, hogy elolvasták a könyveit.

Dr. Kinslow a floridai Sarasotában él feleségével, Martinával.

[www.QuantumEntrainment.com](http://www.QuantumEntrainment.com)

# KVANTUM- SZINKRONIZÁCIÓS SZERVEZETEK

Dr. Kinslow a Kvantumszinkronizáció szülőatyja és egyetlen tanítója. Világszerte tart szemináriumokat és előadásokat. Okleveles kvantumszinkronizálókat képez, akik képesítést szereznek, hogy klinikai körülmények között alkalmazzák a kvantumszinkronizációs kezelést. Ha időpontot szeretnél kérni egy okleveles kvantumszinkronizálótól, látogass el a honlapunk Products/Services oldalára. További információ a Kvantumszinkronizációról az alábbi elérhetőségeken kapható:

*Honlap:* [www.QuantumEntrainment.com](http://www.QuantumEntrainment.com)

*E-mail:* [info@QuantumEntrainment.com](mailto:info@QuantumEntrainment.com)

*Telefon:* (877) 811-5287 (Észak-Amerikából díjmentesen hívható)



*További termékek*

**KÖNYVEK**

*The Secret of Quantum Living*

*Enfeeling! The Art of Creating Inner Peace and Outer Prosperity*

*Beyond Happiness*

**HANGOSKÖNYVEK**

*The Secret of Instant Healing*

*The Secret of Quantum Living*

*Beyond Happiness*

**CD-LEMEZEK**

*Exercises for Quantum Living (2 CD)*

*Exercises for Quantum Living for Two (2 CD)*

*Quantum Entrainment Exercises*

**DVD-LEMEZEK**

*What the Bleep QE Videó*

*Introduction to Quantum Entrainment*

További szolgáltatások a  
[www.QuantumEntrainment.com](http://www.QuantumEntrainment.com) oldalon:

- ◆ Kezelések okleveles kvantumszinkronizálókkal
- ◆ Hírlevél
- ◆ Ingyen letöltések
- ◆ Videók
- ◆ Fórum

# *Ismerd meg a Kvantumszinkronizáció hatalmát!*

Az utóbbi pár év során számos újszerű önsegítő módszer látott napvilágot, lerakva egy új világnézet alapjait. Frank J. Kinslow Kvantumszinkronizációja a legújabb a sorban, amely a gyengéd érintéssel dolgozik, csöndesen aktiválva az idegrendszert, hogy spontán és természetes módon hozzon létre olyan környezetet, amelyben mély gyógyulás mehet végbe.

Ez a bámulatos módszer könnyen alkalmazható, és semmiféle előképzettséget nem igényel – bárki megtanulhatja! És ami a leg-elképesztőbb, hogy nem csupán a kezelésben részesülő tapasztal mély gyógyulást, de a Kvantumszinkronizációt kezdeményező személy közérzete is azonnali és hosszan tartó javulásnak indul.

Kis könyv ez – óriási lehetőségekkel! Meg fogod tanulni azt a pár egyszerű lépést, amely kifinomítja a tudatodat, és meggyógyítja a testedet és a lelkedet. Azt is meg fogod tanulni, hogyan gyógyítsd meg mások testét és lelkét. Nos, készen állsz? Érzed magadban a várakozást, a küszöbön álló felfedezés örömeit? Amit ennek az egyszerű kis könyvnek a lapjairól meg fogsz ismerni, az a saját, személyes utazásod lesz. Jelentőségét akkor fogod megérteni, ha olvasás után a cselekvés útjára lépsz. A többi már könnyen megy. Csak lapoznod kell egyet, és az életed örökre megváltozik...

ISBN-13: 9789635291243



9|789635|291243|



ÉDESVÍZ KIADÓ

www.edesviz.hu

2990 Ft