

ЧУДОТО НА МИГНОВЕНОТО ИЗЦЕЛЕНИЕ

Превод от английски
Светла Христова

**ФРАНК
КИНСЛОУ**

*На мама,
на моите деца Синди, Беки и Брад,
на сестра ми Шарън
и на Даяна*

Специална признателност
*На Джими „Бедлендс“,
най-бързото и точно
редакторско перо на Запад
и на Върн, изключителен приятел и издател*

СЪДЪРЖАНИЕ

ПРЕДГОВОР.....	3
<i>Първа глава</i> НАЧЛОТО.....	3
<i>Втора глава</i> РАЗБУЛЕНАТА ТАЙНА.....	4
<i>Трета глава</i> ОСЪЗНАВАНЕТО И ВСЕАЕНАТА.....	7
<i>Четвърта глава</i> УМЪТ И МИСЛИТЕ.....	10
<i>Пета глава</i> ПРОСТРАНСТВОТО МЕЖДУ НАШИТЕ МИСЛИ.....	12
<i>Шеста глава</i> КОЙ СЪМ АЗ.....	14
<i>Седма глава</i> ВХОДНАТА ТЕХНИКА.....	16
<i>Осма глава</i> КВАНТОВА СИНХРОНИЗАЦИЯ.....	18
<i>Девета глава</i> ПОДГОТОВКА ЗА ИЗЦЕЛЕНИЕТО.....	26
<i>Десета глава</i> ЧУВСТВА И БЛАГОЧУВСТВА.....	28
<i>Единайsetsа глава</i> ТРИТЕ ЕЛЕМЕНТА НА НАМЕРЕНИЕТО НА КС.....	30
<i>Дванайsetsа глава</i> ДА ОТКРИЕШ ЧИСТОТО ОСЪЗНАВАНЕ.....	31
<i>Тринайsetsа глава</i> ИЗЦЕЛЕНИЕ В ТРИ СЪПКИ.....	36
<i>Четиринайsetsа глава</i> КАКВО ДА ПРАВИМ СЛЕД СЕАНС ПО КС.....	39
<i>Петнайsetsа глава</i> ПСИХОЛОГИЧЕСКО ИЗЦЕЛЕНИЕ.....	43
<i>Шестнайsetsа глава</i> ДИСТАНЦИОННА КС.....	46
<i>Седемнайsetsа глава</i> РАЗШИРЕНА КС.....	50
<i>Осемнайsetsа глава</i> ЛЕСЕН И УДОБЕН СВЕТОВЕН МИР.....	53

ПРЕДГОВОР

Как бихте реагирали, ако ви кажа, че можете да оправите даден проблем просто като го осъзнаете? „Много ясно - ще отвърнете вие, - най-напред осъзнавам проблема и после предприемам действия, за да го оправя. Какво чак толкова забележително има в това?“

В общи линии така се случва в живота, нали? Но тук става дума за друго. Ами ако просто осъзнаеш проблема и самото осъзнаване сложи в ред нещата, без повече усилия от твоя страна? Това вече няма ли да е забележително? Ще бъде, и още как! И именно за това говоря. Човек може да осъзнае артритна болка в коляното, лошо храносмилане или главоболие, чувство на гняв или страх, неудачна връзка или изгубена служба, и ако подходи правилно, самата организираща сила на осъзнаването ще оправя онова, което е излязло от строя. И това е не просто забележително, а е истинско чудо. То е умение, което би могло да внесе невъобразими промени в твоя свят и в нашата планета. То означава да заживеем по начин, който ще умиротвори и съживи нашия свят, превръщайки го в мечтана обител. Казано по-просто, да си дадем сметка за изцелителната и организираща сила на осъзнаването - това е отговорът на проблемите, които са ни измъчвали, откакто за пръв път сме застанали изправени и сме проявили неудържимо човешката си природа.

Ако ти се струва, че съм преувеличил ролята на осъзнаването за хармонизирането на нашия живот с вътрешно присъщата ни мъдрост - не, не съм. Ще ти трябват само няколко минути, за да се увериш в точността на моето твърдение. Тази книга е малка, но крие изумителен потенциал. Съвсем не е нужно обаче да приемаш на вяра думите ми. Предлагам ти научен, възпроизводим процес, който всеки може да реализира. Нужно е само осъзнаване. Осъзнат ли си? Съзнаваш ли, че четеш тези думи? Знаеш ли дали си прав или седнал? Даваш ли си сметка за какво си мислиш в момента? Значи въпросът е решен. Можеш да усвоиш простичките действия, които ще усъвършенстват осъзнаването ти и ще изцелят тялото и ума ти. Можеш да се научиш да изцеляваш чужди тела и умове. А с малко помощ от страна на приятелите си, ще си готов да преобразиш човешките неволи на тази земя.

Готов ли си? Обзет ли си от трепетно очакване, от чувство, че ти предстои вътрешно откритие? На страниците на тази непретенциозна книга пред теб се разгръща личното ти пътуване. Ще узнаем неговите резултати по делата, които ще извършиш след прочита ѝ. Останалото е лесно. Трябва само да обърнеш страницата, за да промениш живота си завинаги.

Денят на Благодарността, 2007 г. Сарасота, Флорида

ПЪРВА ГЛАВА

НАЧАЛОТО

*Всяко нещо ще ти издаде тайните си,
ако го обичаш достатъчно. Открил съм, че
когато общуват бемълвно с хората, те също
издават тайните си - стига само да ги обичаш
достатъчно.*

Джордж Вашингтон Карвър

Има една трудно доловима тайна, която те очаква - тя е по-близо до теб от следващия ти дъх, по-съдбовна е от следващия удар на сърцето ти. Щом веднъж я уловиш, животът ти ще стане достъпен за чудеса, далеч надхвърлящи всичко, което си мислил за възможно. Това е тайната за постигане на здраве, радост и покой, и тя е в действие дори сега, докато четеш тези редове - и все пак остава скрита от теб. Скрита е, ала не сред символите на непонятен пергамент дълбоко в недрата на дъвен храм, а точно пред отворените ти очи.

Тази непретенциозна книга ще ти разкрие тайната и ще ти покаже как да черпиш от дълби-

ните й, за да обогатиш своя живот и живота на близките си, на приятелите си, даже и на домашните любимци. От следващите страници ще научиш как да изцеляваш тялото, ума и душата си със същата лекота, с която би съзерцавал някой романтичен залез. Научната процедура, която ще се разгърне пред теб, се усвоява лесно и всеки може да я прилага без капка усилие. Тя е простичка като самата тайна и също толкова могъща. Препоръчвам ти да не прескачаш, а да четеш книгата в ръцете си страница по страница. Само по този начин тайната ще си проправи път до твоето съзнание. Моля те, отдели си време, за да изпълниш всяко упражнение така, както е представено. Тъй като ще усвояваш ново умение, ще имаш нужда от известна практика, докато ти стане втора природа. Упражненията не са мъчни. Всъщност те са приятни, поучителни и забавни. Ето защо, колкото и да си нетърпелив да започнеш да твориш чудеса, отдели необходимото време, за да усвоиш основните принципи. Както един мъдър учител сподели веднъж: „Доброто начало е половината от успеха”.

Тази тайна остава скрита от теб.
Скрита е, ала не сред символите на
непонятен пергамент дълбоко в недрата
на дребен храм, а точно пред отворените
ти очи.

В хода на работата най-напред ще проумееш какво представлява осъзнаването и къде може да се намери то. После ще срещнеш тайната очи в очи и ще я приемеш с отворени обятия като стар приятел. Накрая ще научиш как да я привличаш в живота си, за да изцеляваш тялото си, да хармонизираш емоциите си и да изостриш ума си, създавайки едно по-плодоносно и радостно съществуване. Разбира се, ще можеш да споделяш тайната си и с други, като вливаш и в техния живот изцеление и нови сили.

ВТОРА ГЛАВА

РАЗБУДЕНАТА ТАЙНА

*Върховната ценност на живота зависи по-скоро
от осъзнаването и силата на съзерцанието,
отколкото от обикновеното оцеляване.*

Аристотел

Бих искал да ти задам един простичък въпрос. Разбирането на неговия отговор би могло завинаги да промени живота ти. Обмисли го внимателно, преди да продължиш да четеш нататък. Въпросът е следният: *Кое е най-важно за теб в този живот?*

Какво ти изникна в ума? Здравето? Семейството? Интелектът? Работата? Сладоледът? На този въпрос аз бих отговорил: най-важно е Осъзнаването. Нямах ли го, нямаш нищо. Не можеш да обичаш половинката и децата си, да вършиш работата си или да посрбваш кафе в някое лятно кафене, ако нямаш осъзнаване. Без него ти фактически не съществуаш.

Осъзнаването не е равнозначно на твоя ум. Ако умът ти беше електрическа крушка, то тогава осъзнаването би било електричеството, благодарение на което тя свети. Ако то мъждука слабо в ума, това води до объркване, погрешни разбирания и в крайна сметка до страдание. Обратно, озареният от осъзнаване ум е спокоен и бдителен. Той излъчва една кротка мекота, която успокоява околните. Ако гледаш на осъзнаването като на „вътрешна светлина”, това ще те приближи до разбирането на неговото жизненоважно значение.

Качеството на твоето осъзнаване
определя качеството на живота ти.

Важно е осъзнаването ти да бъде силно и будно. Да речем, че седиш до прозореца в

абсолютно тъмна стая. Скоро ще съмне, но светлината едва е започнала да се прокрадва в стаята, когато поглеждаш надолу и съзираш току в краката си някаква неясна форма. Гледаш я като хипнотизиран, докато край теб става все по-светло и предметът се очертава все по-ясно. Изведнъж си даваш сметка ужасен, че това е навита на кълбо змия, готова за атака. Вцепенен си, не смееш да помръднеш от страх - иначе змията ще те ухапе. В ума ти трескаво кръжат мисли от рода на: „Дали е отровна? Ще ме нападне ли, ако помръдна някое мускулче? Ако ме клъвне, как ще получа помощ?” Стоиш като вкаменен, докато утринният светлик продължава бавно да озарява стаята. Мислено си отбелязваш, че по някаква причина змията все още не те е нападнала. Малко се поуспокояваш и започваш да разсъждаваш по-ясно. Умът ти бързо прехвърля различни варианти за бягство, докато тялото ти е все така сковано и не подвижно. Слънцето се издига над хоризонта и първите лъчи на зората нахлуват през прозореца, като изпълват стаята с изящна златиста светлина. Тогава, с яркостта на мълния, която разцепва нощната тъма, ти виждаш, че твоята змия всъщност е навито въже.

Изпитал си страх. Умът ти най-напред е бил вцепенен, а после е изпаднал в хаос, мислите ти са се пръснали като счупено стъкло. През цялото време скованото ти тяло е изпращало във вените ти хормоните на стреса, подготвяйки те за схватка. За броени минути навярно си остарял с цели месеци. И то защо? Само защото си съзрял заплахата там, където не е имало такава.

Можем да поставим знак за равенство между мрака и намалената способност за осъзнаване. Преумората или липсата на физически упражнения, наркотиците, алкохолът, лошото хранене, гневът, алчността или скръбта - всички те помрачават съзнанието и накръняват способността ни да възприемаме нашия свят като сигурно място.

Животът ни гъмжи от привидни заплахи. Всички си имаме някакви змии - финансови, служебни, семейни. Дори когато сме се упътили към някое приятно преживяване, например отиваме на кино или на плажа, уличният трафик може да ни развали настроението, да ни вдигне кръвното и да ни накара да избухнем. Нашето поколение живее под знака „бори се или бягай” и съзира змии зад всеки ъгъл.

Как да променим тези възприятия? Как да се наслаждаваме на ярката дневна светлина, която ни показва тези змии такива, каквито са - просто едни безобидни въжета? Е, за целта трябва да станем по-осъзнати. Осъзнаването е като слънчевата светлина. То озарява чувствата и просветлява ума. Замъглените умове и обърканите чувства зле отразяват осъзнаването, което подхранва нашите възприятия. Чистото осъзнаване никога не може да бъде заблудено от някакво си въже.

Нашето поколение живее под знака „бори
се или бягай” и съзира змии зад всеки ъгъл.

През повечето време умовете ни са на автопилот. Неспирният умствен брътвеж е добър пример за съзнание, излязло от контрол. Сврх-активният ум, който в наши дни е толкова често срещано явление, не минава за нормално, прахосва огромни количества енергия и постоянно ни вкарва в неприятности. Към другите симптоми спадат тревогата за бъдещето или прекалените размишления за миналото, скуката, разочарованието, гневът, безпокойството и страхът. Това са все въжета, които приличат на змии. Поради слабото, неясно осъзнаване нашият свят изглежда страховитото място.

Осъзнаването присъства навсякъде и във всеки миг, но ние просто не му обръщаме внимание. Зная, че това звучи малко странно, но е самата истина. Обикновено сме твърде заети с разни неща, хора и мисли, които изграждат всекидневния ни живот. Осъзнаваме тези неща, но дали осъзнаваме самото осъзнаване? Доста рядко. Повечето от нас не биха разпознали чистото осъзнаване, дори ако се ръкуват с него. Това трябва да се промени.

Осъзнаването присъства навсякъде и във
всеки миг, но ние просто не му обръщаме
внимание.

Почакай малко! Това ли било? Това ли е Тайната? Осъзнаването? В момента навярно изпитваш леко разочарование. И аз щях да се чувствам така, ако си мислех, че бих могъл да владя

тайната на вселената просто като си давам сметка какво се случва, когато то е в недостиг. Възможно е и да не ти е съвсем ясно за какво говоря. Това е така, защото чистото осъзнаване не може да се обхване с мисълта. Не можеш да го фотографираш. То не е обект, идея или емоция. Ето защо приказките за него може да се окажат разочароващи, ако искаш да го овладееш чрез ума си. То не е нещо материално и няма как да го сграбчиш и да го използваш като чук. И все пак, щом веднъж си имал - или по-точно не си имал - пряк опит с чистото осъзнаване, всичко това ще ти изглежда съвършено ясно и разбрано.

Ако на този етап се чувстваш малко объркан, не се притеснявай. Не е необходимо да разбираш каквото и да било за осъзнаването, за да го накараш да сътвори чудеса в живота ти. При все това ще е полезно да имаш известна информация за него, за да разясняваш на другите защо могат да получат големи подобрения, и то много бързо. Скоро ще видиш, че ще започнеш да твориш чудеса и да се забавляваш, а чистото осъзнаване ще стане за теб естествено като диханието ти. И тъй, готов ли си за малко наука? Чудесно!

Не е необходимо да разбираш каквото и да било за осъзнаването, за да го накараш да сътвори чудеса в живота ти.

ТРЕТА ГЛАВА

ОСЪЗНАВАНЕТО И ВСЕЛЕНАТА

Нека не поглеждате към миналото с гняв или към бъдещето със страх, а към настоящето с осъзнатост.

Джеймс Търбър

В мига, в който отдадем цялото си внимание на нещо, дори на стръкче трева, то само по себе си се превръща в загадъчен, грандиозен, неопишуемо великолепен свят.

Хенри Милър

А сега погледни фиг. 1, Материален модел, на стр. 7. Обърни внимание най-напред на хоризонталната линия в долната част. Тази линия представлява разделението между проявения свят на сътворените неща и нищото, от което те са възникнали. Отгоре е безкрайността на мирозданието, а отдолу - безпределната обител на чистото Осъзнаване.

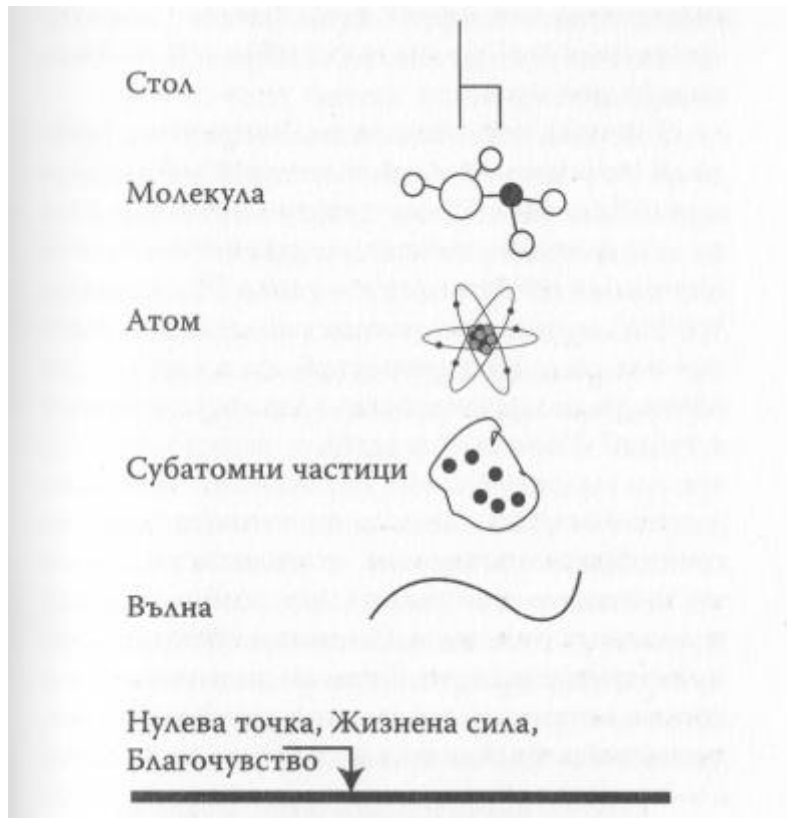
Чистото осъзнаване е единно и безформено. Това означава, че то няма граници, които нашите умове да могат да определят. Умовете ни боравят с неща, които се разпознават по различните си форми. Умовете ни са хранилище на мисли и емоции и поддържат връзка с материалния свят посредством сетивата ни. Ние можем да разграничим геврека от жабата по техните отличителни признаци. Това може да звучи доста опростенчески, но работата на ума е да различава всевъзможни форми, да ги определя и категоризира, след което да ги използва или да ги регистрира за бъдеща употреба.

Чистото осъзнаване е единно и безформено. Това означава, че то няма граници, които нашите умове да могат да определят.

Целият този процес се осъществява посредством мисълта, която също е форма. Мислите и емоциите са ментални форми. Идеите, вярванията, надеждите и философиите са съвкупност от

мисли около една централна тема, точно както столът е съвкупност от молекули, изразяваща идеята за поддържане на тялото в седнало положение. Мислите не са осезаеми като материалните обекти, но все пак са обекти. Работата е там, че всички неща във вселената са индивидуални и уникални. Всеки обект бива отделен и определен според уникалната си форма.

Фигура 1
Материален модел



Чисто осъзнаване
Скрит ред, небитие, неизразена любов, неизразена реалност

Под хоризонталната линия откриваме, че чистото осъзнаване не притежава форма. Представи си го като празна страница, на която тепърва ще бъдат изписани думи. Осъзнаването е безформено, безпределно, хомогенно и чисто. То е едно и второ няма. Тъй като е безформено, не може да се опознае чрез ума. Колкото и да се старае човек, не ще може да го разбере, нито пък да го контролира или манипулира. То не съществува като обект, следователно няма съществуване от гледна точка на ума. И въпреки това съществува.

Ето пред каква задача сме изправени. Трябва да открием нещо, което не притежава форма или субстанция. После трябва да опознаем това „анти-нещо” по-непосредствено, отколкото познаваме собствените си умове. И най-сетне, трябва да използваме тази неизползваема анти-сила, за да изцеляваме себе си и другите. Започва ли да ти се изяснява защо това познание е тайно? Тайната съществува, защото ние живеем в умовете си и не подозираме за осъзнаването. Въпреки дългогодишния опит, който ни сочи обратното, вярваме на умовете си, когато ни казват, че трайната радост, любов и покой произлизат от нещата. Постоянно се подвеждаме по този стар трик. Вярваме на умовете си и тогава, когато ни казват, че нищото, небитието няма стойност. Ала то има.

Въпреки дългогодишния опит, който ни
сочи обратното, вярваме на умовете си,
когато ни казват, че трайната радост,

любов и покой произлизат от нещата.

Чистото осъзнаване не познава граници, тъй че нищо у него не може да се промени. Това нищо трае вечно. Всичко друго - цялото творение - се изменя и постепенно престава да съществува. Промяната е единствената постоянна величина в сътворения свят. В мига, в който дадено нещо бъде сътворено, то потегля към своя завършек. Чистото осъзнаване не подлежи на промяна и на смърт. То представлява полето на безсмъртната любов и безпределния покой. Тук има една уловка. Всичко, което притежава форма, произлиза от безформеното чисто осъзнаване. Не ме питай защо е така - то просто е факт. От недрата на чистото осъзнаване бива изплетена цялата мрежа на мирозданието. Квантовата физика е открила царството на чистото осъзнаване - поне на теория. Дейвид Бом (американски физик, известен с трудовете си по квантова физика, философия и невропсихология), един от най-изтъкнатите представители на теоретичната физика на своето поколение, открива едно „безпределно цяло”, в което се съдържа имплицитен, скрит ред. Това не бива да се бърка с нулевата точка или квантовото състояние, което е най-ниското енергийно състояние на дадена частица или обект. Състоянието, за което говори Бом, няма енергия. Казано по-просто, това поле съдържа „материала” на творението, който безмълвно очаква да се превърне във форма или енергия. Фактически Бом ни казва, че всичко произлиза от нищо. Според него - и тук аз правя малък индуктивен скок - творението възниква от нищото на чистото осъзнаване. Ще узнаеш това от собствен опит по-късно, когато се научиш как да спираш мисловния си процес и после да наблюдаваш как мислите ти се материализират отново от нищото. А сега да се върнем пак към проявеното творение, което се намира над хоризонталната линия на фиг. 1. Всичко в творението изразява две качества - ред и енергия. Нека да използваме стола, на който седиш, за илюстрация на твърдението. Това, което наричаш стол, всъщност е енергия под формата на стол. Знаем, че твоят стол показва наличието на енергия, защото е в състояние да крепи във въздуха четирибуквието ти. (Обичам поезията, а ти?) В уравнението енергия/ред редът се изразява посредством формата на стола. И тъй, независимо дали говорим за звезди или атоми, амеби или зebри, всичко е енергия и форма.

От недрата на чистото осъзнаване
се изплита цялата мрежа на мирозданието.

Най-базисната сътворена форма е вълната. Точно преди вълната и точно след чистото осъзнаване в йерархията на творението ще откриеш нулевата точка или квантовото състояние. Добавям тази интересна подробност заради онези, които са запознати с квантовата теория и искат да оценят по-пълно моето становище. За онези, които са ориентирани по-скоро към лечебните науки, това базисно ниво на творението често се споменава като жизнената сила, която вдъхва живот в органичните същества. Вълната е безкрайна и се разпростира безгранично. Там, където вълните се припокриват, те сътворяват субатомни частици. Когато частиците станат по-компактни, те се превръщат в атоми. Атомите се струпват, за да образуват молекули, а молекулите на свой ред се организират във физически форми, като например столове, цветя и автомобили.

Всичко в творението изразява
две качества - ред и енергия.

В нашата йерархия енергия/ред колкото по-осезаем е редът на дадено нещо, толкова по-малко енергия изразява то. Твоят стол е доста солиден обект в сравнение с една субатомна частица. Субатомните частици са неуловими дребосъци. Ако знаеш точното местоположение на дадена субатомна частица, не знаеш с каква скорост или в каква посока се движи тя. И обратно - ако засечеш точната ѝ скорост, не ще можеш да откриеш местоположението ѝ. Моите деца бяха досущ като подрастващи субатомни частици в часовете, когато трябваше да се свърши някаква къщна работа. Ако се намираха в движение - необходимо условие за изпълнението на задачи, - човек не можеше да ги открие. А когато знаеше точното им местонахождение - тоест на канапето пред телевизора, - тогава пък не бе възможно да ги приведе в движение. Като поглеждам назад, откривам с удивление колко много физически концепции бяха овладели децата ми - като например инерцията, ентропията и особено принципа на неопределеността на Хайзенберг. Наистина съм им

много задължен.

Добре, а сега да се върнем към идеята за енергията и материята. Всяко по-фино ниво на творението съдържа повече енергия. На грубото ни материално ниво енергията на стола, на който седиш, поддържа твоята тежест. На по-финото молекулярно ниво ще открием повече налична енергия. Ако реорганизираме молекулите на стола - да речем, като го подпалим, - бихме могли да освободим значително по-голямо количество енергия под формата на топлина и светлина. Ако искаме да освободим още повече енергия от този стол, можем да отидем до атомното ниво. Ако знаехме как да разцепим атомите му, бихме освободили огромни количества енергия под множество форми.

Всяко по-фино ниво на творението съдържа повече енергия.

Не ми е известно някоя операция да е овладяла силата на субатомните частици, но знам, че има технологии, които използват фина вълнова енергия. Това е обичайната територия на енергийния лечител и ние ще изследваме тази извънредно интересна работа, докато се обучаваме как да изцеляваме без енергия.

Нека те запитам: случвало ли ти се е някога да останеш без мисли? Не ми се вярва. Едно нещо е сигурно за мислите - че от първия до последния ни дъх те винаги са налице. Ако мислите са енергия и никога не се свършват, то от това очевидно следва, че източникът на мисълта е неизчерпаем източник на енергия. Очевидно е също така, че бихме извлекли голяма полза, ако можехме да установим директна връзка с нашия мисловен източник. Оказва се, че неговото разкриване има определено и изключително позитивно лечебно въздействие върху физическите страдания, личните взаимоотношения, финансовия успех, емоционалната устойчивост, че даже и върху любовния живот. Във всеки аспект на живота ни настъпва чудодейна промяна, когато просто осъзнаем откъде започва всичко. И това начало, разбира се, е нашият вечен спътник - чистото осъзнаване.

Ако мислите са енергия и никога не се
свършват, то от това очевидно следва,
че източникът на мисълта е неизчерпаем
източник на енергия.

Току-що видяхме, че по-фините нива на материалния свят отдават повече енергия. Но откъде е произлязла цялата тази енергия? Вече знаем, че тя идва от чистото осъзнаване. Творението по дефиниция представлява движение на енергия по някакъв организиран или подреден начин. Тук трябва да разберем един много важен момент: чистото осъзнаване е източникът на енергията, без самото то да е енергия. Това означава, че то не се движи. То има потенциала да сътворява, но още не го е употребило. Лишено е и от форма. Може да се каже, че чистото осъзнаване е съвършенството, очакващо да изрази себе си.

Чистото осъзнаване е източникът на
енергията, без самото то да е енергия.

Сега може би си мислиш: „Накъде бие той с тия приказки?“ Радвам се, че зададе този въпрос. Ако искаш да играеш само в относителното поле на живота - давай, наслаждавай се! Но ако желаеш най-великата сила и най-съвършения ред, трябва да се свържеш с източника на цялото познание - чистото осъзнаване. Има хиляди лечебни методи, които касаят различните нива на живота. Методите за работа с тялото и мануалната терапия са ефективни на грубото физическо ниво. Билките и медикаментите въздействат на молекулярно ниво. Акупунктурата и енергийното лечение работят с фини енергийни вълни. Някоя от изброените лечебни форми не е предназначена да черпи директно от източника на творението. Тази книга ще ти предаде науката за изцелението чрез осъзнаване. Аз наричам този процес Квантова синхронизация (КС). Запомни, чистото осъзнаване е източникът на енергия и ред и когато извършваш КС, черпиш от най-чистата и най-могъща реалност. Когато използваш Квантова синхронизация, не ти ще изцеляваш - осъзнаването ще върши това вместо теб. Нещо повече - ти ще изпитваш целебното въздействие наред с хората,

на които помагаш. И това ако не е взаимноизгодно отношение!

ЧЕТВЪРТА ГЛАВА

УМЪТ И МИСЛИТЕ

Всяко действие се предшества от мисъл.

Ралф Уолдо Емерсън

Въпросът е: можете ли да осъзнаете рефлексния характер на мисълта - че тя всъщност е рефлекс... Бихте могли да кажете, че докато рефлексите са свободни да се променят, би трябвало да съществува някаква интелигентност или възприятие, нещо отвъд рефлекса, което да е способно да види дали той е логически последователен, или не.

Дейвид Бом

Твоят ум е нещо сътворено. Той не е просто веществен като твоя стол. Той е нещо безплатно, а не физическо. Но, подобно на материята, умът също е съставен от енергия и ред. Твоят ум е хранилище на мислите ти, а мисълта е много интересен феномен. Когато бях при Махариши Махеш Йоги в началото на 70-те години на XX век, в продължение на пет месеца медитирах в тихото испанско градче Ла Антиля. Прекарвах в медитация по 10-12 часа всеки ден. След първите няколко седмици мислите ми станаха много спокойни и аз започнах да разбирам как работи моят ум. През това време опознах зараждането на мисълта. Всяка нововъзникнала мисъл бе една отделна точка от набъбнала енергия на прага на чистото осъзнаване. Наблюдавах как тя се разгръща, за да разкрие съдържанието си. Във всяка мисъл-форма имаше вибрация, която представляваше емоция, логическо съдържание и всяко от петте сетива. Всяка мисъл беше цяла галактика във вселената на ума.

Фигура 2
Ментален модел



Веднъж възникнала, мисълта прерязваше пъпната връв, която я свързваше с майката-

осъзнаване, и започваше да се издига и разширява досущ като мехур, изплувал от дъното на езеро. Егото се ражда именно в мига, когато мисълта се отделя от пълнотата. Разширявайки се, мисловната енергия се разпръсваше над по-обширна област. Колкото повече се отдалечаваше от първоизточника си, толкова по-слаба ставаше мисълта. На този етап вече беше податлива на изопачаване и можеше да бъде подправена. Накрая тя се пукаше като мехур на повърхността на моя ум. Мехурът на мисълта се спуква, както ми каза Махариши впоследствие, когато умът я осъзнае в края на нейния път. Именно в този момент ние предприемаме действия в съответствие със съзнателните си мисли. Благодарение на разширеното си осъзнаване, произтичащо от моята медитация, преживях едновременно зараждането и смъртта на мисълта.

Твоят ум е хранилище на мислите ти.
Всяка мисъл е цяла галактика във
вселената на ума.

Всяка мисъл имаше преобладаваща емоция и сетивна вибрация. Докато се разширяваше, вибрациите и взаимодействията ѝ се променяха. Преобладаващите вътрешни вибрации определяха тенденцията на мисълта към действие. Аз съзирах и своето рода матрица, през която мислите преминаваха, пътувайки към съзнанието. Ако във вътрешните механизми бе настъпило някакво изкривяване, тази матрица можеше да преобразува изначалните вибрации и да промени тенденцията. Махариши ми обясни, че това е интелектът, който филтрира мислите и спомага за тяхното хармонизиране, така че да станат по-благоприятни за нашето здраве и благополучие.

От тази опитност могат да се почерпят много неща, но за нашите цели бих искал да се фокусирам върху един отделен момент. Колкото повече се отдалечава от чистото осъзнаване, толкова по-слаба става мисълта и толкова повече нараства вероятността да стане вредносна. Онези мисли, които наричаме негативни, не са такива от самото си зараждане. Те се деформират от небалансирания вътрешен натиск на погрешните представи и страха. Възникне ли веднъж, мисълта преживява нещо като сепарационна тревожност (психологическо състояние, при което индивидът изпитва прекомерна тревожност във връзка с раздялата си с дома или с хора, към които емоционално е силно привързан) нараства вероятността да стане вредносна.

Бхагавад-Гита изразява това по следния начин: „Страхът се ражда от двойствеността”. Отделена от безграничното единство на осъзнаването, мисълта усеща, че е сама и се опитва да компенсира загубата. Именно тогава може да настъпи изкривяване в една иначе перфектно функционираща мисъл. Отвратителната мисъл става причина за отвратително действие. Достатъчно е да се огледаме наоколо, за да си дадем сметка, че една изцяло хармонична, любяща и плодотворна мисъл рядко намира израз във всекидневния ни свят.

Колкото повече се отдалечава от
чистото осъзнаване, толкова по-слаба
става мисълта и толкова повече
нараства вероятността да стана
вредносна.

Ако смяташ, че придавам прекалена интелигентност или одухотвореност на мисълта, сякаш е нещо живо, не забравяй, че днес си това, което си, тъкмо благодарение на съвкупността от същите тези мисли. Повечето хора извличат базисната си идентичност от своите мисли. Ти казваш, да речем: „Аз се радвам на успех в работата си. Аз вярвам в безплатното образование. Аз съм ядосан”. Ала какво ти беше необходимо, за да имаш успех, вярвания и чувства? На всеки етап твоят напредък - или липсата на такъв се е формирал и направлявал от мислите ти.

Колкото по-дълго трябва да пътува мисълта, за да си пробие път до нашето съзнание, толкова по-вероятно е да стане дисхармонична. Ако можем да разширим съзнанието си така, че да се свързва с мисълта по-близо до първоизточника ѝ, тогава бихме намалили вероятността от възникване на дисхармония. Това послание съвсем не е ново. От незапомнени времена мъдреците ни съветват да се присъединим към тази тенденция. Въпросът не е какво трябва да се направи, а как. Тъй като не сме разбрали напълно ролята, която играе осъзнаването за мисленето, сме

изпаднали в доста плачевно положение. Но тук става дума за нещо повече от разбиране, защото то се извършва в ума. Чистото осъзнаване е отвъд ума. Ето защо разбирането не подлежи на обсъждане в случая.

Повечето хора извличат базисната си
идентичност от своите мисли.

Така ни остава само да преживеем чистото осъзнаване чрез пряк опит. Това също е щекотлив въпрос. За да имаме преживяване, ние се нуждаем от ума. И именно тук се крие един от най-съществените и почти повсеместно неразбрани принципи на опознаването на чистото осъзнаване. Чистото осъзнаване не може да бъде преживяно. Ние го опознаваме не посредством преживяване, а чрез липсата на такова. Тук искам само да спомена това. Никакви обяснения няма да ни разкрият това не-преживяване на чистото осъзнаване. Скоро обаче ще ти покажа как да спираш мисловния си процес и сам да откриеш откъде идват мислите.

Чистото осъзнаване не може да бъде
преживяно. Ние го опознаваме не
посредством преживяване, а чрез липсата
на такова.

ПЕТА ГЛАВА

ПРОСТРАНСТВОТО МЕЖДУ НАШИТЕ МИСЛИ

*Трябва да се научим да се будим и
бодърстваме без външна помощ, а по силата на едно
непрестанно очакване на утрото.*

Хенри Дейвид Торо

Ако можехме да видим ясно чудото
на едно-единствено цвете, целият ни живот
би се променил.

Буда

Колкото по-близо до чистото осъзнаване осъществим връзка с една мисъл, толкова повече енергия и ред притежава тя. Да се свържем с дадена мисъл при самото ѝ зараждане означава да осъзнаем съвършенството, свободно от дисхармонични влияния. Преди да усвоиш Квантовата синхронизация, ще бъдеш преведен през няколко упражнения, които ще накарат обикновеното ти осъзнаване да се отвори към чистото осъзнаване. Достатъчно е само веднъж да изминеш този път и след това винаги ще усещаш чистото осъзнаване. Това е като да носиш яке в мразовит ден. Облечеш ли го, то ще ти създава приятно усещане за топлина. Дори ако забравиш, че си го облякъл, ще продължи да те пази от студа. Винаги, когато пожелаеш, можеш да си дадеш сметка, че носиш якето си. Така е и с чистото осъзнаване - откриеш ли го веднъж, трябва само да си дадеш сметка за него, за да узнаеш, че то все още е с теб. Готов ли си да се заловим за работа? Е, да започваме.

ПРЕЖИВЯВАНЕ 1

СПИРАНЕ НА МИСЛИТЕ

Седни удобно и затвори очи. А сега обърни внимание на мислите си. Просто

следвай техния ход, накъдето и да те води. Наблюдавай ги как се появяват и си отиват. След като си ги наблюдавал в продължение на 5-10 секунди, задай си един въпрос и бъди много бдителен за онова, което ще се случи. Въпросът е: „Откъде ще дойде следващата ми мисъл?“

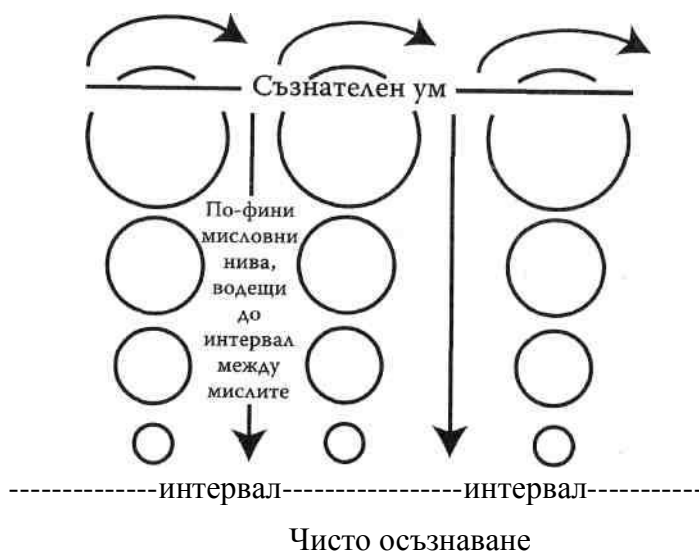
Какво стана? Настъпи ли кратък промеждутък в мисловния ти процес, докато очакваше появата на следващата мисъл? Имаше ли някаква пауза между въпроса и мисълта, която го последва? Добре, а сега прочети повторно инструкциите и изпълни упражнението отново. Аз ще почакам... Забеляза ли леко колебание в мисловния процес, интервал между мислите? Ако си бил с изострено внимание непосредствено след задаването на въпроса, несъмнено си забелязал, че умът ти е бил в очакване нещо да се случи. Както казва Екхарт Толе, авторът на „Силата на настоящето“, това е все едно котка да дебне пред миша дупка. Ти си бил буден и в очакване, но в този интервал не са се появили мисли. Навярно си чувал, че са нужни дълги години усърдна практика, за да освободиш ума си от мисли, в ето че го постигна за броени секунди.

Моля те, направи това упражнение още няколко пъти. Може да използваш заместващи въпроси като например: „Каква ще е на цвят следващата ми мисъл?“ или „На какво ще мирише следващата ми мисъл“, или „Как ще изглежда следващата ми мисъл?“ Самият въпрос не е от значение, важното е да бъдеш бдителен. Будното внимание ще разкрие промеждутъка, пространството между мислите. Този промеждутък е чистото осъзнаване. То ще е налице, дори и за съвсем кратко време. Ако редовно обръщаш внимание на тази пауза в мисловния процес, тя ще започне да ти оказва своето магическо въздействие.

А сега да се заловим отново за работа. Изпълнявай упражнението в продължение на още две-три минути, като повтаряш въпроса приблизително на всеки петнайсет секунди. Обръщай внимание на интервала, когато се появи. Търси го, когато не е налице. Само след няколко минути ще забележиш, че мислите ти са се угаложили, а тялото ти е по-релаксирано.

На какво се дължи това? Ти не си се опитвал преднамерено да се отпуснеш и успокоиш. То просто се е случило естествено, без усилия от твоя страна. Защо в нашите чувства и поведение настъпва такава голяма промяна, ако обърнем внимание на осъзнаването? Осъзнавайки, ти си могъл да осъществиш контакт с мислите си на по-фини и пречистени нива. Всяко ниво предлага по-голям ред и повече енергия. Интервалът между мислите, който забеляза, беше онова непреживяване, което споменах по-горе. Именно то е чистото осъзнаване.

Фигура 3
Интервалът
Мисловен поток



В течение на деня често провеждай едноминутна медитация, като на всеки петнайсет секунди задаваш нов въпрос на ума си. Скоро ще започнеш да осъзнаваш новооткритата пауза в мислите си дори по време на други дейности, например докато разговаряш или шофираш. Дори да не правиш нищо повече от това редовно наблюдение на краткия интервал между мислите, с времето ще забележиш по-голям прилив на енергия, намаляване на стреса и една непринудена лекота във взаимоотношенията с останалите. Възможно е даже да усетиш по-ведро настроение, граничещо с игривост. Приятно е да се чувстваш добре. Това възприятие е необходимата основа за по-дълбоки, по-пълноценни преживявания, които предстоят. Но упражнението си струва труда дори само по себе си. А сега да задълбочим познанията си за източника на мислите, за да се възползваме от неговите облаги.

Интервалът между мислите е
непреживяване. Именно то е чистото
осъзнаване.

ШЕСТА ГЛАВА

КОЙ СЪМ АЗ

*Неизследваният живот не си струва
да бъде изживян.
Единствената истинска мъдрост е да знаеш,
че нищо не знаеш.*

Сократ

Преди време Сократ ни подкани да „познаем себе си“. Запитал ли си се някога защо той е намирал това за толкова важно? Какви евентуални облаги бихме получили, ако опознаем Себе си? И какво, да му се не види, представлява въпросното Себе? Хайде да проверим.

Повтори *Преживяване 1: Откриване на чистото осъзнаване*, и намери отново интервала между мислите. Изпълнявай упражнението в продължение на няколко минути, като си задаваш някой от подготвителните въпроси. Задавай въпроса приблизително на всеки петнайсет секунди, като не забравяш *да следиш много внимателно какво се случва веднага след това*.

От емпирична гледна точка този интервал между мислите не е нещо особено. Той е просто едно пространство, изпълнено с покой и забележимо едва тогава, когато една мисъл приключи, а следващата още не се е появила. Тъй като в този промеждутък не протича никакво мислене, ти ще го осъзнаеш едва когато започнеш да мислиш отново, а може би дори и тогава ще ти убегне. Умът следва движението. Той е изцяло погълнат от движението и формата. В интервала няма нито движение, нито форма. Той не съдържа нищо. Тоест нищо от гледна точка на ума. Това обаче е голяма грешка и веднага ще ти обясня защо - всички мисли в ума идват от това нищо, което сме идентифицирали като чисто осъзнаване. Можеш да направиш една проверка за себе си. Повтори упражнението и наблюдавай интервала. Следващата мисъл ще се появи спонтанно и автоматично, без никакво усилие от твоя страна. Ето я - нова-новеничка мисъл. Това си е цяло чудо, като се замислиш. (Каламбурът е преднамерен.) Всяка нова мисъл е чудо на творението и изниква сякаш от нищото. Значи въпросното нищо трябва да не е празно. Трябва да има нещо в това нищо, иначе то не би могло да породи мисъл. Любопитно, нали?

Тъй като в този промеждутък не
протича никакво мислене, ти ще го
осъзнаеш едва когато започнеш да мислиш
отново..:

Повтори *Преживяване 1* още няколко пъти. Преди всичко не забравяй да бъдеш бдителен и

изчаквай да видиш какво ще се случи. Вече си започнал да ставаш спец в наблюдението на интервала между мислите. А сега нека да ти задам един въпрос с повишена трудност: кой наблюдава интервала? Няма мисли, няма чувства, няма никакво движение - но ти все още присъстваш, нали? Не си изпаднал в кома. Не си отишъл в Такома. Ти си там и очакваш мислите да се появят отново, нали? Кой очаква това? Кой е този твой аз? Кой наблюдава, когато умът отсъства? Когато се отъждествяваш с мислите си, оплетени в спомените и бъдещите ти планове, имаш предвид своя „аз“. „Аз“ е съвкупност от „неща“, като например твоята възраст, пол, предпочитания и влечения, надежди и спомени - всичко онова, което наричаш свой живот. Ала тези неща не съществуват в мига, в който мислите ти спрат. За да наблюдаваш, трябва да осъзнаваш, нали? Значи в мига, в който умът ти се изключи, ти осъзнаваш нищото. В този миг съществува единствено чистото осъзнаване. Ето че намери отговора на загадката какво представляваш. Ти си осъзнаване!

Кой наблюдава, когато умът отсъства?

Невъзможно ли ти звучи това? Фактът не може да се отрече. Твоите непосредствени възприятия ти разкриха, че вътрешната ти същност е осъзнаването. Точно така, преди „аз“ да се роди и да се вгради в образа, който имаш за себе си, е съществувал единственият Аз, чистото осъзнаване. Именно за това е била цялата гюрултия преди около 2500 години, когато Сократ е задал тези дълбоки въпроси. Той е карал хората да изследват не само съдържанието на мислите си, но и самото мислене. Разбира се, двамата с теб вече знаем, че това води много бързо до чистото осъзнаване, до неделимия вътрешен Аз.

Хайде да поразсъждаваме малко повече над обстоятелството, че сме чисто осъзнаване. Погледни назад към живота си. Отдели малко време и се върни мислено към детството си, после към някой период от юношеството. А сега си спомни някой момент от двайсетте си години, после от трийсетте и тъй нататък, докато достигнеш сегашната си възраст. Помисли си какво правиш точно в този миг. В хода на живота ти интересите и чувствата ти са се променяли, тялото ти е пораснало и остаряло, семейството ти е съзряло, едни приятели са идвали, други са си отивали. Ала някаква твоя част е била с теб, откакто се помниш, и все още е с теб и днес. Тя е останала непроменена през всичките фази на живота ти.

„Аз“ е съвкупност от „неща“, като
например твоята възраст, пол,
предпочитания и влечения, надежди и
спомени - всичко онова, което наричаш
свой живот.

На всеки етап от живота ти - не, във всяка секунда, - докато твоето тяло/ум е било заето с дейността да се превърне в това, което е днес, твоето осъзнаване е бдяло безмълвно като неподвластен на времето свидетел. Когато си казвал: „Искам при мама!“ „Мразя часовете по физкултура“, „Ще те обичам вечно“ или „Не обичам шумна музика“, ти си определял неща, ситуации и чувства, които са касаели „теб“, но не и твоя Аз. Чувствата и обстоятелствата от живота ти, като например това, че си искал да отидеш при мама, мразел си физкултурата И тъй нататък - всичко това се е променило и сега се съхранява в онази част от теб, наречена памет. Житейските ти обстоятелства са се променили и продължават да се променят. Ала твоето осъзнаване си остава безстрастен зрител на филма, който наричаш свой живот.

Лорд Алфред Тенисън е имал предвид тави загадка на вечната неизменност в стихотворението си „Ручей“, когато е написал словата: „един се ражда, друг умира, а вечно аз тека“. Всеки от нас може да каже, макар и не толкова красноречиво: моята сигурност, чувствата, мислите, тялото и обкръжението ми се раждат и умират, но осъзнаването ми е вечно. Това може да не предизвиква в душата такъв трепет, какъвто поражда един стих, но излага нещата по ясен и убедителен начин.

Защо е от такава изключителна важност да познаеш „Себе си“? Когато започнеш да оценяваш вътрешния си Аз като неизменно, безгранично, непреходно осъзнаване, вече не си така зависим от тленното тяло и отслабващия ум. Разбираш, че си отвъд царството на променливостта и смъртта.

Разбираш, че отвъд всички обстоятелства и мисли, които съставят твоя „аз“, ти съществуващ вечно като осъзнаване.

Ти си осъзнаване! Твоето осъзнаване си
остава безстрастен зрител на филма,
който наричаш свой живот.

Ако едва няколкоминутно наблюдение на интервала между твоите мисли ти донесе покой и сне напрежението, представи си какви радостни преживявания те очакват, когато чистото осъзнаване трайно се всели в мисленето, храненето, работата и любовния ти живот. Да откриеш, че в самата основа на ума си ти си чисто осъзнаване - това е първата крачка към пълноценен и богат живот. Следващата крачка е да привлечеш осъзнаването във всекидневните си дейности. И накрая, когато се научиш да изцеляваш своите и чуждите рани, това е истинско щастие, което си постигнал със собствени сили.

СЕДМА ГЛАВА

ВХОДНАТА ТЕХНИКА

*Ако имах някакво влияние над добрата фея,
която уж бди над кръщавките на всички деца,
щях да я помоля да надари всяко дете на света
с чувство на благоговение и възхита - тъй
несъкрушимо, че да трае цял живот.*

Рейчъл Карсън

Бил съм свидетел на какви ли не реакции, когато някой открие, че е чисто осъзнаване, а не е тъждествен на всички онези глупости и дреболии, с които е претъпкан умът му. Обикновено настъпва момент на приятна изненада, придружена от чувство на лекота и освободеност. Тази еуфория може да продължи известно време, но рано или късно (тото проявява желание да си възвърне контрола над своя ум. Когато успее, мислите и обстоятелствата отново се издигат до предишната си раздута и разкрасена значимост. Слабото ехо на осъзнаването съвсем заглъхва и скоро бива забравено. Това не бива да се случва. Усвояването на всички основни положения в тази книга в значителна степен ще ти гарантира устойчивост на чистото осъзнаване.

Следващата крачка към реализирането на тази цел е да задълбочиш и засилиш не-преживяването на чистото осъзнаване. Това се постига чрез увеличаване на времето, през което си даваме сметка за него. За целта съм разработил една удивително проста и ефективна техника, която всеки може да изпълни още от първия опит. Наричам я Входната техника, защото тя отваря дверите към чистото осъзнаване с такава лекота, сякаш пантите им са били смазани от самия Пазител на тези Двери. Единственото, което трябва да направим, е да влезем през тях.

Следващата крачка е да задълбочиш и
Засилиш не-преживяването на чистото
осъзнаване.

Техниката поражда фина, но дълбока промяна в нашите възприятия за света. Тази „промяна“ отначало може да е едва забележима, но въпреки това ще окаже силно въздействие върху твоето тяло/ум, а оттам и върху всички останали области на живота ти. Често се случва, след като човек е упражнявал техниката едва няколко седмици, приятелите му да коментират спокойното му изражение или мекото сияние в очите му. Време е да започваме - запретни ръкави и се приготви да отвориш дверите към Себе си.

Често се случва приятелите ти да
коментират спокойното ти изражение

или мекото сияние в очите ти.

ПРЕЖИВЯВАНЕ 2

ВХОДНАТА ТЕХНИКА

(ЗАБЕЛЕЖКА: Можеш да свалиш запис на техниката в MP3 формат от сайта: <http://www.quantumentrainment.com/faq.html>. Аз ще те превода през цялата техника стъпка по стъпка. За идентификационен код използвай електронния си адрес. За парола въведи qe31, само малки букви без интервал. Същевременно ще си свалиш и записа на техниката на чистото осъзнаване. Това ще ти е особено полезно, преди да усвоиш Квантовата синхронизация.

Седни на удобен стол някъде, където няма да те безпокоят в продължение на 10 или 20 минути. Затвори очи и остави мислите си да блуждаят за около 10-20 секунди. Сега прехвърли в ума си поредица от положителни думи. Все едно е дали си ги представяш зрително или слухово. Ето ти някои примери за такива думи: тишина, безмълвие, покой, мир, радост, блаженство или екстаз. Можеш да видиш или чуеш и други думи, като например: светлина, любов, състрадание, пространство, безкрайност, чиста енергия, битие или благодат. След като си стигнал до края на списъка от положителни думи, прехвърли го отново. Спокойно избери някоя дума, която привлича вниманието ти. Сега трябва само да я наблюдаваш, без напрежение. Просто съсредоточи вниманието си върху нея и изчакай да видиш какво ще се случи.

Докато наблюдаваш думата невинно и без да се опитваш да ѝ влияеш, тя постепенно ще се промени по някакъв начин. Може да стане по-голяма, по-ярка или по-звучна. Може да започне да пулсира или да избледнее и даже да изчезне напълно. Предварително не може да се знае какво ще стане с нея, но това е без значение. Твоята задача е просто да наблюдаваш, без да оказваш контрол или да се месии по какъвто и да е начин. Все едно гледаш телевизия, само че мислено, с вътрешното си око. Има ли нещо по-лесно от това?

Докато наблюдаваш думата, умът ти може да се зарее сред други мисли или пък да започнеш да се вслушваш в звуци, долитащи от обкръжението ти. Възможно е да забравиш за миг, че изпълняваш Входната техника. Възможно е мислите ти да те завладеят напълно, понякога в продължение на цели минути. Няма страшно. Ако това се случи, щом осъзнаеш, че си престанал да наблюдаваш думата си, просто я намери отново най-безгрижно. Това е то! Силата на Входната техника е в нейната простота и невинност.

И последно - възможно е да забележиш, че на моменти думата ти изчезва. Всичко е наред. Просто наблюдавай пространството, което остава след нея. Ще откриеш, че това е празнотата, където се намира чистото осъзнаване. Тази празнота не е цел. Тя е само една от многото промени, които ще претърпи твоят ум. Не след дълго думата ще се завърне от само себе си. Или пък ще се превърне в друга дума. Това също не бива да те тревожи. Просто приеми новата дума и я наблюдавай или се вслушвай в нея, както постъпи с предишната.

И тъй, да преговорим - седни спокойно със затворени очи. След няколко секунди намери думата си без усилие и просто наблюдавай какво ще стане по-нататък. Не се намесвай, само наблюдавай. Когато други мисли или звуци отвлекат вниманието ти, спокойно намери думата И започни да я наблюдаваш отново. Ако я изгубиш, тя скоро ще се завърне или друга ще заеме мястото ѝ. Просто следвай процеса.

Все едно е какво ще се случи, докато само наблюдаваш безстрастно онова, което се разгръща пред теб. Упражнявай Входната техника в продължение на 10 или 20 минути. (По възможност гледай винаги да отделяш поне 10 минути.) Когато приключиш, не бързай да отваряш очи или веднага да скочиш и да се захванеш с някаква работа. Постой със затворени очи. Отдели една-две минути, за да се протегнеш и полека да се върнеш към външния свят. Ако излезеш от това състояние прекалено бързо, може да усетиш известна раздразнителност, главоболие или друго физическо неразположение. Дори и да не си забелязал, тялото ти съвсем се е отпуснало и ще му трябва време, за да премине към състояние на активност. Умът ти ще иска веднага да се захване с нещо, но ти дай на тялото си възможност да се адаптира. После плавно се върни към активния си

живот. Изпълнявай Входната техника поне веднъж всеки ден. А пък два пъти дневно ще даде четворно по-силен резултат. Най-подходящото време е веднага щом се събудиш. Повторното изпълнение е добре да стане по-късно през деня. Ако не успееш да го вместиш в дневната си програма, направи го преди лягане. Това по най-приятен начин ще разсее натрупаните през деня напрежения и ще ти осигури отличен сън.

Това е важно условие за траен успех. В началото препрочитай инструкциите или изслушвай записа на Входната техника на всеки два-три дни. Така ще изкорениш всички лоши навици, които могат да се прокраднат в практиката ти поради нехайство. Често се случва човек да открие, че е пропуснал някой елемент или е добавил нещо излишно, макар да си е мислел, че върши всичко както трябва. Ако не си достатъчно внимателен, за да се придържаш неотклонно към чисто наблюдение, Входната техника ще загуби от въздействието си и ще започне да ти се струва, че вече не е така ефективна, както е била в началото. Това е сигурен признак, че в практиката ти са се промъкнали някакви нежелателни примеси. След като си проверявал практиката си през два-три дни в продължение на две седмици, започни да препрочитай или изслушваш инструкциите веднъж на всеки две седмици. По такъв начин ще извлечеш максимална полза от тези упражнения.

Входната техника ни учи да се осланяме единствено на наблюдението. Последниците са направо чудодейни. Без сянка от усилие започва процес на дълбоко изцеление. Всъщност всяко усилие води до обратни резултати. Въздействието на техниката се дължи на това, че тя потапя психиката ни в целебните води на осъщаването. Ние фактически се обединяваме с мъдростта, която е създала системата тяло/ум. При редовно изпълнение ще почувстваш усилване на енергията - физически и психологически, - по-голямо спокойствие и неподатливост на болести, по-голяма устойчивост на умствен и емоционален стрес и подобряване на взаимоотношенията с околните. Всичко това се постига, като просто поддържаш будно внимание. Много скоро ще забележиш, че все по-често играеш ролята на наблюдател извън рамките на Входната техника, докато се занимаваш с всекидневните си дейности. Техниката е отлична сама по себе си, но може и да бъде добавяна в началото на други практики, за да усилва тяхната ефективност. Погрижи се само да не внасяш промени в нея. Силата ѝ е в простотата ѝ. Тя няма нужда от доусъвършенстване. Ако прибавиш или отнемеш нещо от нея, това само ще отслаби нейната ефективност.

Без сянка от усилие започва процес на
дълбоко изцеление... Всичко това се
постига, като просто поддържаш будно
внимание.

Скоро ще започнеш да усвояваш Квантовата синхронизация, научния метод за мигновено изцеление. При все че Входната техника не участва пряко в процеса на Квантовата синхронизация, тя наистина помага за пречистване на осъзнаването, което е крайъгълният камък на КС. При всекидневно изпълнение тя бързо ще създаде у теб навика да проявяваш осъзнаване по време на някаква дейност. По-късно, когато вече си усвоил добре Квантовата синхронизация, ще можеш да използваш нея вместо Входната техника, въпреки че мнозина продължават да упражняват и двете. А сега е време да видим какво представлява Квантовата синхронизация и как действа. Впоследствие ще научиш и как да изцеляваш с нейна помощ.

ОСМА ГЛАВА

КВАНТОВА СИНХРОНИЗАЦИЯ

*Бог не гледа какво вършим,
а с колко любов го вършим.*

Майка Тереза

Интуицията е източникът на научното познание.

Аристотел

Какво представлява Квантовата синхронизация? Тя е бързодействащ и ефективен научен метод, който намалява болката и способства за изцелението. Поражда незабавни изменения, които могат да бъдат видени и почувствани в тялото. Подлежи на възпроизвеждане и може да издържи на строгото научно изискване за проверка „преди и след“. КС продължава да оказва въздействие дълго след първоначалния сеанс, като по деликатен начин внася баланс и премахва блокажите, възпрепятстващи физическото и емоционалното благосъстояние. Тя влива целебно осъзнаване както у инициатора на процеса, така и у обекта на този процес. Сеансите обикновено са придружени от чувство на покой и релаксация.

Квантовата синхронизация ни помага да се пробудим за собственото си вътрешно осъзнаване. Когато опознаем по-отблизо чистото осъзнаване, започваме да се чувстваме по-добре във всяко отношение. А станем ли по-здрави и по-щастливи, съвсем естествено е да пожелаем да споделим този дар с околните. Скоро ще усвоим метода за мигновено изцеление чрез Квантова синхронизация. Тогава цикълът ще бъде завършен. Вече ще си се научил как да даваш това, което си получил. По-точно казано, ще научиш как да споделяш онова, което си. Както се оказва, хората, с които споделяш осъзнаването си, също са чисто осъзнаване. Ти просто ще им помагаш да се пробудят за фундаменталната си природа. С удоволствие бих се разпрострял по-надълго по тази забележителна тема, но това е пътуване, което ще ни отведе далеч отвъд пределите на книгата. Ако искаш да научиш нещо повече за вътрешната си природа във връзка със здравето, взаимоотношенията и щастието, препоръчвам ти да си набавиш моята книга „Отвъд щастието: Как да осъществим най-дълбокото си желание“. Ще се сдобиеш с доста интересно четиво, макар и това да го казвам аз. Добре де, време е да загърбим тази безсрамна самореклама и да се върнем към темата.

Квантовата синхронизация ни помага да се пробудим за собственото си вътрешно осъзнаване.

Чистото осъзнаване, както скоро ще установим, е мощно средство за оправяне на неща, които са излезли от строя. Симптоми от рода на болка, объркване и депресия ни подсказват, че нещо не е наред. Симптомите са несъмнен знак за срыв в системата тяло/ум. Независимо дали става дума за счупен крак или за разбито сърце, нарушението е в разрез с една гладко функционираща, продуктивна и изпълнена с любов система тяло/ум.

Здравето е ред. Колкото по-голям ред отразяваме, толкова сме по-здрави. Когато здравето започне да се влошава, ние се обръщаме към какви ли не лекарства и терапии, предназначени да възстановят реда в нашата психосома.

Можем да опростим въпроса за здравето, като го разгледаме от вибрационна гледна точка. Вибрацията или вълната е най-простият израз на енергия. Звездите и жабите, ангелите и наковалните не са нищо друго освен конгломерати от енергийни вълни, които са се слели, за да образуват въпросните форми.

Чистото осъзнаване, както скоро ще установим, е мощно средство за оправяне на неща, които са излезли от строя.

Здравето е ред. Колкото по-голям ред отразяваме, толкова сме по-здрави.

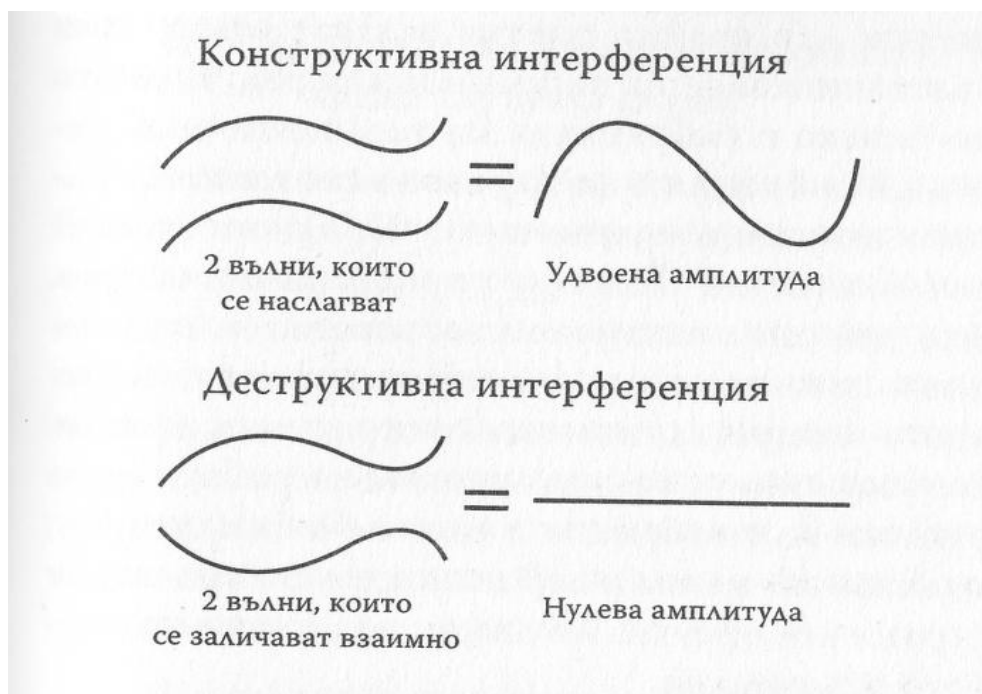
Можем да разглеждаме нашите органи и тъкани, мисли и емоции като отделни групи от вибрации, които действат в хармония, за да създадат една здрава система тяло/ум. Когато вибрациите излязат от синхрон, ние наричаме това разстройство или болест и се опитваме да го лекуваме. Обикновено лечението се постига чрез въвеждане на хармонични вибрации, които да неутрализират разстроените. Например, билковата вибрация на кората на бялата върба

неутрализира възпалителната вибрация на главоболието.

Процесът на усилване или отслабване на вибрациите се нарича интерференция. Тук ще изложа най-простото, според мен, описание на това явление. Амплитудата е вертикалната част на вълната, нейната височина. Ако събереш две вълни с еднаква амплитуда, ще получиш една голяма вълна с амплитуда, двойна на първоначалната. (Вж. фиг. 4: Вълнова интерференция.) Това се нарича конструктивна интерференция! Обратното също е в сила - ако събереш две вълни с напълно противоположна амплитуда, те се заличават взаимно и се получава нулева амплитуда. Това се нарича деструктивна интерференция.

Не допускай този научен жаргон да те обърка. Отиди на морския бряг, погледай как се носят вълните и ще видиш този принцип в действие. Скоро ще забележиш как някоя по-бърза вълна догонва по-бавната пред нея. Двете се сливат и образуват една-единствена по-мощна вълна. Тласкана от инерцията си, тази по-голяма и по-бърза вълна се разбива в брега по-навътре от останалите вълни и залива твоите нови-новенички кецове. Ето това е конструктивна интерференция.

Фиг. 4
Вълнова референция



Докато тази вълна се отдръпва от брега, оставяйки краката ти потопени до глезените в мътна локвичка морска вода, ти сипеш цветисти ругатни иззад стиснатите си зъби, а майките по плажа край теб панически се втурват да затулят ушите на невръстните си дечица. В същото време отдръпващата се вълна се среща с друга, която приижда. Силата на първата намалява силата на втората, тя губи от големината и инерцията си и съвсем не успява да достигне мястото, където си застанал. Не че ти ще забележиш това, защото вече си се отправил към колата си, мърморейки, а от жвакащите ти кецове с всяка крачка излитат пръски морска вода. Загубата на инерция при втората вълна е пример за деструктивна интерференция.

Традиционните лечебни системи - медицина, акупунктура, масаж и фини енергийни процедури - в крайна сметка оказват ефект чрез възстановяване на вибрационния ред. Колкото по-близка е вибрацията на терапевтичния метод до вибрацията на здравето състояние, толкова по-пълно е лечението. Понякога самият лечебен метод може да породви разстройство. Ако той само частично съответства на изцелението, какъвто е случаят с предписваните по рецепта лекарства, възникват странични ефекти. В общи линии, колкото повече се работи само с вълни или вибрации в една лечебна система, толкова по-малка е вероятността да възникнат странични ефекти. А това

ни води пак към чистото осъзнаване.

Чистото осъзнаване не е вибрация - то е самият източник на вибрациите. То е потенциалният ред и енергия, които се крият зад всяка форма. На теория, ако можехме някак да влеем чисто осъзнаване в една разстроена система, би настъпил идеален ред без появата на странични ефекти. Там е работата, че това е възможно! Именно тази система наричаме Квантова синхронизация.

Всяка лечебна система, процедура или техника трябва да предостави ръководство и подкрепа, превеждайки практикуващия през евентуалните препятствия, които биха могли да осуетят задачата му. Ние погрешно смятаме, че именно процедурата е отговорна за успеха на лечението. Нищо подобно!

Чистото осъзнаване не е вибрация - то
е самият източник на вибрациите. То е
потенциалният ред и енергия, които се
крият зад всяка форма.

Сега ще споделя с теб друга тайна - ей така, безплатно. Не лечебната процедура, а осъзнаването извършва лечението. Точно така, осъзнаването е вълшебната съставка на всяко успешно начинание. Няма значение дали си миеш колата, дали решаваш задача по тригонометрия или си режеш ноктите на краката - осъзнаването винаги е най-важният компонент. Я пробвай да си изрежеш ноктите без негово участие! Картичката няма да е приятна.

Не лечебната процедура, а осъзнаването
извършва лечението.

Твоето осъзнаване вдъхва живот на всичко, което правиш. Техниката сама по себе си е безжизнена. Осъзнаването е влакът, а процедурата - това са релсите. Няма ли осъзнаване, няма и движение. Нищо не може да се извърши без него. Ето защо може да избереш кой да е от хилядите видове лечение и въпреки това да оздравееш.

В Квантовата синхронизация се придава особено значение на осъзнаването, а не на процедурата. Както скоро ще разбереш от собствен опит, самата техника не изисква почти никакви усилия. Всъщност КС започва да оказва ефект тогава, когато процедурата спре. Точно така, лечението се осъществява тогава, когато цялата структура на техниката се разтопи в чистото осъзнаване. Трябва да разбереш, че самата процедура не е лечебна техника. Тя е процес, чрез който да почувстваш чистото осъзнаване. Изцелението фактически е страничен ефект от процеса на осъзнаване. Оттук следва, че лечителят не си ти; чистото осъзнаване изпълнява тази роля. Това е съществено разграничение, което ще стане още по-очевидно, когато се заемеш с практиката на Квантовата синхронизация.

Изцелението фактически е страничен
ефект от процеса на осъзнаване.

Това повдига и един важен въпрос, който трябва да разгледаме. Щом ти не си лечителят, значи не можеш да си припишеш заслугата, когато настъпи изцеление. Свободен си от тази отговорност, от това бреме.

Да речем, че са те помолили да помогнеш за облекчаването на особено силна болка в нечие коляно. Не е нужно да знаеш дали болката се дължи на артрит, на навяхване или нещо друго. Не е нужно да диагностицираш проблема. Безграничният ред на осъзнаването ще направи това вместо теб. Излишно е да знаеш каквото и да било за въпросното коляно. Трябва само да знаеш какво иска неговият собственик - в случая желанието му е болката да се премахне.

Започнеш ли процеса на Квантовата синхронизация, всичко останало ще се нареди в твоя полза. Фактически не в твоя, а в полза на човека, който страда от болката. Като изключим първоначалната подготовка, нищо друго не се извършва от теб или за теб.

Преди да пристъпиш към сеанс по КС, който може да трае от 15 секунди до няколко минути, ще научиш как да изпълняваш един лесен предварителен тест, за да отбележиш обективно интензивността на болката, подуването или другите налични симптоми. След сеанса ще изпълниш същия тест и ще проследиш до каква степен симптомите са били облекчени. Тъй като фактически

не си участвал в изцелението на коляното, не бива да проявяваш личен интерес как или до каква степен е настъпило оздравяване. Това те спасява от психологически терзания и обуздава егото ти, а същевременно позволява състраданието и радостта, че си човек, да достигнат пълния си разцвет. Да получиш такива дивиденди от няколкоминутна работа хич не е зле, нали?

Трябва само да започнеш процеса на
Квантовата синхронизация и всичко
останало ще се нареди в твоя полза.

Квантовата синхронизация е просто процес, който дава възможност на осъзнаването да се разгърне в чисто осъзнаване с оздравителна цел. Щом инициаторът на процеса си даде сметка за чистото осъзнаване, изцелението се осъществява незабавно. Въпреки че дисонантните елементи на всяка болест или патологично състояние се хармонизират мигновено, за пълното проявление на резултатите може да е необходимо известно време. Квантовата синхронизация ще продължи да оказва въздействието си дълго след приключване на сеанса. Това е още една причина да не обръщаш прекалено внимание на първоначалните резултати. Да речем, че болезненото коляно се е подобрило с 80 % след първоначалния сеанс по КС. Две минути по-късно подобриенето може да е 90 %, а след още два дни болката може да е изчезнала напълно.

Щом инициаторът на процеса си
даде сметка за чистото осъзнаване,
изцелението се осъществява незабавно.

И тъй, каквото и да се случи, ще бъде за добро. Невъзможно е да се нанесе щета. Старата ръководна максима на лечителя „Преди всичко - не навреждай!” не се отнася до КС по две причини: първо, ти не си лечител, и второ, чистото осъзнаване не може да навреди.

Все пак ти не си изцяло изключен от процеса. При Квантовата синхронизация красотата на преживяването е в това, че то изцелява и инициатора, и неговия партньор. (Забележка: Ще наричаме „партньор” лицето, което е обект на КС, а лицето, което извършва КС - „инициатор”) Благодарение на процеса инициаторът лесно преминава във върховно състояние на чисто осъзнаване и става проводник, чрез който съвършената хармония на това фино основно състояние пресъздава или реорганизира материята, премахвайки безредието. При редовно изпълнение състоянието на вътрешно осъзнаване започва да се проявява и външно, като привежда в ред и изцелява всяка наша мисъл, дума и действие. Преживяването умиротворява, преобразява и вдъхновява.

В следващите няколко абзаца ще направя най-общо сравнение на Квантовата синхронизация с други лечебни системи. Правя го за по-голяма яснота и моля да не бъда разбиран погрешно. Не изказвам мнение относно ценността на тези методи. Всеки лечебен метод е ценен и необходим. Достатъчно е да попитаме милионите хора, чието качество на живот се подобрява всекидневно благодарение на тези системи. Просто излагам една по-всеобхватна картина на здравето, която отива отвъд тялото и ума и обхваща всяка област на човешко взаимодействие. Ние сме сериозно ограничени от концептуалните вериги, които сковават умовете ни и отслабват телата ни.

При Квантовата синхронизация
красотата на преживяването е в това,
че то изцелява и инициатора, и неговия
партньор.

Ако искаш да използваш Квантовата синхронизация само за изцеление на физически или емоционални страдания, това е чудесно. Тя обаче не е просто метод за лечение на тялото и ума, а с лекота хармонизира и обогатява всяко човешко начинание, отивайки дори по-нататък. И всичко това става автоматично. Когато методът се прилага редовно, острите ъгли и суровото лице на живота омекват. В резултат ние опознаваме живота като една грижовна, всеобща майка, която ни закриля, обучава и в крайна сметка задоволява всичките ни нужди. Това се случва доста бързо, щом се пробудим от дрямката си, за да приветстваме новия ден с чувство на благоговение и игрива лекота. Квантовата синхронизация е първата играчка, извадена от кутията, и последната, която се

върща там.

Тя обаче не е просто метод за лечение на
тялото и ума, а с лекота хармонизира
и обогатява всяко човешко начинание,
отивайки дори по-нататък.

Ако си играем с КС всекидневно, личните ни несгоди започват да се оправят от само себе си. Нашето изцеление се ускорява. Вече все по-малко се осланяме на външни методи и все по-лесно се обръщаме навътре, за да се превърнем в изпълнени с любов свидетели на живота, който се проявява чрез нас. Подобно на снежна топка, която се търкаля по нанадолнище, ние привличаме изобилието на живота, увеличавайки мимоходом инерцията на здравето и преливащата енергия.

Аз обаче не съм пурист и смятам, че и ти не бива да бъдеш такъв. Квантовата синхронизация има потенциала - подчертавам думата потенциал - да бъде вълшебното средство за проблеми от всякакво естество. Всеки ден сам ще се изненадваш от малките чудеса, които извършваш. Тази опитност ще промени из основи твоя светоглед. Я си представи какво е да установиш връзка със съзидателния източник на целия космос? Нима след това ще се държиш така, сякаш не се е случило нищо особено?

Всеки ден сам ще се изненадваш от
малките чудеса, които извършваш.

Квантовата синхронизация се отличава от другите системи с това, че тя не зависи от лекарствени средства, способи на въздействие или умствена нагласа. Там, където традиционните лечебни системи използват някаква структура, КС се стреми да размие рамките ѝ. Това отваря ума на практикуващия към чистото осъзнаване, което от своя страна прибавя ред към структурата.

Всички лечебни методи си имат своята стойност. С нарастването на осъзнаването на практикуващия нараства и тази стойност. КС, подобно на всеки друг способ за лечение, търпи ограничения, поставени от ума на практикуващия. В един съвършен свят Квантовата синхронизация би била напълно достатъчна да ни осигури идеално здраве и хармония, що се отнася до тялото, ума, взаимоотношенията, работата, духовните стремления, образованието, отдиха и развлеченията. Да, КС може да възстанови хармонията във всички тези области. Лошата новина е, че Квантовата синхронизация, подобно на всички лечебни процедури, е подвластна на ограниченията, от които страда практикуващият. Добрата новина е, че самото практикуване на КС фактически премахва тези ограничения. Казано по-простичко, колкото повече я упражняваш, толкова по-приятен и удовлетворяващ ще бъде твоят живот. А сега отново да насочим вниманието си към основните елементи на метода.

Квантовата синхронизация не си служи с фина енергия. Тя не използва вълнова интерференция и изобщо не се опитва да неутрализира дисхармоничната енергия с помощта на билки или медикаменти, масажи, манипулации, излъчващи енергии, фини енергии или други способности. В това отношение Квантовата синхронизация е уникална и сега ще видим защо.

Лошата новина е, че Квантовата
синхронизация, подобно на всички
лечебни процедури, е подвластна на
ограниченията, от които страда
практикуващият. Добрата новина:
самото практикуване на КС фактически
премахва тези ограничения.

Всяка важна лечебна система, независимо дали става дума за традиционна медицина, биоенерготерапия или нещо по средата, изисква строго обучение и практика под ръководството на квалифициран терапевт, за да може да се прилага по безопасен и ефективен начин. По всяка вероятност въпросната система се е развивала в течение на дълги години по пътя на пробите и грешките, преди да бъде приета като целесъобразна. Повечето лечебни системи все още са в процес на развитие. Те са колкото наука, толкова и изкуство, така че резултатите от тях варират

според майсторството на терапевта. Нужна е голяма предпазливост и внимание към детайла, защото тези системи могат да навредят, ако не се прилагат правилно. Или в най-добрия случай няма да помогнат.

Всичко това изобщо не важи за Квантовата синхронизация поради една проста причина. В крайна сметка инициаторът не върши нищо. Той или тя оставя чистото осъзнаване да свърши цялата работа. Не забравяй, чистото осъзнаване е идеален ред. Ако редът в дадено нещо е нарушен, то ще го възстанови. Инициаторът е необходим единствено за подготвяне на почвата. Той подготвя всичко, а после се отдръпва встрани. Тогава чистото осъзнаване премахва дисхармонията и я заменя с напълно изправно състояние, докато инициаторът наблюдава бездейно, изпаднал във временно блаженство.

Дали е трудно да се усвои Квантовата синхронизация? Напротив, това е също толкова лесно, колкото и мисленето. Тази практика не изисква специални умения и може да се усвои много бързо. В действителност са нужни повече усилия, за да четеш за нея, отколкото за прилагането ѝ на дело. Ако четеш тази книга, значи си способен да усвоиш КС и да я прилагаш. Тогава ще се убедиш от собствен опит във феноменалното целебно въздействие на чистото осъзнаване.

За какво помага Квантовата синхронизация? Тя може да оправи всичко, за което си в състояние да се сетиш. Може да го оправи, но това не означава, че ще го стори. Чистото осъзнаване може да оправи сътвореното от него - тоест абсолютно всичко. Звучи логично, нали? Там е работата, че чистото осъзнаване е факторът, който оправя нещата, а не ние. То не е възпрепятствано от нашите лични нужди, стремежи, предубеждения, надежди, страхове, цели, провали и изобщо всичко останало, което кръжи в черепните ни кутии. Ние, хората, виждаме невероятно мъничък отрязък от онова, което е, било е или ще бъде. Имаме един проблем - въобразяваме си, че прекрасно знаем кое е най-доброто за всяка ситуация. Истината е, че изобщо си нямаме идея. Във всеки момент нашият свят е бушуващо море от причини и следствия. Всяко настоящо следствие е резултат от безкрайни и взаимосвързани причини, които се простират безброй еони назад, чак до онази първа изящна мисъл, създала неизчерпаемия извор на сътворението. Как е възможно да знаем първоначалната предпоставка, породила мисълта, която си мислим именно в този миг? Знаеш ли какво те е накарало да си помислиш тази мисъл, или пък предишната?

В действителност са нужни повече
усилия, за да четеш за КС, отколкото за
прилагането ѝ на дело.
Тя може да оправи всичко, за което си в
състояние да се сетиш.

Толкова ли е трудно да проумеем, че не сме такива господари на съдбата си, каквито си въобразяваме? Представи си един стар ерген, който на младини е потеглил за бакалницата с една минута закъснение, защото е търсел ключовете за колата, оставени не на място. И тъй, пристигайки в магазина само с минута закъснение, той се е разминал с единствената жена, в която би могъл да се влюби. Една минута, дори една секунда, може да промени цял живот. В определени моменти всички сме се отдавали на догадки колко по-различен е щял да бъде животът ни, ако бяхме купили още един лотариен билет или не бяхме станали улични мимове против волята на родителите си. Нима всеки миг от живота ни не е изпълнен със сили извън нашия контрол, които биха могли изцяло да променят бъдещето ни?

Дали да не отдъхнем малко и да си поиграем с една абстрактна идея? Винаги е добре да разширяваме границите на ума си, а когато изследваме нови лечебни парадигми, това е особено полезно. Ако не друго, поне ще дадем на ума си някаква идея, с която да се занимава. Подобно на семе, тя би могла да пусне кълн и да избуи в нещо полезно и в крайна сметка величествено.

Нашият свят е бушуващо море от
причини и следствия...
Една минута, дори една секунда, може да
промени цял живот.

Квантовата физика е изложила няколко обосновани теории за множествени вселени. Според една от теориите, която поддържам и аз, всеки от нас притежава неограничен брой животи. Не е теория, а математически факт, че времето всъщност не тече. То не съществува по начина, по който нормално мислим за него. Нашите умове създават онази последователност, която определяме като време. Другояче казано, времето е човешко творение, което не съществува извън умовете ни. Само нашето ограничено съзнание ни затваря в рамките на едно конкретно време и един живот.

Времето е човешко творение, което
не съществува извън умовете ни.

Твърде е възможно да съществува в паралелен живот такъв, какъвто си, с изключение на някоя незначителна разлика. Например в един живот може да имаш артрит на ставите на пръстите. В друг може да имаш артрит на пръстите и коленете. В трети може изобщо да не страдаш от артрит. Помисли, безброй изражения на самия теб съществуват едновременно. Нямах ли да е великолепно, ако можеше съзнателно да преминаваш от един живот в друг? Твоят жизнен опит щеше да се разшири до безкрай, не-ограничаван от нищо освен от собственото ти съзнание. И ето че стигаме до много интересен въпрос.

Какво обединява тези множествени вселени? Ако всеки твой живот е перла от наниз, коя ще да е нишката, която свързва перлите? Обединяващата нишка на множествените вселени е безпределното цяло, за което говори Бом, скритият ред на чистото осъзнаване. То е порталът, водещ към всеки от животите ти. Може би Квантовата синхронизация предизвиква ефект именно по този начин - като премества твоето съзнание през портала на чистото осъзнаване в някой паралелен живот. Ако в настоящия си живот страдаш от артрит, без капка усилие се гмурваш в чистото осъзнаване и изплуваш в друг живот, където няма и помен от артритата.

Това ми напомня за една от книгите от „Хрониките на Нарния“ на К. С. Луис, в която героите могат да се гмурнат в едно езеро в Англия и да изплуват в света на Нарния. Изглежда, че Луис по пътя на интуицията е стигнал до онова, което квантовата физика нарича множествени вселени.

Аз предпочитам да си представям тази идея като музикален компактдиск. Всяка пътечка на повърхността на диска представлява отделен живот. Лазерният лъч, който чете информацията, се плъзга по диска, освобождавайки музиката на всички животи, затворени в тези пътечки. Лазерният лъч е подобен на нашето съзнание, плъзгащо се по пътечката, която наричаме нашия настоящ живот. Съзнанието ни се движи от раждането към смъртта. Не забравяй обаче, че времето не се движи. Това е факт. Времето е илюзия, породена от съзнателния ни ум. Всички наши животи съществуват едновременно, досущ като пътечките, които се намират на един компактдиск. Какво би станало, ако можехме да накараме лазерния лъч да прескочи към някоя паралелна пътечка, вместо да преминава към всяка следваща пътечка по напълно предсказуем начин? Тогава бихме могли да пуснем записа от паралелната пътечка, нали? Мигновеното изцеление на някое заболяване изглежда като магия, докато не проумееш, че просто си се гмурнал в чистото осъзнаване в един живот и си изплувал в друг, където си свободен от ограничаващата те болест. Имам основателна причина да повдигна този въпрос. Чудесата, които можем да извършим, са ограничени единствено от нашето съзнание. Всеки един от нас страда от ограничения. Това е неизбежно. Ала въоръжени със знанието, което имаме сега, можем да започнем да се изхлузваме от веригите, оковали съзнанието ни, и да заживеем един живот отвъд настоящите си ограничения. Дали лечението на нашия артрит би могло да бъде тъй просто, както прехвърлянето от една пътечка на компактдиск на друга? Да, ако знаеш как да го направиш и ако твоят ум го допуска. В простия процес на Квантовата синхронизация са вградени принципите на сътворението, силата да отвориш съзнанието си за безкрайните възможности, които сътворението ни е предоставило.

Чудесата, които можем да извършим,
са ограничени единствено от нашето
съзнание.

Е, теорията е забавна заигравка, пък и притежава потенциала да разшири настоящите параметри на умовете ни. Важното е обаче, че Квантовата синхронизация оказва ефект, независимо

дали разполагаш с теория, или не. КС оказва ефект, независимо дали вярваш в нея, или не. КС оказва ефект дори ако не разбираш принципа ѝ на действие. Едно дете може да я прилага с чистосърдечно незнание. Всъщност без това чистосърдечие методът няма да е ефикасен.

Не можем да предизвикаме тази промяна в чистото лечебно съзнание със силата на волята си. Можем само да пуснем чистосърдечното си намерение в океана на чистото осъзнаване. Накъде ще ни отнесат теченията на хармонията и изцелението - това е нещо, което не зависи от нас. Можем да имаме желание да изцелим някого, ала желанието ни идва от нашето ограничено аз, тласкано от неспирно бушуващия океан на ума. Това може да е алтруистично желание, породено от съчувствие към едно страдащо същество. Ние обаче няма как да узнаем по какъв начин космическият замисъл ще подкрепи желанието ни. Незнайно е за нас каква безкрайна и заплетена верига от събития е довела до тази очевидна дисхармония. Не можем да знаем и кой начин ще избере той, за да изрази отново хармония. Когато се изпълнява Квантова синхронизация, винаги настъпва промяна в състоянието. Възможно е един-единствен сеанс по КС да задейства сили, които ще отекнат из цялата вселена, преди тази хармония да стане реалност. Всичко, което можем да направим ние като инициатори, е да изразим желанието си да постъпим правилно. В каквата и форма да се прояви, резултатът ще бъде естествен и съвършен израз на чистото осъзнаване. Ние просто приемаме това, което виждаме, водени от разбирането, че не можем да знаем какви сили действат тук или кога ще настъпи проявлението им.

Едно дете може да прилага КС с
чистосърдечно незнание. Всъщност без
това чистосърдечие методът няма да е
ефикасен.

Веднъж имах клиентка, която ме помоли да ѝ помогна за няколко проблема едновременно. Тя имаше главоболие поради синусит, спазъм в раменния мускул, дължащ се на работата ѝ, а освен това беше анемична вследствие на пременопаузални усложнения, продължили шест седмици. Започнах процеса на КС и след няколко минути забелязах едва доловими признаци, че тялото ѝ е получило хармонизиращото въздействие на чистото осъзнаване. Когато я попитах как е, тя ми отговори, че се чувства точно както преди сеанса. Каза ѝ, че процесът е протекъл успешно и че за момента не мога да направя нищо повече за нея. Ясно видях разочарованото ѝ изражение, когато си тръгваше. След около час получих въодушевено обаждане от клиентката. Каза ми, че докато шофирала към дома си, синусите ѝ изведнъж се отпустили и почти се наложило да спре колата, за да се погрижи за своите вече напълно проходими синуси. Около двадесет минути след като се прибрала вкъщи, раменете ѝ се отпуснали и тя се почувствала лека и подвижна. Поздравих я за подобрението и ѝ благодарих, че е отделила време, за да ме осведоми за промените в състоянието си. На следващата сутрин клиентката ми се обади отново, още по-развълнувана. Каза ми, че напълно се е избавила от пременопаузалните симптоми.

Възможно е един-единствен сеанс по КС
да задейства сили, които ще отекнат из
цялата вселена...

По време на сеанса тази клиентка не бе усетила никакви външни признаци, че Квантовата синхронизация е подействала. Аз бях доловил съвсем лека промяна в един мускул в горната част на гърба ѝ. Не знаех до каква степен тя ще изпита облекчение и дали изобщо ще има такава. Безпокойството ми бе спестено, защото бях по-скоро страничен наблюдател. Започнах процеса и после се отдръпнах встрани. Изпитах голяма радост от облекчението на нейните симптоми, не защото то се дължеше на нещо, направено от мен, а по съвсем друга причина. Всяко подобно изцеление е доказателство, че животът е по-всеобхватен от мисълта и по-богат от въображението. Когато започвам процес на Квантова синхронизация, аз се докосвам до нещо по-голямо от мен и узнавам, че то е моят Аз. Изпълвам се с чувство, което не е надежда, а по-скоро знание, че всичко е наред с моя свят. Не изпълнявам КС просто за да подобря живота си. Правя го, за да си припомня, че съвършенството вече съществува, за да набраздя с вълнички езерото на безсмъртието и да наб-

людавам как те с игриво плискане докосват живота на моите спътници в този безкрайно малък отрязък от вселената.

ДЕВЕТА ГЛАВА

ПОДГОТОВКА ЗА ИЗЦЕЛЕНИЕТО

*Душата никога не мисли, без да си създаде
умствена картина.*

Аристотел

*Мисли наляво, мисли надясно, мисли ниско,
мисли високо. О, колко мисли можеш да измислиш,
стига само да опиташ!*

д-р Сюз

Подготовката за изпълнение на Квантова синхронизация не означава събиране на инструменти и оборудване; тя е по-скоро подготовка да не правиш нищо. Тези, които ме познават добре, никак не са изненадани, че именно аз открих и разработих Квантовата синхронизация. Те охотно изтъкват, че през по-голямата част от живота си съм се подготвял да не върша нищо. Колко е хубаво да имаш такива наблюдателни и лоялни приятели!

Искам най-напред сам да си демонстрираш силата на осъзнаването, като предизвикаш забележима промяна в тялото си. Изпълнявайки това удивително упражнение, не само ще се запознаеш с простичките основни принципи на изцелението, но и ще почувстваш радостта и насладата от този вид изцеление. Готов ли сте? Да започваме!

Подготовката за изпълнение на Квантова синхронизация не означава събиране на инструменти и оборудване; тя е по-скоро подготовка да не правиш нищо.

ПРЕЖИВЯВАНЕ 3

УПРАЖНЕНИЕТО С РАСТЯЩИЯ ПРЪСТ

Повдигни ръката си с обърната към теб длан и намери хоризонталната линия или гънка на китката в самата основа на дланта. Намери същата хоризонтална гънка на другата ръка. Постави китките си една до друга, тъй че двете гънки да образуват една линия. А сега внимателно събери дланите и пръстите си, сякаш за молитва.

Погледни двата средни пръста, притиснати един към друг. Те или ще са равни на дължина, или единият ще изглежда по-къс от другия. За целта на упражнението избери по-късия пръст. Ако пръстите са съвсем еднакви, избери произволно десния или левия.

Раздели ръцете си и ги постави на масата или в скута си. Погледни избрания от теб среден пръст и си помисли: „Този пръст ще се удължи”. Не бива да го движиш. Просто го осъзнавай ясно. Без значение е дали ще правиш това с отворени или затворени очи. Гледай пръста или си го представяй мислено. Съсредоточи цялото си осъзнаване само върху този пръст; това е всичко. Изпълнявай упражнението в продължение на една минута. Не е необходимо отново да нареждаш на пръста да се удължи. Веднъж е достатъчно. Трябва само да осигуриш онова, което е нужно за осъществяване на промяната

- *фокусирано осъзнаване*. Въпросният пръст получава твоето неотклонно внимание в продължение на цяла минута.

След изтичането на минутата премери отново дължината на пръстите си, използвайки, както и преди, гънките на китките. Отбележи дължината на двата средни пръста и - але хоп!

- ще видиш, че пръстът, който е получил цялото ти внимание, е по-дълъг. Доста е удивително, като поспреш да се замислиш. (Да, каламбурът е умишлен.) Добре дошъл в прекрасния свят на повишеното осъзнаване. Току-що видя как силата на осъзнаването може да оживи тялото и да го подготви за изцеление отвътре. Но как успя да направиш този вълшебен фокус (или може би трябваше да кажа вълшебен пръст)? Хайде да изясним това.

За основа на упражнението служат намерението и осъзнаването. Първо, ти имаше едничкото намерение късият ти пръст да стане по-дълъг. После съсредоточи цялото си осъзнаване върху този пръст. Това упражнение ни отвежда съвсем близо до Квантовата синхронизация, но още не сме навлезли в нейната територия. Необходимо е да добавиш само един допълнителен елемент - Благочувството* - и ще бъдеш готов да се превърнеш в мощен генератор на лечебна сила.

ДЕСЕТА ГЛАВА

ЧУВСТВА И БЛАГОЧУВСТВА

*Мирът е като пеперуда - преследваш ти я,
винаги ти се изплъзва, но ако седиш спокойно,
може да кацне върху теб.*

Натаниъл Хоторн

Каква е разликата между гнева, гордостта, тревогата, скръбта и останалите чувства, от една страна, и Благочувствата на покой, радост и блаженство, от друга? Простичко казано, чувствата са обусловени, а Благочувствата не са. Чувствата се пораждаат от други чувства, мисли и обстоятелства. Благочувствата възникват директно от чистото осъзнаване. Когато се ядосаш, това се случва поради някаква причина. Например възможно е да се ядосаш на половинката си, защото е оставила отпушена тубичката на пастата за зъби. Може да се натъжиш, защото някой твой близък си е заминал. Може да се разтревожиш, защото не си в състояние да си платиш сметките. Всички чувства се пораждаат поради някакви условия, независимо дали си даваме сметка за това, или не.

Благочувствата (съкратено от благодатни чувства) са безусловни. Те нямат причина за съществуване и не се нуждаят от такава. Те просто са. Например покоят винаги съществува, където и да се намираме. Стига да знаеш как, можеш да намериш покой - досущ като окото на бурята - дори сред емоционален ураган. Когато си самоосъзнат, когато долавяш чистото осъзнаване, каквото и да мислиш или да вършиш, едновременно с това ще изпитваш и покой. Може дори да си дадеш сметка, че той е бил налице през цялото време, само че не си му обръщал внимание. Покоят е твое естествено състояние, когато не си впримчен в емоционалната среда на обичайните си обусловени чувства. Ако не си запознат с чистото осъзнаване, последното твърдение може да ти се стори невероятно. Но след като усвоиш Квантовата синхронизация, няма да го намираш за чудно. Процесът на КС по естествен и непринуден начин ще отведе обичайното ти осъзнаване към чистото осъзнаване и към Благочувствата, които проблясват в най-неуловимите кътчета точно отвъд пределите на ума ти.

Благочувствата възникват директно
от чистото осъзнаване.

Обусловените чувства са творения на ума, уловени в потока на времето. Те обслужват потребностите на егото да разделя и владее. Всички обусловени чувства си имат своите противоположности, например тъгата е противоположна на щастието, а самотността - на любовта. И те винаги са свързани с миналото или с бъдещето. Благочувствата нямат противоположност. Те са неземни мелодии на чистото осъзнаване, които нежно се плискат в уединените брегове на умовете ни. Вечно звучащи, но рядко забелязвани, те са първите едва доловими изражения на вечността,

която представляваме.

Изначалното Благочувство покой може да бъде познато и като тишина или безмълвие, радост, блаженство или безусловна любов, екстаз и благоговение пред всеобщото единство. Всяко Благочувство съдържа в себе си всички останали. В покоя има тишина. Ако си достатъчно наблюдателен, ще съзреш, че в него се съдържа и радост. Ако си напълно притихнал, ще откриеш в покоя и невинността на безграничната любов, готова да те вземе в изящните си обятия.

Въпреки че Благочувствата съществуват самостоятелно, те могат да предизвикат обусловени чувства в ума. Например когато изпитваш чиста радост, тя може да породи в ума ти чувство на удоволствие или щастие. От ъгълчето на ума Благочувството се възприема като щастие. В дадения случай обусловеното чувство на „щастие“ все още е имало нужда от причина за съществуването си. Тази причина е била Благочувството радост. Обусловените чувства като гняв и похот могат да породят други обусловени чувства, но никога не могат да породят Благочувства.

Стига да знаеш как, можеш да намериш
покой - досущ като окото на бурята -
дори сред емоционален ураган.

Това е особено важен момент. Трябва да правим разлика между чувствата, възникнали в ума, за да задоволят потребността на егото от разногласие, и Благочувствата, които подкрепят безкрайната хармония и покой. В противен случай ще останем приковани към шеметната въртележка на емоционалните бури, които са довели нашия свят до прага на унищожението. Щом веднъж проумеем този проблем, ще бъде лесно да го отстраним. Преживей най-напред универсалната хармония на покоя, радостта и любовта, и остави изцелението да дойде спонтанно отвътре.

Ако умът е електрическа крушка, то тогава чистото осъзнаване би било електричеството, което я кара да свети. Благочувствата са светлината, произведена от електричеството, което минава през жичката. Обусловените чувства са изменения в стъклото на крушката, като например оцветяване или нещо отпечатано (60 W), или дефекти от рода на мехурчета и неравности. Ако отидем още по-далеч в това сравнение, леката депресия може да оцвети стъклото на твоята крушка в синьо, гневът да я направи червена и тъй нататък. Но дори когато стъклото на крушката е синьо, светлината в нея все още е ясна и чиста. Тя не става синя, докато не премине през синьото стъкло на крушката. Благочувствата винаги са ясни и чисти и дори когато сме унили или гневни, те все още са налице. Ако се отъждествим с нашата „синевина“, ще пропуснем чистотата на покоя, който винаги е вътре.

Ако умът е електрическа крушка, то
тогава чистото осъзнаване би било
електричеството, което я кара да свети.

Не бива да прекаляваме с тази аналогия, но можем да я използваме, за да изтъкнем друг важен момент. Когато виждаме унили, гневни, сърдити, неприятни хора, ние сме склонни да се съсредоточаваме върху цвета, който излъчват. Фокусираме се върху емоцията и не забелязваме чистотата, скрита зад нея. Когато извършваме Квантова синхронизация, като част от този процес осъзнаваме и Благочувствата. Те ускоряват изцелението. Докато практикуваме КС, с течение на времето все по-добре опознаваме първичната чистота, предшестваша възникването на мисълта или действието. Това знание бързо се прелива във всекидневния ни живот и ние започваме спонтанно да долавяме покоя, радостта и безпределната любов, скрити зад поведението.

Тъй като познаваме чистото осъзнаване у себе си и го долавяме у другите, по-малко се влияем от чуждото негативно поведение. Това ни дава свободата да се наслаждаваме на онова Благочувство, което в дадения момент се отразява в нашия ум, независимо дали е покой, радост, блаженство или безпределна любов. Ставаме по-толерантни и внимателни не само към другите, но и към себе си. Приемането на собствените ни привидни несъвършенства и на поведенията, които те поражда, дава прекрасно усещане за свобода и ни помага да живеем всеки ден в мир.

ЕДИНАЙСТА ГЛАВА

ТРИТЕ ЕЛЕМЕНТА НА НАМЕРЕНИЕТО НА КС

Този, които избира началото на пътя,
избира крайната му цел.

Хари Емерсън Фосдик

Главният компонент, така да се каже, на КС е чистото осъзнаване. Отразявайки се в твоя ум, то поражда втория компонент - някакво Благочувство. Има още една съставна част, която трябва да разгледаме, за да се запознаем с Трите стъпки на Квантовата синхронизация. Този последен компонент е намерението.

Намерението дава насока на чистото осъзнаване. То уведомява безформеното каква форма желаем да възприеме. Когато си купуваш храна от автокафе, оставяш поръчката си на дъската с менюто, изминаваш с колата краткото разстояние до прозорчето за обслужване и си взимаш поръчаното. Онова, което става вътре в заведението, никак не те засяга. Същото до голяма степен важи за КС. Просто даваш поръчката си за изцеление, предприемаш кратко пътуване в чистото осъзнаване и резултатите те чакат, когато пристигнеш при прозорчето на живота. Да, съгласен съм, сравнението е плоско, но според мен обяснява идеята по много убедителен начин. Намерението е онази част, където оставяш поръчката си. Има ли нещо по-просто от това?

Намерението дава насока на чистото
осъзнаване.

Всевъзможни намерения съществуват на тоя свят. Някои са простички, а други са извънредно сложни и заплетени. За нашите цели простото е за предпочитане. Намерението на КС се състои от три елемента. Всеки започва с Р (Present, Precise, Positive), което улеснява запомнянето.

Трите елемента на намерението на Квантовата синхронизация са:

- Настояще
- Прецизност
- Положителност

„Настояще” означава веднага, в този момент. „Прецизност” означава да определиш точно какво изцеляваш, а „положителност” означава да подходиш към заболяването така, сякаш вече е излекувано. Отрицателното намерение би възприело позиция на противопоставяне, например премахване на болка или борба с ракови клетки. При процеса на КС не е нужно да се изпълваме с отрицателно намерение. То даже е неефективно.

Ние не водим битка с болката или каквото и да било. Болката не е враг, а отклонение от правилния път. Тя е като непослушно дете, което се нуждае от любов и напътствие. Намерението на КС в известен смисъл напомня покана. Ние отправяме покана към чистото осъзнаване да бъде почетен гост в дома на нашето тяло/ум. В замяна на това чистото осъзнаване излъчва любов към нашите непослушни болки и проблеми. Всяка дисхармония постепенно се разтваря в любящата му прегръдка.

Просто даваш поръчката си за
изцеление...

А сега да разгледаме намерението на Квантовата синхронизация. Ако искаш навехнат глезен да оздравее, намерението ти би могло да се формулира така: Нормално функциониращ глезен, свободен от болка и подуване. Обърни внимание най-напред колко просто и ясно е това намерение. Друго не ни е необходимо. Простичкото намерение е достатъчно, за да даде на чистото осъзнаване базата данни, необходими за изцелението. То определя глезена (прецизност) като вече изцелен

(положителност) в този момент (настояще). Както ще откриеш, трябва само да се фокусираш върху крайния резултат и осъзнаването ще свърши цялата работа. Това наистина е наръчник на мързеливеца. А сега да преминем към последната и най-важна съставка на изцелението в тристепенния процес на Квантовата синхронизация - чистото осъзнаване.

ДВАНАЙСЕТА ГЛАВА

ДА ОТКРИЕШ ЧИСТОТО ОСЪЗНАВАНЕ

Осъзнаването е изначално; то е първичното състояние, без начало, без край, без причина, без опора, без части, без изменение.

Нисаргадата

Осъзнаването не е селективно. То е абсолютното пространство, в което се случва всичко.

Карл Ренц

Квантовата синхронизация е толкова несложна и при все това забележително ефективна поради обстоятелството, че тя черпи от безграничния целебен ред на чистото осъзнаване. От само себе си се разбира, че инициаторът на процеса на КС трябва да е наясно какво представлява чистото осъзнаване и как да се свърже с него, или - по-точно - как да го осъзнае. През годините доста мастило се е проляло заради чистото осъзнаване. Повечето хора, които са писали за него, твърдят, че то се постига много трудно. Казват, че са нужни дълги години на обучение и практика, за да го овладееш.

Аз пък казвам, че не е възможно да се постигне и че никога няма да го овладееш. Това е така, понеже вече го имаш. Не можеш да получиш нещо, което вече притежаваш. Това е не трудно, а направо невъзможно. Навярно по тази причина за мнозина от нас е било твърде мъчно да проумеят чистото осъзнаване. Смятаме, че то е нещо, което може да се разгадае, да се схване с ума. Но тъй като чистото осъзнаване по същество е нищо, ние не можем да го уловим нито с ръка, нито с помощта на ума си. Дори не можем да го преживеем чрез собствен опит. Това също е важно да се отбележи.

Не можеш да получиш нещо, което вече притежаваш. Това е не трудно, а направо невъзможно.

Можеш да опознаеш чистото осъзнаване само чрез липсата на опит - по същия начин, както откри пролуката между мислите си. Това бе липса на преживяване, която ти забеляза едва когато започна да мислиш отново. Умът не обича „нищото”. Той иска да си играе с идеи или с всичко друго, което привлича вниманието му. Ето защо той до такава степен усложнява намирането на чистото осъзнаване. Просто е принуден да го стори. Умът не може да познае „нищото”, затова трябва да изгради философия, чрез която да го определи, и усложнена техника, чрез която да го открие. После се отдава на обусловени чувства като самодоволство и гордост, опитвайки се да се убеди, че е постигнал успех. Разбира се, всичко това е обречено на провал.

Чистото осъзнаване не може да бъде доловено чрез полагане на усилия. Точно обратното. Номерът е да занимаваш ума с нещо друго и после да му посочиш, че осъзнаването си е било налице през цялото време. Точно това направихме, когато открихме интервала между мислите. Сега отново ще постъпим така, но щом приключим, ти ще можеш незабавно да откриваш чистото осъзнаване, когато си поискаш.

Чистото осъзнаване не може да бъде доловено чрез полагане на усилия. Точно обратното.

Ще използваме процес, който е много ефективен, но малко по-дълъг от лесното упражнение за спиране на мислите, което направи в пета глава. Ще трябва да си намериш удобен стол на място, където няма да те безпокоят в продължение на поне 20 минути. Първите няколко пъти не бива да изпълняваш упражнението в легнало положение. Умът е по-бдителен, когато тялото е във вертикална позиция.

Техниката на чистото осъзнаване може да се изпълни по няколко начина. Можеш да си свалиш безплатен запис от моя уебсайт: <http://www.quantumentraining.com/> (паролата ти е qe31). Записът е във формат МРЗ, тъй че можеш да го слушаш на компютъра си, на МРЗ плейър, или да си направиш копие на компактдиск. Вторият вариант е да запишеш изложения по-долу текст със звукозаписващо устройство, четейки го на глас, и после да го прослушаш, когато си готов за преживяването. Трети начин да преминеш през процеса е да помолиш някой друг да ти прочете текста. Но щом той започне да чете, между теб и него не бива да има комуникация. В края на четенето трябва да помълчите две-три минути, преди ти да отвориш очи. На този етап не бива да комуникираш с четеца, докато не доловиш чистото осъзнаване с отворени очи. И най-сетне, като последна мярка, може да изчетеш инструкциите от край до край няколко пъти и после да направиш упражнението по памет. Този метод ще свърши добра работа, но не е изключено да са ти нужни няколко опита, преди да започнеш да усещаш чистото осъзнаване спонтанно.

Не се тревожи, аз съм готов да ти се притека на помощ. Ако имаш някакви въпроси или опасения, можеш да се свържеш с мен чрез страницата „contact Frank” на сайта <http://www.quantumentraining.com/>. Когато отвориш сайта, посети блога за КС. Линкът се намира на началната страница на уебсайта. Там ще намериш информация и коментари от други практикуващи КС и ще можеш дори да споделиш собствените си мисли. По един или друг начин бързо ще опознаеш чистото осъзнаване. По всяка вероятност сведенията, които ще намериш между кориците на тази книга, ще ти бъдат достатъчни. Но ако се нуждаеш от още напътствия, аз съм на твоите услуги. А сега да се захванем да открием чистото осъзнаване.

ПРЕЖИВЯВАНЕ 4

ТЕХНИКАТА НА ЧИСТОТО ОСЪЗНАВАНЕ!

Седни удобно на стола си, без да кръстосваш ръце. Затвори очи и осъзнай дясната си ръка. Не я движи. Просто я осъзнавай. Насочи цялото си внимание към това, което усещаш в дясната си ръка. Виж дали можеш да почувстваш пулса си или някакво мускулно напрежение. Усещаш ли някакъв дискомфорт или болка? Можеш ли да доловиш някакво по-общо усещане като топлина или студ, релаксация или изтръпване?

(Изпълнявай това в продължение на 30 секунди.)

- Сега осъзнай лявата си ръка по същия начин. (15 секунди.)
- Сега осъзнай двете ръце едновременно. (10 секунди.)
- Осъзнай едновременно двете китки.

(За всяка част на тялото оттук нататък са нужни по 2-3 секунди.)

- Двете предмишници.
- Лактите.
- Горната част на ръцете.
- Раменете.
- Осъзнай едновременно двете ръце от върха на пръстите до раменете.
- Осъзнай областта в горната част на гърба.

- А сега средната и долната част.
- Целия гръб.
- Двете ти страни, от мишниците до хълбоците.
- Осъзнай гръдния си кош.
- Коремната област.
- Таза. Осъзнай цялата област на таза.
- Осъзнай хълбоците си.
- Бедрата.
- Коленете.
- Прасците.
- Глезените.
- Осъзнай петите си.
- Стъпалата.
- Пръстите на краката.
- Осъзнай едновременно палците на краката си.
- Вторите пръсти.
- Третите пръсти.
- Четвъртите пръсти.
- Малките пръсти на краката.
- Осъзнай краката си, ръцете и торса.
- Сега осъзнай врата си.
- Брадичката.
- Челюстта.
- Дясното си ухо.
- Лявото ухо.
- Горната устна.
- Долната устна.
- Осъзнай линията, която разделя устните ти.
- Осъзнай дясната си ноздра.
- Лявата ноздра.
- Върха на носа.
- Целия нос.
- Осъзнай десния си клепач.
- Левия клепач.
- Дясното око.
- Лявото око.
- Дясната вежда.
- Лявата вежда.
- Междувеждието. Осъзнай междувеждието.
- Челото.
- Задната част на главата.

- Горната част на главата.
- Цялата глава.
- Осъзнай цялото си тяло. Усети го. (10 секунди.)
- Сега осъзнай пространството на приблизително 30 сантиметра около твоето тяло, подобно на овал или яйце, което обгражда цялото ти тяло. (10 секунди.)
- Сега остави осъзнаването ти да се разпрости по-далече от тялото ти. (5-6 секунди. Оттук нататък трябва да задържаме всеки обект в ума си за не повече от 5 или 6 секунди.)
- Усети как осъзнаването ти изпълва цялата стая.
- Сега се разпрости отвъд пределите на стаята и усети как осъзнаването ти изпълва цялата сграда.
- Разпрости се над сградата, осъзнай някаква област около нея.
- Простирайки се все по-бързо нагоре, осъзнай целия град.
- Простирайки се с още по-голяма бързина, осъзнай областта около града, околната територия и съседните градове.
- Осъзнай целия щат и съседните щати.
- Цяла Северна Америка.
- Цялото западно полукълбо.
- Цялата земя. Осъзнай цялата земя, която се върти безшумно и мощно около оста си.
- Докато осъзнаването ти продължава да се разширява, земята все повече се смаява, а луната се превръща в сребърна точица.
- Земята става все по-малка и по-малка, докато се превърне в проблясваща светлинка с размерите на звезда в небето.
- Осъзнаването ти все повече се разширява и слънцето безшумно пробягва покрай теб.
- То все повече се смаява, докато добие размера на останалите звезди в небето.
- Ти осъзнаваш милионите, милиарди, трилиони други звезди, обсипали небосвода. Всички те са в обсега на осъзнаването ти.
- Осъзнаването ти все повече се разширява и звездите образуват нашата галактика, която безшумно и мощно се върти около оста си.
- Ала твоето осъзнаване се разширява неспирно, а галактиката ни все повече се смаява, докато добие размера на звезда в небето.
- Тя се изгубва сред милионите, милиарди, трилиони други галактики в небето.
- Докато осъзнаването ти се разгръща, всички галактики, цялото творение приема формата на овал или яйце, поддържано от твоето осъзнаване.
- Цялото мироздание се съдържа в това едно-единствено сияйно космическо яйце в твоето осъзнаване.
- Осъзнаването ти продължава да се разширява, а космическото яйце все повече се смаява.
- То добива големината на грейпфрут.
- После големината на портокал.
- Големината на лимон.
- Големината на грахово зърно.
- Големината на една-единствена проблясваща звезда в небето.
- Докато осъзнаването ти продължава да се разширява, цялото творение става колкото искряща точица светлина, увиснала в твоето безпределно осъзнаване.

- После цялото творение - тази мъничка точица - угасва. (30 секунди.)
- А сега отново осъзнай цялото си тяло. (15 секунди.)
- Усети, че седиш в тази стая, изпълнена с твоето осъзнаване. Всичко в стаята се намира в осъзнаването ти. (15 секунди.)
- Осъзнай, че цялото творение е в твоето осъзнаване. (15 секунди.)
- Усети отново цялото си тяло, разположено в твоето осъзнаване.
- А сега отдели 2-3 минути, през които да поседиш спокойно, преди да отвориш очи. Поддържай състоянието на разширено осъзнаване, докато се приготвяш да отвориш очи. (1 минута.)
- Не бързай. Дай си време да изплуваш, усещайки с лекота осъзнаването си, което изпълва цялата стая. (1 минута.)
- С все още затворени очи, бавно размърдай пръстите на ръцете и краката си или се протегни леко. Усещай осъзнаването, с което са пропити цялото ти тяло и стаята. (30 секунди.)
- Сега бавно отвори очи, като си даваш сметка, че твоето осъзнаване изпълва цялата стая. (10-15 секунди.)
- (С отворени очи.) Усещаш ли все още как твоето осъзнаване изпълва цялата стая? Погледни някой предмет. Усещаш ли осъзнаването си, простиращо се между теб и предмета? То винаги си е било там. Ти едва сега започваш да го усещаш извън себе си.
- Как се чувстваш? (5-7 секунди.)
- Изпитваш ли спокойствие или умиротворение? Лекота или блаженство? (5-7 секунди.)
- Усещането за покой и лекота, което изпитваш, е Благодрувство. То е отражение на чистото осъзнаване в твоя ум. Независимо дали се проявява като радост, мир или вътрешна тишина, то е резултат от това, че си усетил чистото осъзнаване.
- Усещаш ли как твоето осъзнаване изпълва стаята в този момент? (3-5 секунди.)
- Виж, то още си е там. Винаги е налице и сега ще можеш да го долавяш всеки път, когато пожелаеш. Опитай пак. Усети осъзнаването си в цялата стая. (3-5 секунди.)
- Сега го усети в цялото си тяло. (3-5 секунди.)
- То се намира и там! Чистото осъзнаване е навсякъде. То е като палтото, което забравяш, че си облякъл. Нужно е само да си помислиш за него и ще си дадеш сметка, че е с теб и те топли. Когато и да си помислиш за чистото осъзнаване, тоест когато и да си дадеш сметка за него, ще откриеш, че то те очаква. Където и да си, то е там. Това е като да си малко дете на грижовна майка. Щом детето се затъжи за майка си, достатъчно е само да се огледа и ще види, че тя бди над него.
- Хайде, бди ли мама? Усети как твоето осъзнаване изпълва цялата стая, тялото ти и мирозданието. (5-7 секунди.)
- Съвсем не беше трудно, нали? Нали не се наложи да полагаш усилия, за да откриеш осъзнаването? Ти просто усети, че то е там. Не ти е нужна техника за откриване на чистото осъзнаване, само за да го изгубиш пак, щом прекратиш техниката. Ще го усещаш винаги и без грам усилие. Не е ли страхотно.
- Добре, има още нещо. Затвори очи отново и усети осъзнаването си, изпълващо стаята. (15 секунди.)
- Сега насочи вниманието си към Благодрувството, което изпитваш. Просто определи дали изпитваш покой, вътрешна тишина, умиротворение, блаженство и прочие. Открий Благодрувството и го наблюдавай известно време. (8-10 секунди.)
- Хубаво е, нали? А сега отвори очи. Усети осъзнаването навсякъде около теб и пак

определи Благочувството, този път с отворени очи. Може да е същото, може и да е друго - няма значение. Просто обърни внимание какво Благочувство изпитваш точно в този момент. (8-10 секунди.)

Докато се подготвяш за провеждане на изцеление с Квантова синхронизация, бих искал от време на време в течение на деня да усещаш чистото осъзнаване и Благочувството, свързано с него в дадения момент. Първите няколко пъти може би ще трябва да предприемаш това в спокойна обстановка и със затворени очи. Но след известно време ще можеш да усещаш Благочувството дори сред натоварено улично движение. Не забравяй най-напред да усещаш чистото осъзнаване. После, докато го наблюдаваш или долавяш, твоето Благочувство ще изгрее с лекота. При все че усещането на чистото осъзнаване не изисква усилия, умът се нуждае от известно време, за да свикне с едно приятно чувство, което не е свързано с някаква дейност. Благочувството е най-фината умствена активност и на твоя иначе твърде деен ум са му нужни няколко опита, докато свикне да се задържа на това спокойно ниво.

Добре, стига толкова засега. Радвам се, че прояви интерес. Вече си сред новопробудените, тъй че се наслаждавай докрай на новото си осъзнаване и на радостта, която то ще ти донесе.

ТРИНАЙСЕТА ГЛАВА

ИЗЦЕЛЕНИЕ В ТРИ СТЬПКИ

*Чудесата не се случват в противоречие
природата, а само с онова, което
ни е известно в нея.*

Св. Августин

*Има само два начина да изживееш живота си.
Единият е да живееш така, като че ли не
съществуват чудеса, а другият - сякаш всяко
нещо е чудо.*

Алберт Айнщайн

Да лекуваш с Квантова синхронизация означава да разбереш, че всъщност не лекуваш. Ти не пораждаш положителна енергия, за да превъзмогнеш отрицателната. Не призоваваш други сили, не изричаш формули, за да се изпълни молбата ти. Просто създаваш атмосфера, в която да се осъществи изцелението. Квантовата синхронизация е установяване на връзка с полето - по липса на по-подходяща дума - на свършения ред. Там ти не вършиш нищо, а всичко бива извършено вместо теб. За по-голямо удобство ще употребявам изразите „ти изцеляваш” или „аз изцелих”, но това не е съвсем вярно. Подготвяйки се за изцеляване, трябва да възприемем правилна позиция, за да постигнем успех. Когато казвам, че не ние извършваме изцелението, не изразявам възглед или философия, а посочвам най-обикновен факт, базиран на наблюдения. Целебното присъствие не е някаква чужда сила извън теб; то е самата ти същност, чистото осъзнаване - нищо повече и нищо по-малко.

**Квантовата синхронизация е
установяване на връзка с полето на
свършения ред.**

Ще останеш поразен от силата на осъзнаването си. Ала знай, че тази сила не е твое при-тежание. Ти самият си силата. Скоро ще се убедиш от собствен опит. Ще преминеш с лекота границите, които през изминалите десетилетия си създал с педантично усърдие, за да определиш своя малък аз. Тези граници са стеснили осъзнаването ти до мисли и неща, чиято цел е била да

усият представата за „теб”. Всичко това ще отпадне още първия път, когато изпиташ Квантовата синхронизация.

Ще останеш поразен от силата на осъзнаването си. Ала знай, че тази сила не е твое притежание. Ти самият си силата.

А сега да запретнем ръкави и да се приготвим за лечебен акт. Нека да започнем с някой лесен случай. Да кажем, че някой приятел те е помолил за помощ относно болка в лявото рамо и мускулно напрежение в горната част на гърба и врата. При КС не е необходимо да се знае причината за състоянието. Изцелението автоматично ще се осъществи на каузално ниво. Като инициатор на Квантова синхронизация трябва само да знаеш какъв е желаният резултат. Очевидно твоят партньор желае да получи облекчение от болката в рамото и мускулното напрежение. Това се подразбира. Такова е и твоето намерение. И тъй, заявеното намерение за въпросното състояние би могло да гласи: освобождение от болката в лявото рамо и напрежението в горната част на гърба и врата. Виждаш ли трите елемента на намерението - настояще, прецизност и положителност, - които действат тук? Виждаш ли колко просто е намерението? Това е всичко, от което се нуждаеш.

ПОДГОТОВКА ЗА ИЗЦЕЛЕНИЕ

Преди да започнеш, накарай партньора си да раздвижи рамото така, че да се изостри болката, която той иска да бъде отстранена. Накарай го да ти покаже доколко диапазонът на движенията му е ограничен и изобщо всичко, което демонстрира по какъв начин тялото му е засегнато от проблема. После го помоли да степенува сериозността на проблема по скалата от 1 до 10, като 10 означава „непоносимо”, и си отбележи посоченото число. Създай си навика да провеждаш тестове преди и след сеанса. Това ще ти дава ценна обратна връзка от клиента, особено в началото, когато още привикваш към процеса на КС. Ако си лекар, използвай онези тестове, с които би си послужил при традиционно лечение. Например един мануален терапевт би могъл да използва ортопедични и неврологични тестове, палпация и дори рентген, за да определи обективно проблема и да установи подобрението.

**Създай си навика да провеждаш тестове
преди и след сеанса.**

Отдели няколко секунди, за да формулираш ясно намерението в ума си. В дадения случай ще използваме формулировката „освобождение от болката в лявото рамо и напрежението в горната част на гърба и врата”. Достатъчно е да си помислиш намерението еднократно. Чистото осъзнаване не е глухо. То ще разбере какво искаш. Вече сме готови да започваме.

ТРИАНГУЛАЦИЯ: ПРОЦЕСЪТ НА КС В ТРИ СТЬПКИ

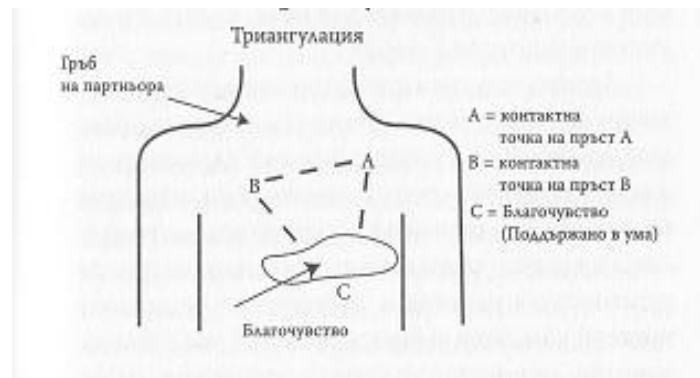
(Вж. фиг. 5: Триангулация на гърба на партньора.) Би трябвало да е лесно да намериш на рамото, врата или горната част на гърба на партньора някой мускул, който е напрегнат или болезнен при допир. Постави върха на показалеца си (контактна точка А) върху напрегнатия мускул. Натисни силно, тъй че да усетиш колко е твърд или обтегнат. После се отпусни и остави пръста да почива леко върху този мускул. Сега постави леко показалеца на другата ръка (контактна точка В) върху кой да е друг мускул. Не е нужно той да е напрегнат или болезнен. Просто избири някой мускул произволно и сложи пръста си там.

Сега съсредоточи цялото си внимание върху първия пръст (контактна точка А) и ясно осъзнай какво чувстваш. Без да бързаш, усети топлината от мускула под върха на пръста ти, текстурата на кожата или дрехата, напрежението на мускула, който оказва обратен натиск върху пръста ти и тъй нататък. Осъзнай всичко, което можеш да почувстваш на мястото, където се срещат твоят пръст и мускулът.

Следващият етап е да насочиш цялото си внимание към върха на втория пръст (контактна точка В), точно както постъпи с първия. Сега осъзнай ясно какво усещат двата ти пръста *едновременно*. Поддържай това осъзнаване в продължение на няколко секунди. После, докато

едновременно задържаш вниманието си върху двата пръста, ще забележиш една друга част от теб, която просто наблюдава разгръщането на целия процес. Ти, твоето осъзнаване, усещаш двата пръста. Засега осъзнаваш контактна точка А, контактна точка В и факта, че осъзнаваш и двете едновременно. Не е важно дали осъзнаваш ясно този феномен - той се случва по естествен начин, без усилие.

Фигура 5 Триангулация



Докато поддържаш осъзнаването на двете точки, не прави нищо. Точно така, просто обръщай внимание на усещанията във върховете на двата си пръста - това е всичко. Ако обръщаш внимание на двата контактни пръста едновременно и игнорираш всичко останало, скоро ще започнеш да изпитваш спокойствие, вътрешна тишина или дори умиротворение. Това е Благочувство, породено от твоето разширено осъзнаване. На този етап осъзнай Благочувството, докато осъзнаваш и контактните точки А и В.

Сега имаш три точки на осъзнаване - А, В и Благочувството. Поддържането на тези три точки в твоето осъзнаване се нарича „триангулация”. Продължавай да обръщаш внимание на трите точки, докато не усетиш промяна в тялото на партньора, най-вече в неговите мускули. (Когато си още начинаещ с КС, това може да отнеме няколко минути.) Промяната може да бъде омекване или разхлабване на мускулите под пръстите ти. Или пък да усетиш, че пръстите ти се отпускат и сякаш се разтварят в мускулите. Или да почувстваш, че у партньора ти настъпва обща релаксация. Може раменете му да се отпуснат, може той да въздъхне или да си поеме дълбоко дъх. Ако стоите прави, може да забележиш, че партньорът ти се олюлява или че коленете му леко се огъват.

Всички тези промени са признаци, че в тялото му започва изцеление. То се реорганизира, за да премахне болката и напрежението. След като забележиш някой от признаците, продължи с триангулацията, задържайки вниманието си върху двете контактни точки и Благочувството още известно време. После отдръпни пръстите си. Поздравления, току-що завърши първия си сеанс по Квантова синхронизация. Само с помощта на два пръста и на Благочувството премахна страданието на партньора си!

А какво прави твоят партньор, докато трае лечебният акт? Не прави абсолютно нищо. Често ме питат дали е нужно партньорите да релаксират, да медитират или да повтарят намерението от своя страна. Не, не трябва да правят нищо. Не трябва да се опитват да помагат по какъвто и да е начин. Ако се намесят, това може само да забави или да възпрепятства твоите действия. Причината е, че докато техният ум се занимава с други грижи, той не е толкова открит за оздравителното въздействие на КС. Един ум в неутрално състояние ще се гмурне леко и естествено в целебните води на чистото осъзнаване.

Осигурявай удобство на партньорите си. Ако желаят, могат да затворят очи, но друга подготовка от тяхна страна не е нужна. Ако искат да ти съдействат по някакъв начин, можеш да им кажеш, че най-доброто, което могат да направят, е да оставят ума си да блуждае безцелно. Квантовата синхронизация е много ефикасна дори при особено тежки обстоятелства. Твоят партньор може да изпитва големи физически или емоционални страдания. Може да се наложи да

изпълняваш КС в кабинет за спешна помощ, в претъпкан търговски център или в каквато и да е неудобна и тревожна обстановка, и въпреки това изцелението ще се осъществи. Затова не бива да мислиш, че подобни обстоятелства те ограничават. Но все пак, при наличие на избор, винаги е за предпочитане да разполагаш със спокойна обстановка и податлив партньор.

СЕАНС ПО КС НАКРАТКО

- Партньорът описва страданието.
- Предварителен тест.
- Намисляне на намерение.
- Осъзнаване на контактна точка А (твърд или болезнен мускул).
- Осъзнаване на контактна точка В.
- Осъзнаване на точки А и В едновременно.
- Изчакване да се появи Благочувство.
- Едновременно осъзнаване на А, В и Благочувството.
- Мускулът под контактна точка А се отпуска (или настъпват други признаци на релаксация).
- Тест след завършване на сеанса.

ЧЕТИРИНДЕСЕТА ГЛАВА

КАКВО ДА ПРАВИМ САЕД СЕАНС ПО КС

*Това бе любов от пръв поглед,
любов вечна - едно непознато, неочаквано чувство,
доколкото можеше да го осъзнае;
то го завладя изцяло и той проумя с радостно
удивление, че ще е за цял живот.*

Томас Ман

Нека да те попитам сега - когато приключи сеанса по КС, почувства ли се спокоен и умиротворен? Квантовата синхронизация изцелява не само лекувания, но и лечителя. Както ти, така и твоят партньор би трябвало да се чувствате по-релаксирани и малко по-спокойни, независимо от въодушевлението, което единият или другият от вас може да изпитва. Релаксацията е реакцията на тялото спрямо целебното присъствие на чистото осъзнаване. Покоят е отражението на чистото осъзнаване в ума.

Създай уютни условия за партньора си. Съприкосновението с Квантовата синхронизация може да е малко дезориентиращо за някои хора. Не е изключено внезапният прилив на чистото осъзнаване да ги отвлече за кратко от този свят. След това може да им е необходимо известно време, докато умът и тялото им се преориентират към настоящия момент. Ако това се случи, то обикновено трае само няколко минути. Остави ги на мира, докато са готови да се върнат в обичайното си състояние.

Квантовата синхронизация изцелява
не само лекувания, но и лечителя.

Понякога, особено след продължителен сеанс по Квантова синхронизация, партньорът може да има нужда от повече време, за да се приспособи към новото си тяло, или да почувства пристъп на умора или такава релаксация, че да няма желание да се движи. Доколкото е възможно при наличните обстоятелства, осигури на партньора си почивката, от която се нуждае. Това означава, че се е освободил/а от голям товар от физически и емоционален стрес и почивката е най-

целесъобразният начин за осъществяване на този преход. Все пак тя е универсален лечител, а чистото осъзнаване е възможно най-дълбоката почивка. Ако партньорът няма възможност да почива в момента, предложи му/й да си легне рано същата вечер. На сутринта ще се събуди с бодрост и енергия в един прекрасен нов свят.

Почивката е универсален лечител, а
чистото осъзнаване е възможно
най-дълбоката почивка.

Най-подходящият момент за провеждане на постексперименталния тест е веднага щом сеансът по Квантова синхронизация приключи и партньорът се стабилизира. Накарай го/я да извърши същите действия, както преди сеанса, и да степенува състоянието си по скалата от 1 до 10. В изложениия тук случай, това означава партньорът да направи същите движения с рамото и отново да посочи степента на болката и мускулното напрежение. В ранните етапи от усвояването на КС това е необходима обратна връзка за теб. Добре е и за партньора да получи по-обективна представа за изцелението, което се е извършило в тялото му.

КС изцелява толкова бързо и лесно, че на пръв поглед сякаш нищо не се е случило. За мнозина партньори тестът след приключване на сеанса е същинско откровение. Никога не ми омръзва да наблюдавам лицата им, докато се подлагат на теста и установяват, че някакви болки или ограничения, от които са страдали 30 години, са премахнати за 30 секунди.

КС изцелява толкова бързо и лесно, че на
пръв поглед сякаш нищо не се е случило.

КС винаги дава резултат, но не винаги по желания от теб начин. Това е така, защото чистото осъзнаване е наясно с общата картина и знае точно как трябва да се извърши изцелението. Непосредствено след сеанс по КС почти винаги се наблюдава значително облекчение на симптомите. Ако проблемът не се отстрани напълно от самото начало, значи на тялото ще му е нужно известно време, за да се приспособи. Процесът на изцеление ще продължи през следващите ден-два; възможно е ефектът да се забележи чак след седмици. Нерядко ми се случва да проведа сеанс върху някой участник в семинар на сутринта и тестът непосредствено след сеанса да отбележи само леко подобрение. До обедната почивка обаче болката изчезва напълно. Въпреки че чистото осъзнаване незабавно отстранява проблема по време на триангулацията, на тялото може да му е нужно допълнително време, за да интегрира корекцията на физиологично ниво. По-нататък ще разгледаме по-подробно този въпрос.

Няма правило, което да забранява повторното приложение на КС за един и същ проблем. Ако смяташ, че това ще помогне, повтори сеанса. Или още по-добре, проведи КС многократно в рамките на един сеанс. Просто поддържай контактната точка А и премествай пръста В върху различни области. Или пък, ако желаеш, можеш да местиш и двата пръста. Тук решаващо е твоето вътрешно усещане за онова, което е най-подходящо да направиш.

Изпълнявай КС толкова пъти, колкото искаш. Невъзможно е да навредиш. Все пак нека те предупредя - не бива да мислиш, че многократното приложение е по-ефикасно. Не е така. Трябва да изхождаш от началната позиция, че един кратък сеанс ще реши проблема. Малко по-нататък ще ти покажа как да провеждаш Разширена квантова синхронизация. Но нека засега да се придържаме към най-простите неща. Разбрахме ли се? Добре.

Фактически ти вече си готов. Ала в началото, докато усъвършенстваш уменията си за КС, няма да ти навреди да зададеш на партньора си някой и друг въпрос. Попитай го как се е чувствал по време на КС и дали някакви други болки са изчезнали наред с първоначалното оплакване. Поинтересувай се от емоционалното му благосъстояние. Изобщо питай за всичко, което ти е нужно да знаеш, за да разбереш по-добре силата и потенциала на КС.

Изпълнявай КС толкова пъти, колкото
искаш. Невъзможно е да навредиш.

Целият процес на Квантова синхронизация би трябвало да доставя радост. Ако се почувстваш объркан от инструкциите, в началото това е съвсем естествено. Процесът е плавен, но да четеш за

него е значително по-трудоемко, отколкото да го прилагаш на практика. Просто се отпусни и следвай инструкциите, настроен за приключение и игра. Всеки може да прилага КС. Ти не си по-различен от останалите.

При все че Квантовата синхронизация е лесен метод, който дава незабавни резултати, в началото - като всяко ново умение - ще трябва да я упражняваш често. Не забравяй, че доброто начало е половината от успеха. Колкото повече отзиви получавааш на този етап, толкова по-бързо ще станеш експерт в прилагането на Квантовата синхронизация. Упражнявай я върху всички - върху приятелите, роднините, съседите, дори върху домашните любимци. Скоро ще усвоиш Дистанционна КС. Това означава, че дори няма да се нуждаеш от физическото присъствие на партньора. Можеш да си седиш удобно у дома и да изцеляваш своите приятели и роднини, разпръснати по целия свят.

Първите няколко пъти, когато провеждаш Квантова синхронизация, добре би било двамата с партньора ти да стоите прави. Основната причина за това е, че в изправено положение ще получиш по-точна обратна връзка от него/нея. Преди всичко ще можеш да забележиш дали се олюлява - сигурен знак, че чистото осъзнаване оказва своето въздействие. Ако сте прави, по-лесно ще забележиш и дали партньорът внезапно си поема дълбоко дъх - друг признак, че КС оказва възшебния си ефект. Тези признаци не са толкова лесно доловими, ако партньорът е в седнало или легнало положение.

Също така бих ти препоръчал в началото да работиш върху гърбовете на партньорите или поне да си в такава позиция, че да не могат да те виждат. Ако си извън зрителното им поле, те по-лесно ще се отпуснат, вместо да те наблюдават. Това не е от значение за самото изцеление; Квантовата синхронизация ще окаже ефект независимо от душевното състояние на партньора. Това е по-скоро за твое удобство и улесняване на концентрацията. В началото някои инициатори малко се притесняват и могат да се разсеят, ако партньорът внимателно наблюдава всяко тяхно действие.

Квантовата синхронизация ще окаже ефект независимо от душевното състояние на партньора.

Има още една практическа особеност - не е необходимо да поставяш пръстите си върху болното място. Можеш да ги сложиш където и да е върху тялото и да изцелиш всяка друга област, включително и вътрешни органи. Веднъж на един панаир на книгата представях „Отвъд щастието: как да осъществим най-дълбокото си желание”, когато друг автор дойде при мен. Чувал бил, каза, че съм правел едно странно нещо, което помагало да се отървеш от болестки. Попитах го какво го безпокои. Бяхме прекарвали известно време прави и засегнатото му от артрит коляно се бе възпалило и подуло. Направих му предварителен тест, като просто го помолих да застане по начин, който да увеличи болката в коляното. После го помолих да седне върху кашон с книги. Не исках да се навеждам чак толкова, че да поставя ръце върху коляното му, затова сложих пръстите си на раменете му. Той незабавно се обърна и ми напомни, че проблемът е в коляното. Уверих го, че именно върху него работя. Формулирах намерението и започнах триангулация върху горните раменни мускули. След по-малко от минута го помолих да застане така, както по време на теста. Той изпълни молбата ми и (тази част никога не ми омръзва) очите му се разшириха от почуда. Освободен от болката, авторът се завърна на своя щанд, за да продаде повече книги, отколкото аз. Пръстите ми бяха докоснали раменете му, но намерението гарантира, че изцелението ще бъде насочено именно към коляното.

Понякога болката или някой друг симптом може да се усили, преди да настъпи подобрение. Просто увери партньора си, че това е нормално. На този етап тялото има нужда да обостри проблема за кратко време, преди да се излекува. Продължавай с триангулацията и болката бързо ще отшуми. В редки случаи пациентът може да изпита толкова голям дискомфорт, че да се наложи КС да се прекрати. Тогава навярно би могъл да проведеш КС за друг проблем или двамата просто да поседите спокойно. След няколко минути проведи заключителния тест и виж дали проблемът още е налице. Ако не е отстранен, изпълни КС отново. По всяка вероятност болката ще утихне без

по-нататъшни затруднения.

И едно последно нещо: тъй като ти самият не извършваш никакво изцеление, не можеш да си приписваш заслуги за резултатите. Това е много важен момент. Щом заслугата не е твоя, не можеш да изпитваш привързаност към резултатите. Разбираш ли какво следва от това? Ако не си привързан към резултатите от твоя сеанс по КС, можеш да ги приемеш, каквито и да са те. Пълното приемане на плодовете от труда ти, независимо дали надминават или не достигат очакванията ти, облекчава душевната дисхармония. Един хармоничен ум е способен да отразява Благочувствата. А те, както всички знаем, са необходими за разгръщането на целебния процес.

**Ако не си прибързан към резултатите от
твоя сеанс по КС, можеш да ги приемеш,
каквито и да са те.**

Когато си съставяш планове за изцеление, ти намаляваш способността си да проведеш лечебен акт. Да речем например, че някоя от местните медии иска да заснеме материал за твоите лечебни умения, базиран на няколко забележителни успеха. Когато екипът се появява, репортерката те моли да изпълниш КС за лошото й храносмилане. Чувствайки, че ако не се справиш блестящо, интервюто ще бъде твърде кратко, ти изпадаш в често срещан пристъп на тревога от евентуален неуспех. Тъй като не желаеш да се озовеш в неудобна ситуация, поставяш пръсти на точките А и В и зачакваш да се появи Благочувството. Всячески се стараеш да отстраниш дискомфорта на репортерката, а в същото време те гложди мисълта как ли ще изглеждаш, като те покажат в новините от 18 ч. Твоето Благочувство и с топ не може да си пробие път до съзнанието ти, защото се мъчиш да изцеляваш с мислите си. Когато видиш, че Благочувството никакво го няма, отчаяно се опитваш да предадеш енергия и повтаряш намерението, сякаш биеш барабан. На този етап спокойно можеш да дадеш на репортерката хапче против киселини, защото твоят страдащ от диспепсия ум не би могъл да й донесе никакво облекчение.

**КС е мощно спомагателно средство при
традиционните медицински практики.**

Далеч по-лесно е да започнеш сеанс по КС, като уведомиш партньора си, че ти самият не знаеш доколко резултатно ще е лечението. Би могъл да му кажеш: „Каквото и да стане, ще го приемем”. Би могъл също така да споменеш, че не всички резултати ще се проявят веднага и че процесът на изцелението може да продължи няколко дни след сеанса. И най-сетне може да изтъкнеш, че за подобрене на резултатите понякога са нужни допълнителни сеанси по КС.

Сега, когато вече знаеш как да проведеш лечебен акт, навярно ще е целесъобразно да ти дам някои допълнителни идеи, които ще ти помогнат да разшириш и задълбочиш лечителския си опит. Например досега съвсем бегло загатнахме за психологическото изцеление, а това е една област, в която Квантовата синхронизация наистина се откроява.

Ала преди да започнем, може би ще е добре да използвам тази благоприятна възможност, за да спомена очевидното. Квантовата синхронизация може да се прилага за всякакъв вид изцеление и винаги трябва да се използва заедно с квалифицирано медицинско лечение, а не като негов заместител. КС е мощно спомагателно средство при традиционните медицински практики. То може само да усилва въздействието на другите лечебни системи, да предизвика по-дълбоко изцеление и чувствително да съкрати цялостния оздравителен период. В много случаи, ако КС се приложи преди посещение при съответния здравен специалист, симптомите ще изчезнат. Но дори ако симптомите отзвучат, човек винаги трябва да потърси професионална консултация, за да се увери, че няма скрити причини за болестта или допълнителни неоткрити проблеми.

Колкото повече упражняваш КС, толкова по-значително изцеление ще настъпи в собствения ти живот. Твоята нарастваща осведоменост за чистото осъзнаване ще се прелее във всекидневния ти живот и ще ти донесе такава реализация, каквато не си и сънувал. Оборудван единствено със собственото си осъзнаване, където и да отидеш, ще можеш да предизвикаш лечебен акт. Всъщност ти се учиш да обичаш. По-точно казано, не можеш да се научиш да обичаш, защото ти самият си

любов. Вечната радост и безпределната любов не могат да бъдат породени. Те вече съществуват; в противен случай нямаше да са вечни и безпределни. Те очакват да бъдат открити от нас. Чистото осъзнаване е чиста любов. Да бъдеш осъзнат - това е безусловна любов в действие. Чували сме, че любовта побеждава всичко. Сега имаме възможност да го докажем. Продължавайки да изпълняваш Квантова синхронизация, ти ще се къпеш в насладата да помагаш на другите и да получаваш тяхната признателност за това, че споделяш този лесен, но съдбоносен процес. Имай предвид, че засега само се докосваш до повърхността. Почакай да видиш какво още предстои!

ПЕТНАЙСЕТА ГЛАВА

ПСИХОЛОГИЧЕСКО ИЗЦЕЛЕНИЕ

Трябва сериозно да си се провалил на някакво ниво или да си преживял дълбока загуба или страдание, за да бъдеш привлечен към духовното измерение. Или може би самият ти успех е станал празен и безсмислен и така се е превърнал в провал.

Екхарт Толе

Разочарованието, което изпитваш, когато нещата не стават по твоему - осъзнай го! Това е свободата.

Антъни де Мело

Досега разглеждахме приложението на Квантовата синхронизация при физически проблеми. Колкото и да е забележително това, то съвсем не изчерпва всичко. Емоционалната КС е мощно средство за облекчаване на психологически страдания. Подобно на физическите нарушения, умствената дисхармония може да се отстрани мигновено. Психологическите страдания често са дълбоко вкоренени в онова, което умовете ни възприемат като нашето минало. Квантовата синхронизация не признава минало или бъдеще. И двете концепции са илюзия и вълчат ума във все по-непреодолимата спирала на ентропията. Другояче казано, потокът на времето се създава в ума. Това фиксиране върху отминалото или предстоящото посява семената на психологическите проблеми. Тези семена могат да поникнат и избуят само под зоркия поглед на татко Време.

Според квантовата физика времето не тече. Стрелата на времето е обърната в посоката на разрухата. Стрелата сочи натам, но не се движи, точно както стрелката на компаса показва север, но не помръдва в тази посока. Непрестанното движение на нашето съзнание създава илюзията на времето. Сега ще обясня какво имам предвид.

Емоционалната КС е мощно средство за облекчаване на психологически страдания.

Обичам да ходя на кино. За два часа напълно се потапям в очевидната илюзия, която се разгръща на екрана. Вляза ли в киносалона, всекидневният живот остава зад гърба ми. Въпреки че филмът е само потрепване на светлини и сенки, той представлява онази по-голяма илюзия, наречена „реален живот“, която ни чака точно зад вратите на салона.

Илюзията за движение се създава в нашите умове, когато мисълта се колебае между миналото и бъдещето. Мислите за бъдещето и миналото изграждат умствен мост, който се простира над вечното настояще на чистото осъзнаване. Съзнанието ни прелита от мисъл на мисъл, пропускайки чистото осъзнаване, което се намира между тях. Това е като да гледаш филм. Филмът се състои от дълга поредица отделни изображения или кадри. 24 неподвижни кадъра проблясват на екрана за

една секунда, тоест по-бързо, отколкото нашите мозъци са в състояние да обработят. Ето защо изглежда, че кадрите се движат. Наистина е удивително виждаме движение там, където всъщност няма такава. Това е илюзията, която филмите пораждаат.

Съзнанието ни прелита от мисъл на
мисъл, пропускайки чистото осъзнаване,
което се намира между тях.

По същия начин времето е илюзия, породена от ума. Отделните мисли са като отделните кадри на един филм. Както си спомняш, всяка отделна мисъл се откъсва от чистото осъзнаване и достига до екрана на съзнанието ни. Поради бързината, с която се появяват, те създават впечатлението, че се движат, точно както филмовите кадри. Именно тази илюзия за движение е онова, което наричаме време.

Когато мислим за бъдещи събития, ние се движим напред във времето. Когато се отдаваме на спомени, се движим назад във времето. Цялото това движение се извършва в ума. То съществува единствено в твоя ум и никъде другаде в тази вселена. Макар и да изглежда другояче, твоето време - бъдещето ти и миналото ти - не се споделя от никой друг.

Кинопроекторът работи на прост принцип. Ярка бяла светлина минава през филмовата лента и създава образ на екрана в предната част на киносалона. Движението на лентата през светлината, кадър по кадър, създава илюзията за движение на екрана. Ние, зрителите, седим доволно и гледаме как пред нас се разгръща драмата на актьорите, забравяйки, че те са просто светлини и сенки, създадени от яркия лъч, светещ през филмовата лента в дъното на салона. Плачем и се смеем, сякаш илюзията е истинска.

Нашият живот е досущ като филм. Той се разгръща мисъл по мисъл, минута по минута, година след година. В качеството си на зрители напълно се потапяме в драмата на собствения си филм. Тревожим се за неплатените сметки, радваме се на новата къща, гледаме как децата растат, размишляваме за собствената си смърт. Подобно на филм, животът ни е илюзия, игра на светлини и сенки. Не ме разбирайте погрешно - животът ни съществува, но не по начина, по който си мислим. Тази грешна представа поражда непоносимо страдание, което само се задълбочава с всяко следващо поколение.

Нашият живот е досущ като филм. Той
се разгръща мисъл по мисъл, минута по
минута, година след година.

Емоционалната Квантова синхронизация спира ума отведнъж. Тя го заставя да обърне внимание на непосредственото настояще, отнема му прекалените размишления за миналото и бъдещето, отнема му вината и гнева, тревогата и страха. Когато правим триангулация за психологическа дисхармония, ние я осветяваме с яркия лъч на чистото осъзнаване. Това незабавно ни изважда от нашето филмово състояние, сваля ни от екрана и ни поставя сред публиката. Там можем да наблюдаваме дисхармоничните емоции и събития с целебно спокойствие и яснота. Филмът на нашия живот продължава да се разгръща, както и преди, но вече без влиянието на тези болезнени и пагубни емоции.

Филмът на нашия живот продължава да
се разгръща, както и преди, но вече без
влиянието на тези болезнени и пагубни
емоции.

КАК ДЕЙСТВА ЕМОЦИОНАЛНАТА КС

Премахването на психологическо страдание е също тъй лесно, както и премахването на физическа болка, може би дори още по-лесно. Даже не е необходимо да знаем каква е причината за емоционалното сътресение в нашия партньор. Всъщност аз силно препоръчвам да оставиш партньора да запази в тайна емоционалните си проблеми. Тази практика е важна по две причини.

Първо, тя предоставя едно ниво на конфиденциалност, което вероятно ще бъде одобрено, особено ако партньорът не те познава добре или просто не иска да разгласява вътрешните си преживявания. Второ, така си спестяваш необходимостта да се занимаваш с чуждите емоции, което би могло да се окаже изтощително за теб. Или най-малкото ще си спестиш време.

Емоционалната КС е напълно безопасна. Тя не е някакъв вид терапия. Не изисква анализ или обучение, защото инициаторът всъщност не прави нищо. Изцелението се осъществява от партньора, който потапя вътрешните си противоречия в лечебните води на чистото осъзнаване. Инициаторът просто задейства този процес и нищо повече. Не е нужно да газиш в мътно море от неподправени емоции. Остави това на професионалистите.

**Премахването на психологическо
страдание е също тъй лесно, както и
премахването на физическа болка, може
би дори още по-лесно.**

Като стана дума за професионалисти, ако си квалифициран психиатър, психолог или психотерапевт, можеш да използваш Емоционална КС в практиката си с голяма ефективност. Вземи под внимание възможността да провеждаш Емоционална КС веднага след предварителния тест. Множество първични източници на дистрес могат да бъдат премахнати с нищожно усилие, след което можеш да се фокусираш върху неотстранените проблеми с помощта на по-традиционни техники. Емоционалната КС ще извърши чудеса и за редовните ти пациенти. Понякога тя може да помогне за разбиването на дългогодишни блокажи и като цяло да ускори оздравителния процес.

Веднъж при мен дойде жена с 25-годишен стаж като психолог. Само за няколко минути успях да предизвикам у нея съдбовна промяна. Тя беше влачила една травма със себе си още от детските си години. По време на професионалната си кариера бе подхождала към проблема от най-различни ъгли със значителен брой терапевти. Въпросните няколко минути Емоционална КС приключиха преди шест години, а жената все още се радва на емоционално освобождение от проблема си. Той със сигурност няма да се завърне.

Емоционалната КС носи трайно изцеление. Страхът е базисната емоция, от която се раждат всички останали. Страхът, както си спомняш, възниква, когато егото сякаш се откъсва от чистото осъзнаване и се сдобива със собствена идентичност. Няма значение дали партньорът ти изпитва гняв, безпокойство, вина или тъга - в дъното на всичко това е страхът от раздялата с чистото осъзнаване. Емоционалната КС залива страха с чувство на пълнота, връщайки егото в майчините обятия. Споменът остава като една вълничка на повърхността на осъзнаването, но изтощителната емоция потъва в океан от блаженство.

Емоционалната КС носи трайно изцеление.

КАК ДА ПРИЛАГАМЕ ЕМОЦИОНАЛНА КС

Най-напред уведоми партньора си, че не е необходимо да си запознат с неговото психологическо страдание. Дай му да разбере, че чистото осъзнаване извършва изцелението. Ти само задействаш този процес. Партньорът може да запази в тайна проблема си.

Помоли го да си мисли за произшествието, което е причина за дистреса. Ако няма някакъв конкретен инцидент, тогава го накарай да определи емоцията лично за себе си. После го насърчи да позволи на емоциите си да се усилят. Когато се усилят до краен предел, помоли партньора да степенува емоционалния си дискомфорт по скалата от 1 до 10, като 10 означава „непоносимо”. Запомни цифрата, посочена в този предварителен тест.

По-нататък действай както при отстраняване на физически проблеми с КС. (Вж. Триангулация: процесът на КС в три стъпки, изложен по-горе.) Първо, намери някой напрегнат или болезнен мускул за контактна точка А. После намери контактна точка В. Насочи цялото си внимание към точка А, после към В, накрая осъзнай двете едновременно. Изчакай да се появи Благочувството и осъзнавай и трите елемента, докато усетиш как мускулите на партньора се отпускат под пръстите ти.

Когато завършиш сеанса, дай на партньора си известно време, за да се преориентира. Емоционалната КС понякога може да изисква малко повече време в сравнение с КС, прилагана за физически оплаквания. Щом партньорът ти се почувства готов, накарай го отново да се върне мислено към същия инцидент и да го степенува от 1 до 10. Партньорите обикновено заявяват, че изобщо не могат да възкресят емоцията в паметта си. Или пък казват: „Колкото и да се мъча, получава се най-много 1 или 2”. Лицевите им мускули видимо се отпускат и гласът им звучи спокойно.

Емоционалната КС незабавно премахва мъчителните емоции, дори ако не знаем защо са възникнали. Чистото осъзнаване може да стигне до корена на проблема без участието на съзнателния ум. Понякога партньорите могат да си спомнят болезненото събитие и да го назоват по време на сеанса. Това се случва най-вече когато открият дълбоко заровена в паметта травма от детството. Не отдавай особено внимание на произшествието. Помоли ги да помълчат малко и да затворят очи, ако искат. Тягостната емоция вече е била неутрализирана, когато споменът е изникнал в мислите на партньора. Няма смисъл да отделяте повече време на случката. Можеш да бъдеш доволен, че си успял да стимулираш изцелението на емоционалния конфликт на партньора си и нашият тревожен свят е станал мъничко по-светъл.

Емоционалната КС незабавно премахва
мъчителните емоции, дори ако не знаем
защо са възникнали.

ШЕСТНАЙСЕТА ГЛАВА

ДИСТАНЦИОННА КС

*Мъдрият знае колко малко знае.
Ала онзи, който не знае нищо, е по-близо до
истината...*

Томас Джеферсън

*Всички истини, веднъж открити, са лесни за
разбиране;
въпросът е да ги откриеш.*

Галилео Галилей

Дистанционната КС е Квантова синхронизация, която се изпълнява върху партньори, без да бъдат докосвани. Можеш да прилагаш Дистанционна КС върху човек, намиращ се в другия край на стаята или в другия край на света. Неотдавна ми се случи да работя с партньор в Залцбург, Австрия. По права линия това е на значително разстояние от офиса ми в Сарасота, Флорида.

Мария, студентка в Залцбург, страдаше от тревожност и винаги се чувстваше претоварена с работа. Тя ми събщи: „От мига, в който се събуждам сутрин, до мига, в който заспивам вечер, непрекъснато се чувствам така, сякаш уча за изпит”. Двамата с нея общувахме чрез имейли. Никога не съм разговарял с нея и нямам представа как изглежда. Единственото, с което разполагах, бяха думите ѝ в електронните писма.

Можеш да прилагаш Дистанционна КС
върху човек, намиращ се в другия край на
стаята или в другия край на света.

Мария търсеше облекчение от постоянната тревожност. Тя искаше по-целенасочена енергия да замести трескавото, налудничаво оживление, което изпълваше живота ѝ. Аз извърших Дистанционна КС една вечер в Сарасота; в този момент в Залцбург е било около 4 часа сутринта.

Когато на следващото утро включих надеждния си стар лаптоп, бях приветстван от отговора на Мария. Прилагам го тук с някои незначителни граматически поправки, въпреки че навярно трябваше да махна и част от удивителните знаци.

Скъпи Франк,

Толкова съм Ви благодарна за помощта!!! Искам да знаете, че когато станах тази сутрин, за пръв път от много време насам имах чувството, че „притежавам цялата енергия на света”. Искам да кажа, че усетих толкова много енергия и сила, а също и по време на сутрешния си джогинг бях изпълнена с положителни мисли и енергия. Нещо се промени и аз го усетих с радост - и още го усещам!!!!

БЛАГОДАРЯ ВИ!!!!

Надявам се, че разбирате моя английски, той не е перфектен;-)

Много благодаря и много светлина и поздрави от Залцбург

Мария

Обективно съществуващата единица, наречена Мария, се състои от същия материал като единицата, наречена Франк. Чистото осъзнаване не е ограничено от времето или пространството. То е навсякъде и по всяко време. Единствено нашата ограничена представа, нашето „аз”, създава времето и поставя предели на пространството. Аз стимулирах оздравителен процес в единицата Мария, като тръгнах от разбирането колко сходни сме ние, а не колко сме различни. Сходството е чистото осъзнаване. Когато практикуваш КС, ти действаш от нивото на абсолютното сходство, за да предизвикаш оздравителни процеси в света на различията.

Аз стимулирах оздравителен процес в
единицата Мария, като тръгнах от
разбирането колко сходни сме ние, а не
колко сме различни.

В квантовата физика това мигновено взаимодействие от разстояние се нарича заплитане. И все пак квантовото заплитане не може да предава информация със скорост, по-голяма от тази на светлината. Дали целебната информация, която предадох на Мария, е стигнала до нея по-бързо от скоростта на светлината - това не бих могъл да кажа. Би се получила извънредно интересна дискусия, която обаче е извън предмета на изследване на този кратък ръкопис. За нашите цели това всъщност няма значение. По някакъв начин лечебната информация достигна до прага на Мария на 5000 мили разстояние, без да ѝ се налага да пита за указания по пътя. За мен това е достатъчно.

Бих искал да изтъкна още нещо, преди да разгледаме как се изпълнява Дистанционна КС. Ако не си в състояние да повярваш в Дистанционната КС - не се тревожи. Въпреки всичко ще можеш да я прилагаш, независимо дали вярваш, или не. Квантовата синхронизация е научен метод, който е възпроизводим. Той е нещо реално и не се нуждае от вяра, за да подейства. Ако се съмняваш в това, попитай някой оздравял домашен любимец дали е бил помолен да повярва в Квантовата синхронизация, преди тя да му бъде приложена.

Квантовата синхронизация е научен
метод, който е възпроизводим... Не се
нуждае от вяра, за да подейства.

КАК СЕ ИЗПЪЛНЯВА ДИСТАНЦИОННАТА КС

По принцип ще трябва да направиш триангулация, както и при другите форми на Квантовата синхронизация. Основните правила са същите, с някои незначителни вариации. Очевидно трябва да компенсирате с нещо липсата на физически партньор. Дистанционната КС е безкрайно по-лесна за усвояване в сравнение с други дейности, за които е необходим партньор. По някаква неясна

причина веднага се сещам за тангото. Но да не се отклоняваме - ето някои предложения.

ИЗПОЛЗВАЙ ЗАМЕСТИТЕЛ

Заместителят е някой, който заема мястото на нашия партньор. Всяко топло тяло ще свърши работа - брачната половинка или децата, вестникарчето, човекът в съседната кабинка. Просто изпълни Дистанционната КС върху физически присъстващия заместител, сякаш пред теб се намира отсъстващият партньор. Постарай се намерението ти да включва името, образа или представата за липсващия партньор.

Можеш да използваш и домашни любимци за заместители. Те обикновено са много подходящи за дубльори, понеже не задават въпроси. Освен това са свикнали със странното поведение на стопаните си и вероятно ще участват охотно, стига в края на сеанса да ги очаква някакво лакомство. Разбира се, ще са ти нужни доста бързи пръсти и кутия лейкопласт, ако единствената ти домашна животинка е някоя ненаситна пираня. Положителната страна е, че закуската ще бъде предоставена по време на сеанса, а не след него.

На трето място, като заместител може да се използва кукла или плюшена играчка. Може дори да използваш фигура, нарисувана на лист хартия. Или просто да напишеш името на партньора. Всички тези заместители ще свършат отлична работа. Опитай! Ще бъдеш приятно изненадан.

ВЪОБРАЖЕНИЕ

Ако имаш особено живо въображение, можеш да извикаш в представите си мислен образ на партньора и да направиш триангулация на този образ. Пръстите ти няма да докоснат истинска плът, значи ще трябва да си представиш и това. Как да разбереш кога да спреш ли? Ще почувстваш отпускане или омекване под въобразяемите си пръсти, точно както се получава, когато използваш физическите.

Квантовата синхронизация с помощта на въображението може да се извършва по няколко начина. Можеш да си представиш, че се намиращ при партньора си. Представи си го/я как седи в любимия си стол, докато ти прилагаш Дистанционна КС. Другият вариант е мислено да докараш партньора при себе си. Представи си го/я как стои точно пред теб, докато ти твориш своите чудеса. Или извикай в мислите си среща на избрано от теб място. В този случай буквално нямаш други ограничения освен онези, които налага собственото ти въображение.

ВИРТУАЛНА КС

Чувал си за виртуална китара, нали? Това означава да държиш въобразяема китара и уж да дрънкаш на нея, докато се кършиш пред огледалото. Е, нещо подобно е и виртуалната КС. Заеми изправено или седнало положение и си представи партньора, застанал пред теб. Можеш да държиш очите си отворени или затворени, това зависи изцяло от твоите предпочитания. А сега се раздвижи и протегни ръце, за да поставиш пръстите си върху отсъстващия партньор. Прави всичко така, сякаш той реално се намира пред теб. Внимавай само половинката ти да не влезе в стаята наред с сеанса. Хич не ми се мисли какви обяснения ще трябва да даваш тогава.

Упражняването на Дистанционна КС е чудесен начин за добиване на опит с метода. Аз всяка нощ провеждам дистанционен сеанс, преди да си легна. Обикновено имам списък с хора, които са ме помолили за помощ през деня. Включвам и партньори с хронични или живото застрашаващи болести като Алцхаймер или рак, които се нуждаят от продължително третиране. Мои приятели, които отначало намираха дори обикновената Квантова синхронизация за странна, сега редовно се обаждат и ме молят за Дистанционна КС.

Най-малката ми дъщеря е полицейски служител в град със замряла икономика и високо ниво на престъпност. Тя вечно попада в някакви схватки. Вече не се учудвам, когато се обади и ми каже: „Здрасти, татко, докато прибирах в патрулната кола една жена, надрусана с ангелски прах, тя взе, че отхапа парче от крака ми. Можеш ли да ми направиш КС довечера?“ Или: „Отново си изметнах рамото при едно преследване. Ще поработиш ли върху болката и намаления обсег на движение?“

Ах, какви радости носи родителството!

С повече упражнения скоро ще можеш да изпълняваш Дистанционна КС във всеки свободен миг от деня. Случвало ми се е да го правя още докато слушам как партньорът описва проблема си. Тъкмо е приключил с описанието и болката вече я няма. Наистина е удивително да бъдеш толкова близо до съзидателната сила и да наблюдаваш как твори чудесата си. Единствените ни ограничения са нашите неосъзнати умове. А това е нещо, което Квантовата синхронизация може да поправи.

КАК ДА ПРИЛАГАШ КС ВЪРХУ СЕБЕ СИ

Вече знаеш как сам да се възползваш от чудесата на Квантовата синхронизация. Просто избери някой от описаните методи и го приложи върху себе си. Разбира се, добре би било да разполагаш с наръчник за напреднали йоги, ако искаш да докоснеш гърба си или друго труднодостъпно място. Спомни си обаче, че не е нужно да имаш физически контакт със засегнатата област. Ако имаш болка в средата на гърба, можеш да избереш контактни точки на коляното или гърдния си кош и пак ще постигнеш нужния ефект. В такива случаи може да приложиш и някоя от техниките за Дистанционна КС, описани по-горе.

Уейд, който практикува Квантова синхронизация, намира, че тя е особено полезна и в йогийската му практика. Ето как я прилага той:

Откакто научих за Квантовата синхронизация, съм я прилагал върху себе си, докато практикувам йога. Намирам, че така навлизам по-дълбоко в асаните (позите) и по-бързо постигам вътрешна тишина или покой на съзнанието по време на практиката си. Вместо да използвам ръцете си, за да правя триангулация върху тялото си, свързвам трите точки с помощта на осъзнаването. После просто се отпускам в чистото осъзнаване за няколко секунди. Вследствие на това тялото ми изглежда обновено, освежено, релаксирано и по-силно. Това приложение на Квантовата синхронизация е подходящо за всяка ситуация и може да предизвика по-бърза промяна в идентификацията - от ограниченото съзнание на системата тяло-ум към безкрайното чисто осъзнаване.

КС има такъв потенциал, че единствено твоето въображение му поставя граници. Присъщо на нашата природа е да растем и да се развиваме. Сложи си специалните очила за Квантова синхронизация и огледай света през тях. Експериментирай, играй си с различни идеи, но най-вече се забавлявай.

КС има такъв потенциал, че единствено твоето въображение ми поставя граници.

ЖИВОТНИ И НЕОДУШЕВЕНИ ПРЕДМЕТИ

Тъй като Квантовата синхронизация черпи от източника на фундаменталното и всепроникващо чисто осъзнаване, тя би трябвало да въздейства и на животни и дори на неодушевени предмети. И наистина въздейства! Като се замислиш, това не е чак толкова странно. Нали даваме на домашните си любимци лекарства или ги подлагаме на мануална терапия. Ала стане ли дума за тъй наречените неодушевени предмети, май е малко пресилено да си мислим, че бихме могли да налеем енергийна напитка в изтощения акумулатор на колата, за да му вдъхнем нов живот. Казвам „тъй наречените”, защото цялото мироздание вибрира от живот на най-фино ниво. Нищо не е неодушевено в пълния смисъл на думата. И дори в най-трудно доловимата вибрация е заложена нейната причина - чистото осъзнаване. И тъй, когато става дума за изтощен акумулатор, КС е по-евтина от „Ред бул” и не оставя след себе си метална кутия, която да се нуждае от рециклиране.

Нищо не е неодушевено в пълния смисъл
на думата.

Един от участниците в нашите семинари съобщи, че имал изтощен акумулатор. След няколко неуспешни опита да запали мотора приложил КС на акумулатора. Моторът веднага заръмжал. Когато човекът откарал колата в сервиз, механикът казал, че вината наистина била в акумулатора.

Навярно нашият участник не е споменал на механика, че вместо кабели е използвал пръстите си.

Квантовата синхронизация има универсално въздействие и това включва и битовата техника. Много обичам тази история за един блендер, споделена от изобретателен привърженик на метода.

Исках да споделя моя опит с Квантовата синхронизация, след като посетих семинара. В неделя се събудих много изгладнял. Приложих КС спрямо чувството за глад и то изчезна. Все пак реших да си направя плодов коктейл. Точно когато всичко беше готово, за да започна, моторът на блендера отказа. Беше изцяло блокирал. Затова реших да приложя КС спрямо блендера. Въздействах му няколко секунди... и нищо не се получи. Отново опитах да приложя КС, като този път напълно се освободих от мисълта за желанния резултат. И методът подейства!!! Блендерът заработи нормално и аз с наслада изпих коктейла си, като същевременно чувствах, че съм получил ценен урок от преживяването. Моят съквартирант, който също обича плодови коктейли, се чуди и мае, че предавам енергия на блендера преди всяка употреба.

Тъй като вярата в КС не е необходимо условие, за да се получи резултат, животните се поддават отлично на Квантова синхронизация. Прилагай метода върху проблемите на домашните си любимци и даже върху досадни вредители от рода на твърде любопитни ракуни, кучета или дотегливи мечки. На една неотдавнашна презентация на книга от популярната писателка Дженифър Хоторн, автор на „Пилешка супа за женската душа” климатичната инсталация не работеше и се наложи вратите да се държат отворени. Безразлични към събитието, около дузина големи черни мухи се устремиха към големия супник с пилешка супа, оставен на коктейлната маса. Роб, мениджърът на центъра, където се провеждаше презентацията, на свой ред се устреми към съседната стая за медитация и приложи КС спрямо малките гадинки. Когато той се появи няколко минути по-късно, само една муха все още бръмчеше наоколо. Щом видя Роб да се материализира от съседната стая, мухата побърза да напусне сцената.

Животните се поддават отлично на
Квантова синхронизация.

На творчески настроените привърженици на метода храната предоставя друга област за изследване. Можеш да приложиш КС спрямо продоволствията, водата и хранителните добавки. Намерението би могло да бъде насочено към усилване на действието на полезните съставки, отстраняване на токсините или подобряване на храносмилането и усвояването на храната. Ако казваш молитва преди хранене, добавяй Квантова синхронизация в края на молитвата. По този начин молитвата се превръща в твое намерение, което Квантовата синхронизация поема и полага във вездесъщите нозе на чистото осъзнаване.

СЕДЕМНАЙСЕТА ГЛАВА

РАЗШИРЕНА КС

*Тези, които искат да пеят, винаги си намират
песен.*

Платон

Радостта не е в нещата, тя е в самите нас.

Рихард Вагнер

Разширената КС е ценна при хронични, упорити или животозастрашаващи здравословни проблеми като диабет, сърдечни заболявания, Алцхаймер или рак. Тя е особено ефективна и за облекчаване и изцеление на дълбоки емоционални конфликти. Ако след няколкоминутно лечение с Квантова синхронизация или провеждане на няколко опита не настъпва подобрение, значи болестта е кандидат за Разширена КС.

Както се подразбира от самото название, ние удължаваме обичайното времетраене на КС, като по този начин значително увеличаваме ползите и за партньора, и за инициатора. При изпълнение на Разширена КС съзнанието се задържа в дълбините на чистото осъзнаване и обичайният свят, пълен с автомобили, звезди, хора - както и пространството между тях - се насища с чисто осъзнаване. То става почти осезаемо, лечебен мехлем, носещ искрящо обновление.

Разширената КС е ценна при хронични,
упорити или жиботозастрашаващи
Здравословни проблеми...

Преди години, когато за пръв път разработвах Квантовата синхронизация, един мой познат, мануален терапевт като мен, ме покани на обяд. Каза, че иска да ме помоли за някаква услуга, затова изпитвах известни опасения, когато пристигнах в ресторанта и отидох до масата му. Щом се взрях в кафявите очи на Марк, които обикновено блестяха оживено, видях в тях дълбока тъга. Поздравихме се и докато чакахме сервитьорката, разменихме любезности и побъбрихме за делата на колегите. Направихме поръчката и докато чакахме да донесат обяда, Марк доби умислен вид. Понечи да заговори, после млъкна и заби поглед в салатата си. Аз изчаках. Той вдигна глава и видях, че очите му са се налели със сълзи. С поглед го насърчих да продължи. Той отново подхвана: „Жена ми повече от година се лекува от рак. Бори се с всички сили, но вчера я приеха в болница. Има два злокачествени тумора - един в матката, голям колкото орех, и друг в черния дроб, който е с размерите на грейпфрут. Няма надежди тя да се върне отново у дома.

Зная, че се занимаваш с някакво лечение с вяра, медитация или нещо такова – добави Марк, - и се чудя дали не би могъл да помогнеш на Джили”. Никога не бях виждал съпругата му, но се съгласих да отида в болницата същата вечер и да се запозная с нея. Помолих го да разговаря с медицинския персонал и да види дали бих могъл да остана един час насаме с нея, без да ни безпокоят. Помолих го също да не присъстват други членове на семейството през последния час от времето за посещения, когато планирах да отида там. Той се съгласи. Довършихме обяда си без много приказки и аз се върнах при следобедните си пациенти.

Същата вечер отново се видях с Марк пред стаята на съпругата му. Каза ми, че медицинският персонал е посрещнал донякъде неохотно идеята, че ще правя някакви „чудесии”, но все пак се е съгласил да ни отпусне необходимото време. Поспях за миг пред стаята, после бутнах тежката врата и се озовах в едно тъмно и безрадостно място.

Първото, което си спомням, беше миризмата. Това не бе миризмата на смъртта, а на нещо умиращо. Тя не се поддава на описание - мога само да кажа, че прониква в съзнанието и угнетява духа. Джили беше заспала. Беше крехка жена с рядка руса коса, разпиляна безредно по възглавницата. Вместо да я събудя, веднага започнах да прилагам Разширена КС.

Само след пет минути влезе една медицинска сестра, която премери основните жизнени показатели на Джили, размести някои неща и пак излезе. Десет минути по-късно тя се върна, а след още десет минути някой друг ни прекъсна без видима причина - явно просто проверяваха дали всичко е наред. Мина ми през ум, че неволно съм открил вълшебно заклинание, способно да накара сестрите в оживената болница да се материализират сякаш от нищото. Все пак приключих часа с Джили, която се будеше на пресекулки и отново изпадеше в неспокоен сън. Въпреки че Марк ѝ бе съобщил за моето идване, тя едва ли разбра кой съм аз и с каква цел съм там.

Когато се върнах на следващата вечер, действията на персонала бяха приблизително същите, но Джили бе с по-ясно съзнание и на няколко пъти разменихме реплики в рамките на часа. Въпреки че ни прекъсвах, успях да поддържам състояние на чисто осъзнаване през повечето време. На тръгване се чувствах по-лек и някак въодушевен.

Когато пристигнах в болницата на третата вечер, на вратата на стаята на Джили имаше ръчно написана бележка „Не влизайте”, която бе подписана от старшата сестра на нощното дежурство. Първата ми мисъл бе, че отрицателно настроеният персонал, чиято враждебност явно се подклаждаше от невежеството му относно „алтернативните” лечебни методи, се опитва да ме изгони. Чувствах, че тези предубеждения могат да са в ущърб на пациентката и не бива да се толерират. Отидох в отделението на сестрите и попитах доста разгорещено: „Защо не ме пускат да

видя Джили?”

Отговорът направо ме шокира. Сестрата се усмихна любезно и каза, че бележката е поставена на вратата заради мен и Джили, така че никой да не ни безпокои. Добави, че сестрите от всички дежурства са забелязали удивителна промяна в състоянието на пациентката. Не знаели дали това се дължи на моите действия, но щели да се погрижат никой да не ме прекъсва, докато съм в стаята. И наистина удържаха на думата си. Оказа се, че всъщност аз съм бил предубеденият.

Прилагах на Джили Разширена КС всяка вечер, след като приключех с прегледа на пациентите си. Нейната стая изгуби миризмата и усещането за надвиснала смърт. Джили беше по-оживена и въпреки че нарядко разменяхме кратки, тихи реплики, между нас се зароди невербална връзка, основана на вътрешно познание. Редовната и продължителна практика на потапяне в квантова осъзнатост беше благотворна и за мен. Установих, че мирът и състраданието нарастват в моя живот. Чувствах, че в известен смисъл разцъфтявам, пробуждайки се за едно безсмъртие, освободено от страха от смъртта.

Марк ми се обади на сутринта след осмото ми посещение. Каза ми, че повече не се налагало да ходя при Джили в болницата, защото щели да я изпишат. Туморът в матката ѝ бил изчезнал, а големият колкото грейпфрут тумор в черния дроб вече бил с размера на орех. Попитах го дали би искал да ги посещавам в дома им и да продължавам да прилагам Разширена КС. Той отвърна, че според Джили трябвало да си почина. Казала, че оттук нататък щяла да се справи.

Щом се освободи от болничната постеля, тя изцяло посвети живота си на семейството си. Аз бях поканен да бъда част от семейството и участвах в редица сбирки, но постепенно се отдалечихме. С времето ракът бавно се върна. Предложих да подновим сеансите по Квантова синхронизация, но Джили отказа. Думите ѝ ме изненадаха, но гласът ѝ ми подсказа, че тя е в мир със себе си. Спомина се тихо в дома си, заобиколена от близките си. Както разбрах впоследствие от Марк, Джили вярвала, че „вторият ѝ живот” е Божия благодат и най-щастливото време, което е прекарала на този свят.

Разширената КС е забележително мощно средство. Особено важно е да помним, че чистото осъзнаване знае точно какво трябва да се направи. Човешката природа е такава, че ни се струва необходимо да отправяме по-силно желание и да влагаме повече усилие, когато работим с животозастрашаващи състояния. Лесно можем да забравим, че сме само инициатори с простичко намерение и нищо повече. Изцеление може да настъпи, а може и да не настъпи. Това не зависи от нас. Сериозността на проблема не изисква по-решително намерение или по-голямо усилие. Нужно е само обикновено чистосърдечие.

Разширената КС е забележително
мощно средство.

КАК ДА ИЗПЪЛНЯВАМЕ РАЗШИРЕНА КС

Един Разширен сеанс по КС може да трае от пет минути до час и нещо. На мен двацет минути ми изглеждат напълно подходящи за повечето от моите сеанси, въпреки че мога да удължа или да скъся това време в случай на необходимост.

Започни Разширения сеанс по Квантова синхронизация по същия начин, както обичайния сеанс от една-две минути. Лично аз обичам да започвам сеанса в изправено положение и няколко минути по-късно карам партньора да седне. Разширената КС може да се изпълнява и в легнало положение, особено ако партньорът е тежко болен.

При тази разновидност има някои дребни различия, които трябва да отбележим. За начало задръж контактните точки и чакай да се появи Благочувството. Щом усетиш първоначалната релаксация или чувство за разтваряне, което бележи края на обичайната КС, продължавай да задържаеш Благочувството. Можеш да забравиш за контактните пръсти и просто да осъзнаваш Благочувството. На моменти умът ти ще се разсейва. Щом си дадеш сметка, че вниманието ти е другаде, отново осъзнай Благочувството. Първоначалното Благочувство най-вероятно ще се промени. Може най-напред да изпиташ покой или умиротворение, които впоследствие да бъдат заменени от радост, блаженство и даже екстаз. Каквото и да е Благочувството, просто го осъзнавай.

На всеки няколко минути, когато ти хрумне, премествай контактните си пръсти към други части от тялото на партньора. Обичайни места за Разширена КС са челото, слепоочията, сърцето и слънчевият сплит, въпреки че всяка подходяща част от тялото също ще свърши работа. Щом пръстите ти намерят новата си позиция, върни се към Благочувството и се установи в него през следващите няколко минути.

По време на удължения сеанс може периодично да перифразираш или да заявяваш отново намерението си. Така поддържаш ума си бодър и не му позволяваш да се отклони от темата. Възможно е съвсем естествено да видиш с „вътрешното си зрение“ как действа твоето намерение. Възможно е да видиш как ставите оздравяват или дробовете се отварят, за да поемат животворния въздух. Възможно е да видиш или да почувстваш други оздравителни сили в действие. Не се намесвай в това. Каквото и да се случи, остави го да се разгърне от само себе си. Седиш на първия ред като зрител, докато целебните импулси на чистото осъзнаване възникват и приемат някаква форма. Ти си невинен свидетел на сътворяването и пресътворяването. Никое твое действие не би могло да подобри това. Знай, че това време е специално и че за теб е благодат да бъдеш в ролята на безмълвния свидетел.

Възможно е също така да ти се явят геометрични символи или потоците и завихренията на абстрактните енергии, които действат в теб и в тялото на партньора ти. Възможно е небесата да се отворят и да те облее златна светлина. Възможно е ангели да запееят и да засвирят с тръби, за да възвестят предстоящото изцеление. Какво да направиш ли? Приеми го спокойно. Не се оставяй да те увлече символизмът или симптоматологията на всичко това. Просто присъствай и се радвай на постоянно нарастващата, лечебна сила на чистото осъзнаване.

Знай, че това време е специално и че за
теб е благодат да бъдеш в ролята на
безмълвния свидетел.

Когато сеансът по Разширена КС приключи, отпусни на партньорите си поне две-три минути, за да отворят очи и да се върнат към обичайната си активност. Това е минималното време. Те може да се нуждаят от цели пет или десет минути или дори да поискат да полежат след сеанса. Непременно им кажи, че ако се изморят по-късно през деня, трябва да си починат и най-вече да се наспят добре през нощта.

Както и при кратката форма на КС, изцелението, което е започнало при разширения вариант, ще продължи още ден или два. В някои случаи партньорът може да усети умора или „вълнение“ на следващия ден. Това е признак, че се извършва процес на много дълбоко изцеление и партньорът трябва - доколкото е възможно - да почива, да се храни добре и да прави леки физически упражнения.

Аз значително се ослабявам на Разширената КС в практиката си. Това е удивително мощно средство за пречистване на емоциите и телесно изцеление. Разбира се, обичам метода и заради благотворното му въздействие върху самия мен. Ще продължа да разчитам на него, докато не преживея онази окончателна промяна на парадигмата, която ще ми позволи да минавам през стени и да се рея като перце във въздуха. Дотогава - а аз със сигурност ще ви уведомя, когато това се случи - разчитам на Квантовата синхронизация във всичките ѝ варианти.

ОСЕМНАЙСЕТА ГЛАВА

ЛЕСЕН И УДОБЕН СВЕТОВЕН МИР

*Всяко общество със самия си начин на живот
и на връзки и отношения, чувства и възприятия,
развива система от категории, която определя
формите на съзнание.*

Ерих Фром

*Изключително важно съобщение относно
Космически кораб Земя - към нея не е
приложено ръководство по експлоатация.*

Бъкминстър Фулър

Искам само да отделя няколко минути, за да ти благодаря, че надникна тук и прекара известно време с мен. Ти и хилядите хора като теб, които приемат непредубедено възможностите на невъзможното, сте източник на постоянно вдъхновение за мен. Искам Квантовата синхронизация да работи ефективно за теб. Изпълнен с това намерение, приложих КС и спрямо тази книга. Искам да се увенчаеш с успех и желанието ми не е напълно алтруистично. Всеки път, когато използваш КС, аз също се облагодетелствам; целият свят се облагодетелства. Ако в момента не си наясно с това, скоро ще се убедиш. Моето предизвикателство, моята молба към теб е нещо съвсем просто: упражнявай КС и побързай да разпространиш целебната сила на чистото осъзнаване сред ближните си. Ти, бидейки най-близо до огъня на осъзнаването, ще пожънеш най-големи резултати. Но и всички ние, останалите, ще бъдем възнаградени от твоя искрен труд. И докато все по-голяма част от нас изпълняват Квантова синхронизация, всеки от нас ще постига повече успехи и реализация във всяка област от живота си. Каквито са мислите ни, такъв е и животът ни. В норма трябва да се превърне „креативното“ мислене - термин, който се надявам скоро да излезе от употреба. Всъщност мисленето, основано на безкрайността, трябва да стане нещо обичайно, за да се осигури безопасността и здравомислието на нашия човешки род. Това, че човечеството се бори да оцелее, съвсем не е новина. От поколения насам ние полека отиваме към забвение. Всяка конфликтна мисъл, която пораждаме, е поредната песъчинка, добавена към подвижните пясъци, които бавно ни увличат надолу. Това, разбира се, е безумие. Знайно е какво означава безумие - да правиш все едно и също, а да очакваш различни резултати. Нашият нов свят няма да се роди от документи и възвания. Той не може да се развие от обичайното и колективно съзнание, което е господствало над човешката мисъл до момента. Този свят няма да дойде отвън, а ще възникне от най-дълбоките недра, където съвършеното осъзнаване чака своя ред.

Всяка конфликтна мисъл, която пораждаме, е поредната песъчинка, добавена към подвижните пясъци, които бавно ни увличат надолу.

Зная, че звучи малко помпозно да загатвам, че от един обикновен лечебен процес може да зависи колективното ни благо; и все пак е вярно, защото не самият процес, а осъзнаването, с което подхождаме към задачата, притежава върховна сила. Вече сам си се убедил в това. Осъзнаването изцелява. Колкото по-осъзнати сме, толкова по-голямо изцеление настъпва в нас и около нас. Това се случва съвсем естествено, спонтанно и без усилие.

Ние, колективно известни под названието човешки род, трябва да научим един-едничък урок: да бъдем осъзнати. Постоянно ни се напомня „да живеем в настоящето“. Но какво всъщност означава това? Означава ли, че трябва да престанем да градим планове за бъдещето или да се откажем от спомените си? Не, разбира се. Да живеем в „настоящото“ означава да живеем в чистото осъзнаване. То премахва психологическото време, освобождава ума от постоянната нужда да върши нещо и му позволява да отрази един вечен и съвършен ред. Осъзнатият ум е организиран, съзидателен и с голям енергиен заряд. Осъзнатият ум е умиротворен; той не може да нанесе вреда.

Ние, колективно известни под названието
човешки род, трябва да научим един-
едничък урок: да бъдем осъзнати.

Колективното несъзнавано на Карл Юнг и в по-ново време морфичното поле на Рупърт Шелдрейк (Английски биохимик, създател на теорията за морфичните полета и морфичния резонанс.) илюстрират един особено важен въпрос във връзка с човешката същност. Оказва се, че не сме изолирани единици, които бродят безцелно насам-натам, затворени в система тяло/ум. Имаме безкрайно дълбока връзка с всички други души на тази планета. Всяка наша мисъл или действие оказва влияние върху всяко друго живо същество.

Мислите са заредени облаци, които привличат други мисли със сходен заряд. Колкото повече

хора имат сходни мисли, толкова по-голяма инерция набират тези облаци на съзнанието, Именно това Шелдрейк нарича морфично поле. Ние не само захранваме тези морфични полета, но и се влияем от тях. Виждаш, че нашите мисли и преживявания са извънредно важни. Ако някога си се чудил защо хората все се придържат към едни и същи вредни модели на поведение, можеш да намериш отговора в морфичното поле.

Най-мощното и благотворно за живота морфично поле се създава от индивиди, които познават от опит чистото осъзнаване. Оттук възниква и моята идея за лесен и удобен световен мир. Квантовата синхронизация има огромна стойност като лечебен метод, но това е само върхът на айсберга. Когато дори малък процент от хората станат ясно осъзнати, това оказва положително въздействие върху ума и живота на всички, дори на онези, които не отразяват чистото осъзнаване. Точно така, дори ако само един процент от дадено население отразява хармонията на чистото осъзнаване, това би могло дълбоко да повлияе на непосредствената му среда, а оттам да се разпространи и да пробуди целия свят. Не става дума за някаква фантастична философия, а за научен факт.

Още в началото на 60-те години на ХХ век организацията за Трансцендентална медитация демонстрира „ефекта на единия процент“. Успяха да докажат, че ако само един процент от населението на даден град изживява хармонията на чистото осъзнаване, нивото на престъпността там спада. Отвеждаха малък брой хора с опит в ТМ в някой град и те, като група, просто поддържаха състояние на чисто осъзнаване. Използвайки криминалната статистика на ФБР за 22 града, групата успя значително да понижи общото ниво на престъпност със средно 24 процента! Оттогава насам са се провеждали множество други изследвания, показващи, че фокусираното осъзнаване само по себе си може да промени живота ни към по-добро.

В книгата си „Експериментът с намерението“ Лин Мактагарт представя редица сериозни научни изследвания, които подкрепят тази идея. Мактагарт дори посочва какъв брой осъзнати хора е нужен, за да се създаде вълна от хармония в Съединените щати и в света. Готов ли си да го чуеш? За да се създаде незабавно поздрав, по-чист, изпълнен с повече любов живот за всички жители на Съединените щати, ще са нужни само 1730 осъзнати човека. За да се възцари мир и благополучие по целия свят, ще ни трябват само 8084 души, прилагащи на практика осъзнаването. Технологията, която може да спаси нашия свят, ни е буквално под ръка.

Процесът на Квантова синхронизация има силата да изцелява твоя свят локално. Но това въздействие не е ограничено само до теб и непосредствените ти проблеми. Когато упражняваш Квантова синхронизация, успокоителното ти влияние веднага се излъчва навън и помага да се изцелят болестите и нещастията на всички нас. Не си спомням името на френския философ, който бе казал, че ако се наведеш и откъснеш някое цвете, с това простишко действие променяш центъра на тежестта на цялата вселена. Същото се отнася и до лечебните актове, които пораждаш с КС. Всеки път, когато упражняваш метода, посяваш семе, което ще роди изключително рядък цвят. Подобно на камъче, хвърлено в тихо езеро, твоето целебно докосване ще изпрати спокойни вълнички, които нежно ще обляят далечните брегове на всяка вселена. При всяко изцеление, което предизвикваш с КС, ти превръщаш света в по-добро място за живеене.

Технологията, която може да спаси
нашия свят, ни е буквално под ръка.

Разбира се, Квантовата синхронизация не е единственият път към осъзнаването. Има хиляди пътища, които водят към вътрешен мир и външна хармония. Отправлям апел към всички да се обръщаме към осъзнаването всеки ден, колкото се може по-често. КС е лесен и приятен метод с мигновено действие. Той оказва непосредствена практическа полза, както и дълготрайни ефекти върху тялото, ума и околната среда. Не изисква да отделяш специално време и място за практикуването му. Можеш да го прилагаш навсякъде и по всяко време. Освен това Квантовата синхронизация не иска от теб само да седиш в състояние на осъзнаване. Тя те учи как да живееш в тази пълнота, пренасяйки дълбокото ѝ въздействие във всекидневния си живот. Тези предимства превръщат КС в идеална практика за теб, независимо дали си монах, магнат или самотна майка на три деца. Упражнявай Квантова синхронизация от сутрин до вечер, всеки ден. Упражнявай я

самостоятелно или я прибави към други системи за самоосъзнаване, за да увеличиш тяхната ефективност. Изпълнявай КС в края на медитациите или молитвите си, по време на делови срещи, докато висииш в задръстване или чакаш на опашката в супермаркета с ръце, пълни с продукти за набързо приготвена вечеря. Изпълнявай тази лесна техника и лично ще се убедиш в чудодейната промяна, която тя ще внесе в живота ти.

Ако се съмняваш, че в казаното от мен би могло да има някаква истина, просто приеми предизвикателството. Защото, ако греша, излиза, че ние, хората, сме се озовали в ужасно мрачна безизходица, така че няма какво да губиш. Дори при това положение ще разполагаш със забележително средство за лечение на навяхвания, лошо храносмилане, разбити сърца и други подобни. Но ако съм прав, ти ще си сред първите, които ще се впуснат в светлината на един живот, изпълнен с мир и благополучие. Имаш само една пречка - убеждението, че това не може да е така. Едничкото убеждение, което трябва да преодолееш, е онова, което те възпира да направиш първата крачка. Оттам нататък е лесно. Сега се сещам за един кратък диалог между Алиса и Бялата царица от „Алиса в огледалния свят” на Луис Карол.

- Няма смисъл да опитвам. Кой ли може да повярва в нещо невъзможно
- Осмелявам се да твърдя, че просто ти липсва опит - заяви Царицата. - На твоите години аз се упражнявах всекидневно по половин час. И да ти кажа, случва ми се понякога да повярвам в цели шест невъзможни неща още преди закуска.

Всъщност аз изобщо не те моля да се отказваш от това, в което вярваш. Убежденията не променят нашия свят - осъзнаването го променя. Тъй че запази убежденията си непокътнати, щом искаш; ала бъди осъзнат. Осъзнаването ще ти помогне да запазиш полезните си убеждения и внимателно ще отстрани онези, които не служат на теб и на този свят.

Изпълнявай Квантова синхронизация често и с игрива целенасоченост. Превърни се в дете, което изследва своя свят с широко отворени очи. Кога за последен път ти се случи да се поддадеш на магията на мига в това трескаво всекидневие? Спомняш ли си каква радост беше да лежиш по гръб в тревата и да гледаш как белите облаци лениво се носят по наситено синьото небе? Тогаво може и да не си разпознал чистото осъзнаване, породило в теб дълбоко чувство на радост и покой. Сега, когато вече го познаваш, остави се изцяло в неговите обятия. Вземи онова, което вече ти принадлежи. Изцели своя свят и в този смисъл и нашия свят - постепенно, душа след душа.

СВЪРЖИ СЕ С ФРАНК ЧРЕЗ САЙТА <http://www.quantumentraining.com/>

Докато посещаваш сайта, научи последните новини и събития, свързани с КС; запиши се за личен сеанс по Разширена КС при Франк или си набави екземпляр от първата му книга „Отвъд щастието: как да осъществим най-дълбокото си желание”. Непременно се отбий в блога за КС и научи как други хора използват Квантовата синхронизация, за да внесат хармония и изцеление в живота си. Там можеш да задаваш въпроси и да споделяш собствените си преживявания и мисли относно КС. Ще се радваме да получим вести от теб. Поддържай връзка с нас. Посещавай ни често и стани част от това динамично и вълнуващо движение, което изгражда световен мир чрез постигане на индивидуален мир.