

The background of the book cover is a complex, multi-layered mandala in shades of blue and white. It features concentric circles, star-like patterns, and intricate geometric designs. In the center, two hands are shown, palms facing each other, with a bright, glowing light emanating from the space between them. The light has a sunburst effect, radiating outwards. The overall composition is symmetrical and evokes a sense of spiritual energy and healing.

Ричард Гордон

**СИЛА
ИЩЕЛЕНИЯ**

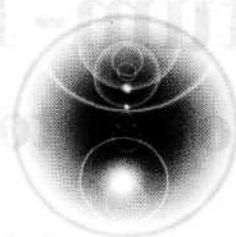
МЕТОД КВАНТОВОГО ПРИКОСНОВЕНИЯ

СОСРЛЯ

Quantum-Touch

The Power of Healing

By Richard Gordon



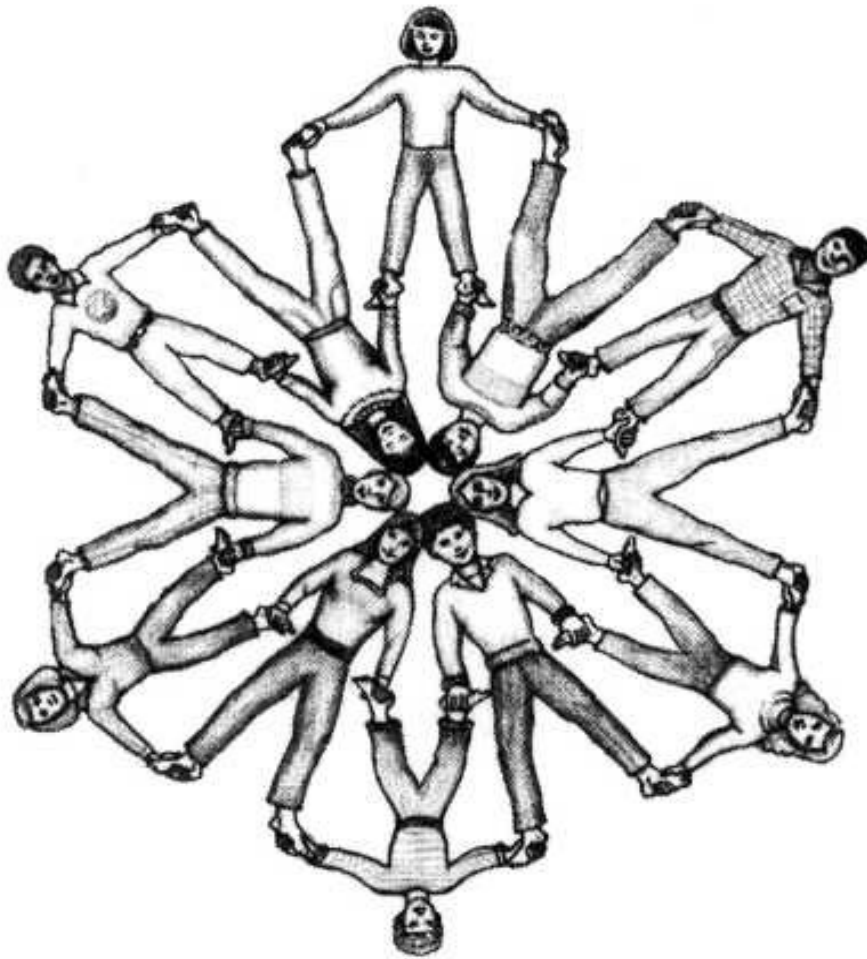
Illustrations by Richard Gordon
© 1997 by Richard Gordon and Gordon Gordon

Quantum-Touch
The Power of Healing

Quantum-Touch

The Power to Heal

By Richard Gordon

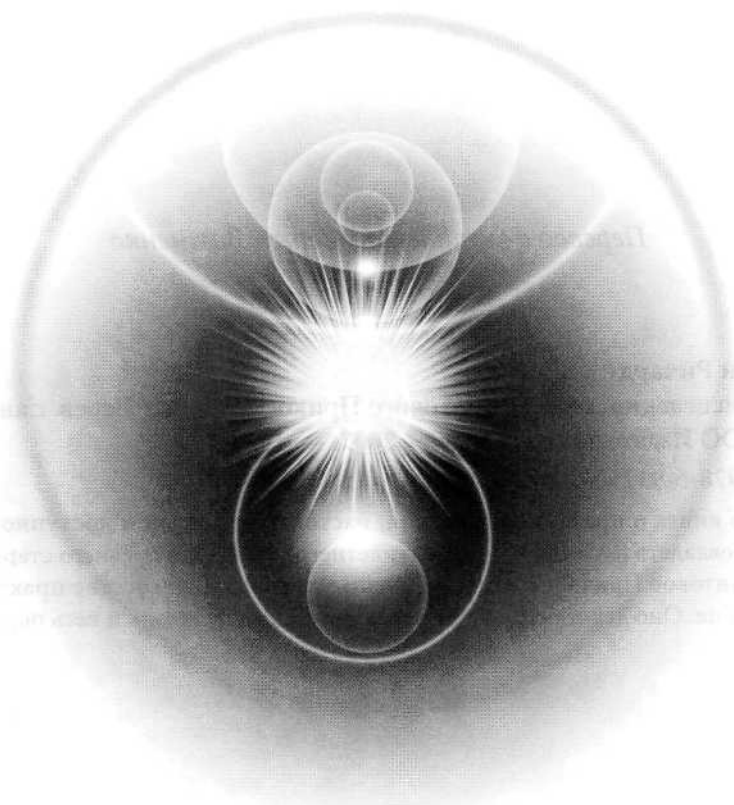


Illustrations by Eleanor Barrow

Cover by Eleanor Barrow and Carrie Toder

North Atlantic Books Berkeley, California

РичардГордон



СИЛА ИЩЕЛЕНИЯ

МЕТОД КВАНТОВОГО ПРИКОСНОВЕНИЯ

«софия»



2007

УДК 615.85
ББК 53.58
Г68

Перевод с английского Сергея Важненко

Г68 **Гордон Ричард**

Сила исцеления: метод Квантового Прикосновения / Перев. с англ. — М.: ООО
Издательство «София», 2007. — 192 с. ISBN978-5-91250-388-7

Это книга о практике исцеления, настолько простой и доступной, что ею
может овладеть КАЖДЫЙ — от пятилетнего ребенка до древнего старца.

Квантовое Прикосновение — мощный прорыв в искусстве практического
исцеления. Оно действительно может изменить вашу жизнь и весь окружающий
мир.

УДК 615.85
ББК 53.58

Quantum-Touch: The Power to Heal ©
1999, 2002, 2006 by Richard Gordon

© «София», 2007

ISBN978-5-91250-388-7

® Издательство «София», 2007

Содержание

ОТЗЫВЫ НА КНИГУ «СИЛА ИСЦЕЛЕНИЯ»	7
ПРЕДИСЛОВИЕ	13
ВВЕДЕНИЕ	14
 Часть I. ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП	17
Глава 1. ОТКРЫТИЕ	18
Глава 2. РЕЗОНАНС, ЖИЗНЕННАЯ СИЛА И ПРИНЦИПЫ КВАНТОВОГО ПРИКОСНОВЕНИЯ	24
 Часть II. ТЕХНИКИ	35
Глава 3. ИСЦЕЛЯЮЩИЕ РУКИ	36
Глава 4. НАИБОЛЕЕ ЧАСТО ЗАДАВАЕМЫЕ ВОПРОСЫ	59
Глава 5. ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНИКИ	81
Глава 6. ПРОДВИНУТЫЕ ТЕХНИКИ	96
 Часть III. ПРАКТИЧЕСКОЕ ПРИМЕНЕНИЕ	107
Глава 7. ЭНЕРГИЯ ИЗМЕНЯЕТ ОСАНКУ	108
Глава 8. РАБОТА НАД ПРОБЛЕМАМИ СПИНЫ И ШЕИ	125
Глава 9. РАБОТА СО ВСЕМ ТЕЛОМ	134
Глава 10. САМОИСЦЕЛЕНИЕ	145
Глава 11. КВАНТОВОЕ ПРИКОСНОВЕНИЕ И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА — НОВЫЙ КРУПНЫЙ УСПЕХ	149
Глава 12. ИСЦЕЛЯЕМ ЖИВОТНЫХ	154
Глава 13. ДИСТАНЦИОННОЕ ИСЦЕЛЕНИЕ	159
 Часть IV. ВАЖНЫЕ ДОПОЛНЕНИЯ	169
Глава 14. ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ИСЦЕЛЕНИЕ	170
Глава 15. ДАВАЙТЕ РАЗВЛЕЧЕМСЯ	174
 Часть V. ПРЕДВИДЕНИЕ	185
Глава 16. БУДУЩЕЕ ЭНЕРГЕТИЧЕСКОГО ЦЕЛИТЕЛЬСТВА	186

Отзывы на книгу «Сила исцеления»

Книга «Метод Квантового Прикосновения» станет важным и бесценным справочным руководством как для профессионалов, так и для новичков.

Журнал «Alternative Medicine Magazine», 2001

Техника Квантового Прикосновения проста в изучении, оказывает ощутимое воздействие на энергосистему организма и может создать серьезные перемены в человеческой жизни.

Леонард Ласкоу, доктор медицины

Всякий раз, применяя на практике советы, приведенные в книге «Метод Квантового Прикосновения», я поражаюсь полученным результатам. Удивительно то, что боль оставляет моих пациентов в течение буквально нескольких минут.

Роберта Хорохо, семейная медсестра, фельдшер

В процессе энергетического исцеления целитель действует как фокусирующая линза, которая вбирает в себя эту энергию и фокусирует ее в энергетическом поле исцеляемого человека. Важно, чтобы такая линза была как можно более прозрачной и чистой. Благодаря своей простоте методика Квантового Прикосновения минует эго самого целителя. При этом возникает эффект, который позволяет усилить прозрачность и чистоту целителя как фокусирующей линзы. Благодаря данному эффекту Квантовое Прикосновение становится полезным дополнением к другим техникам энергетического исцеления и в то же время само по себе является превосходной целительной техникой.

В силу своей элегантности техника Квантового Прикосновения снабжает целебной биоэнергией как самого целителя, так и того человека, который нуждается в исцелении. Квантовое Прикосновение вполне может стать современной методикой энергетического исцеления.

Джерри Питмэн, доктор медицины

Квантовое Прикосновение — это искусство, которое можно легко освоить и которое может обеспечить душевный и физический комфорт, внутренний баланс и исцеление, а кроме того, позволит восстановить правильную осанку. Я приветствую уникальную способность Ричарда Гордона облекать сложные концепции в доступную форму, а также его решимость принести плоды своего труда в дар всему миру.

ДэйвидКемиутцер, докторхиропрактики

Поскольку я адвокат, полученное образование развило во мне естественный скептицизм относительно так называемых самозваных целителей. Однако, овладев практическими навыками Квантового Прикосновения, я открыл для себя такую технику управления целебной энергией, которая в полной мере подтвердила свою эффективность, и, что самое главное, обучиться ей способен любой человек. Сам я сумел избавиться от поясничной боли собственного брата. Оказалось, что эти энергетические процедуры также эффективны при приступах учащенного сердцебиения и аллергии, которыми страдает моя подруга. Я настоятельно рекомендую этот метод всем людям, без всяких различий.

ДжонВ. Норетто, эсквайр

Квантовое Прикосновение — изумительная методика исцеления. Изумительная, поскольку она чрезвычайно проста в обучении. Вы изначально владеете средствами, необходимыми для овладения ею. И при этом она невероятно эффективна!

СандраАлстранд, дипломированныйиглотерапевт

Мне очень нравится Квантовое Прикосновение. Я занимаюсь энергетической медициной несколько лет — с тех самых пор, когда стал изучать терапию полярности. А Квантовое Прикосновение — это высший уровень энергетической практики. Я с большим успехом применяю Квантовое Прикосновение при лечении моих пациентов и членов семьи.

ХабибАбдулла, докторхиропрактики

Перед каждым из нас Ричард Гордон распахивает двери в мир энергетического целительства. Простые техники дают грандиозные результаты. Квантовое Прикосновение — это система, которую любой человек может быстро усвоить и применить в своей жизни.

КрисДаффилд, докторфилософии,
профессорСтэнфордскогоуниверситета

Квантовое Прикосновение проникает в глубинную сущность энергии, дабы способствовать удивительно быстрому и эффективному исцелению. Я настоятельно рекомендую этот метод.

Жаклин Лорелль, дипломированный иглотерапевт

«Метод Квантового Прикосновения» предлагает нам всем удивительно мощную и легкодоступную систему. Эта книга — дар вдохновения.

Глория Альвино, магистр естественных наук, фармаколог

Несмотря на свой богатый опыт, я никогда не встречал методики, которая своими позитивными результатами могла бы сравниться с техникой Квантового Прикосновения. Несмотря на полученные травмы, члены нашей команды благодаря этой технике смогли за очень короткий срок возобновить результативную игру, и улучшения в состоянии их здоровья продолжали наблюдаться даже по окончании сеансов терапии.

Дуэйн Гарнер,
тренер мужской баскетбольной команды
Калифорнийского университета в Санта-Круз

Ричард Гордон имеет непревзойденную способность одинаково просто объяснять принципы энергетического исцеления как новичкам, так и профессионалам. Первая книга Р. Гордона, «Ваши целительные руки: опыт полярности» (*Your Healing Hands— The Polarity Experience*), научила многих из нас использовать целительную энергию в своей повседневной жизни. Теперь Р. Гордон приглашает нас заглянуть еще глубже, чтобы активизировать глубинные принципы исцеления. В этой книге он мастерски переплетает повествование о своем открытии техники Квантового Прикосновения с исключительно ясными иллюстрациями, которые позволяют любому человеку изучить эту вдохновляющую новую технику. Данная книга служит бесценным подарком специалистам здравоохранения. Для исследователя феномен Квантового Прикосновения открывает такие возможности, упустить которые было бы непростительной ошибкой.

Джим Ошмэн, доктор философии

У тех, кто практикует энергетическую медицину, Квантовое Прикосновение усиливает эффекты Рэйки и других практических методов исцеления. Человеку непосвященному Квантовое Прикосновение дает возможность использовать свои внутренние целительские способности, которые присущи нам всем.

Элленди Нуччи, координатор проекта в рамках Программы
комплиментарной и нетрадиционной медицины Стэнфордского университета

Квантовое Прикосновение — это поразительно! Всего за два дня оно заставило работать мое плечо, что не удавалось в течение длившихся несколько месяцев сеансов физиотерапии и прочих целительных процедур. Теперь эта техника стала неотъемлемой частью моей практики, и я настойчиво рекомендую всем изучить эту простую и мощную технику.

Билли Вулф, врач-реабилитолог

Квантовое Прикосновение быстро и легко поможет простым людям обрести мощную концентрацию и усилить свою жизненную энергию, чтобы достигнуть невероятных успехов в практическом целительстве. Те же, кто практикует массаж или лечебные прикосновения, могут открыть в своей деятельности поразительное новое измерение.

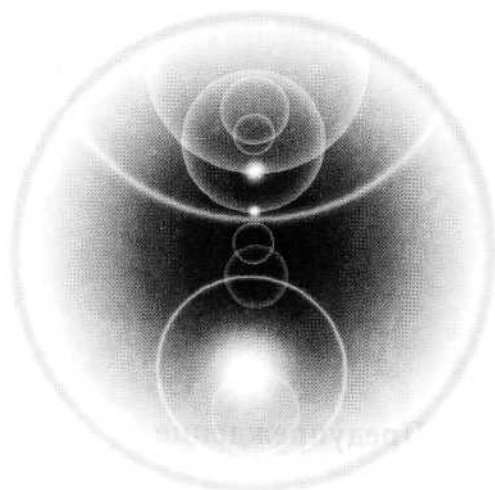
Хидер Вулф, дипломированная медсестра, мануальный терапевт,
инструктор по Терапии Полярности, инструктор по технике Лечебных Прикосновений

Это намного лучше, чем хиропрактика, физиотерапия или медицинское лечение. Квантовое Прикосновение практически полностью избавило меня от хронической боли в спине. Квантовое Прикосновение станет ценным приобретением для тех медицинских сестер, которые хотят продвинуться в своей карьере и достигнуть более высокого уровня мастерства. Эту технику следует изучать во всех медицинских колледжах страны. Квантовое Прикосновение — вот что нужно для того, чтобы изменить ту ограниченность, которая сейчас присуща профессии медсестры.

Лоралин Маккурри, дипломированная медсестра,
дипломированная медсестра-нарколог

Когда я сочетаю Квантовое Прикосновение с Рэйки или краниосакральной терапией, мне удастся достигать гораздо лучших результатов. Квантовое Прикосновение пробуждает магию ваших рук.

Рони Франк, краниосакральный терапевт, мастер Рэйки



Посвящение

Я посвящаю эту книгу универсальному осознанию того, что исцеление — это не только реальность, но также и навык, научиться которому легче всего. Осознавая, что жизненная сила существует реально и несомненно, я предлагаю эту книгу в поддержку создания и утверждения новой ветви науки, основанной на изучении энергии жизненной силы. Эта наука — «Наука о Жизненной Силе».

Я верю, что когда-нибудь «Наука о Жизненной Силе» привнесет в наше понимание физики, химии, биологии, медицины и психологии такое измерение, как сознание.

Я с благодарностью посвящаю эту книгу нашему общему будущему.

РичардГордон

Предупреждение

Описанные здесь практики не предназначены для того, чтобы заменить профессиональную медицинскую помощь. Ни автор, ни издатель не несут ответственности за любые последствия, связанные с применением лечебных приемов или средств, указанных в этой книге.

Предисловие

Два десятка лет назад Долорес Крейгер (Dolores Kreiger) предложила концепцию Терапевтического Прикосновения, которая по сей день широко применяется в работе медсестер. Исцеление нам приносят многие техники. По-моему, все они служат частью универсальной концепции, которую я называю «священным целительством».

Я лично встречался с Ричардом Гордоном и обучался у него методу исцеления, который он называет Квантовым Прикосновением. Многие из моих подчиненных также прошли этот курс обучения и смогли доказать, что Квантовое Прикосновение, даже без непосредственного контакта с пациентом (!), способно изменить запись биотоков его мозга. Избавление от болезненных симптомов наблюдалось у многих наших пациентов, которые страдали от хронических болей. Так, одной юной особе эта техника помогла быстро унять боль и обеспечить благополучное исцеление после того, как ей удалили зуб мудрости. Более 25 лет назад в своей книге «Все мы — целители» (*We are All Healers*) Сэлли Хэммонд утверждала, что каждый человек обладает потенциальной способностью к исцелению. Квантовое Прикосновение — это, пожалуй, первая техника, которая действительно может позволить всем нам стать целителями.

Нормэншили, доктор медицины и философии,
основатель Института комплексного здравоохранения,
основатель и президент Американской холистической медицинской ассоциации,
профессор кафедры психологии в Форестском институте профессиональной психологии

Введение

Квантовое Прикосновение — это метод практического исцеления, и, чтобы поверить, его нужно увидеть на практике. С помощью лишь легких прикосновений, применяемых к себе или другим людям, вы можете значительно ускорить действие целительных реакций вашего тела. Воздействие легкого прикосновения будет столь мгновенным и необычным, что буквально на ваших глазах кости вашего тела станут принимать правильное положение. Поскольку тело само «решает», как расположить эти кости, вам не придется заботиться о том, чтобы выполнить это правильно. Кроме структурной перестройки, Квантовое Прикосновение обеспечивает быстрое ослабление боли и воспалительных процессов, причем органы, системы и железы организма приходят в норму.

Чтобы овладеть техникой Квантового Прикосновения, вам просто нужно изучить различные техники дыхания, медитации осознания тела и положения рук.

Те из вас, кто будут применять принципы и техники, описанные в этой книге, смогут достичь высот мастерства едва ли не за один-единственный день. А все потому, что способность к исцелению заложена в самой природе человека. Точно так же как машина, которая сходит с конвейера, изначально оснащена рулевым колесом, окнами и дверьми, так и наша способность исцелять друг друга автоматически «встроена» в нашу систему. Точно так же как дети наделены способностью ходить, обучаться речи, смеяться, плакать и любить, все мы обладаем способностью к практике исцеления.

Однажды изучив технику Квантового Прикосновения, забыть ее вы уже не сможете. Этот процесс сильно напоминает обучение езде на велосипеде. Прежде чем вы оседлаете его, сама мысль о том, чтобы сидеть вертикально, опираясь на эти два узеньких колеса, кажется вам совершенно нелепой. Едва научившись сохранять равновесие, вы воспримете это как чудо, но со временем это покажется вам совершенно естественным и обычным. Впервые наблюдая результаты техники Квантового Прикосновения, вы часто воспринимаете их как нечто удивительное и незабываемое. Как и при езде на велосипеде, то, что некогда казалось чудом, со временем станет делом естественным и даже ожидаемым. А знание того, что вы способны помочь

исцелиться другим людям, таит в себе огромную радость и удовольствие. И я надеюсь, что эта радость весьма заразительна. Дипак Чопра писал:

Чтобы стимулировать исцеляющую реакцию организма, вы должны пройти по всем его основным уровням — клеткам, тканям, органам и системам — и прибыть в точку, которая связует ум и материю. Именно из этой точки начинает действовать сознание.

Я убежден, что такая точка взаимодействия ума и материи действительно существует, что она существует на квантовом (субатомном) уровне и что эта замечательная связь между умом и материей нам доступна через любовь и намерение. Используя присущую нам энергию любви, мы можем динамично и позитивно активизировать процесс исцеления своего тела. От ДНК и до костей — все клетки и системы без малейших усилий реагируют на целительные вибрации вашей любви.

Интересные факты о Квантовом Прикосновении, которые я хочу довести до вашего сведения:

Практические специалисты — представители всех направлений целительного воздействия, изучавшие Квантовое Прикосновение в США, Канаде и Европе, говорили мне, что эта техника значительно повысила энергетику или эффективность их целительной практики.

Хиропрактики думают, что эта техника — прогрессивная форма хиропрактики.

Физиотерапевты думают, что это — более эффективная форма физиотерапии.

Иглотерапевты признавались мне, что эта практика действует как более прогрессивная форма акупунктуры.

Мастера Рэйки называют эту технику «Посвящением в Рэйки» или «тур-бокомпрессией Рэйки».

Квантовое Прикосновение прекрасно сочетается со многими другими практиками — такими, как массаж, шиацу, дзинсин-до¹, техника Полярности,

¹Дзинсин-до (jinshindo) — «Путь сострадательного духа» (TheWayoftheCompassionateSpirit) — одна из современных методик акупрессуры. Автор, Иона Марша Тигарден (IonaMarshaTeeguarden), создала методику ДСД путем сочетания древних и современных приемов акупрессуры, полагая, что все болезни и недуги человека являются отражением дисбаланса в энергетической системе ума и тела, или ци. — Прим. перев.

краниосакральная терапия, терапевтическое прикосновение, целительное прикосновение и т.п., позволяя повысить их эффективность.

Квантовое Прикосновение — это замечательная целостная терапевтическая методика для людей, не прошедших предварительного обучения. Возможно, это также та техника исцеления, которой легче всего обучиться. Почти каждый из вас сможет достичь превосходных успехов, занимаясь исцелением всего после двух дней обучения.

Овладеть этой техникой настолько легко, что учиться можно прямо по данной книге. Даже дети овладевают ею почти мгновенно.

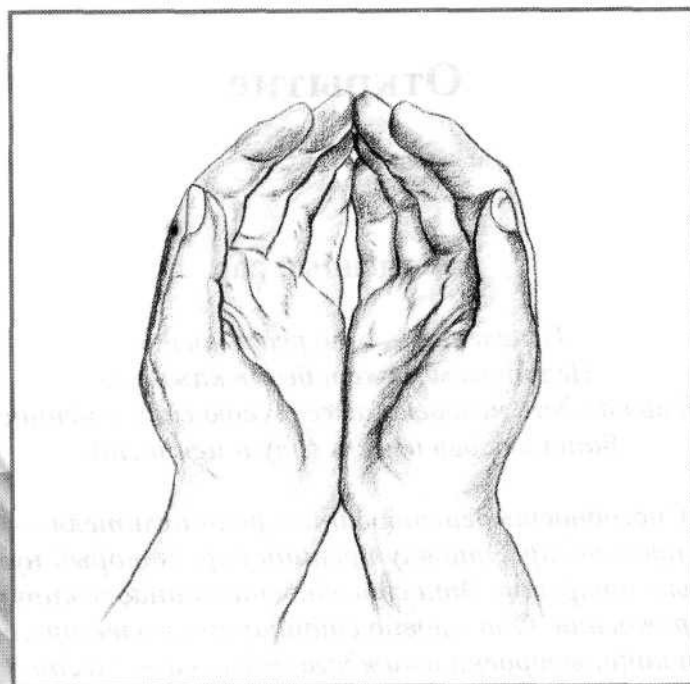
Квантовое Прикосновение позволит людям существенно ослабить боль и страдания друзей и близких. Это поистине один из жизненно важных навыков, которыми мы все должны овладеть.

Из чисто эгоистических побуждений я мечтаю жить в мире, где исцеление считают реальностью, где исцелением владеют все и где человеческая доброта, а также благородство нашей натуры проявляется легко и охотно.

Ради этих и других искренних устремлений я приглашаю вас отправиться вместе со мной в чудесное путешествие, чтобы открыть для себя Квантовое Прикосновение.

Не важно, чтобы ты знал всё, — знай только самые важные вещи.

МигельдеУнамуно



ЧАСТЬ I

ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ

ЭТАП

Открытие

Врожденный дар

*Исцеление — это реальность.
Целителем может быть каждый.
Любовь каждого человека имеет свою силу и ценность.
Ваша любовь имеет силу и ценность.*

*Способность действовать в роли целителя —
это просто дар. Это внутренний дар, который нужно
только открыть. Эта способность принадлежит нам
от рождения. Она, словно стандартная электронная
плата, встроена в каждого человека — жестко
вмонтирована в его систему.*

Cafesessions

— Моя мама страдает от сильной боли. Вы не позволите ей присесть?
— обратилась к нам женщина, которой на вид было лет шестьдесят.

Я и моя подруга, с которой мы в книжной лавке рассматривали иллюстрированную книгу о летучих мышах, немедленно вскочили со скамьи и, предложили женщинам занять наши места. Корчась от боли и тяжело дыша, другая женщина, которая была значительно старше первой, с большим трудом и очень медленно опустилась на скамью. Я спросил у дочери, от чего страдает ее мать, думая о том, чем бы ей помочь. Та ответила, что у матери острые боли в спине.

Приблизительно с полминуты я спорил с собой о том, должен ли я вмешаться, но живший во мне «целитель» взял надо мною верх. Я объяснил дочери, что в силу своей профессии использую некую форму практического исцеления, применяя которую я слегка прикасаюсь к болезненному участку тела. Я спросил у женщины, не хотела бы ее мать, чтобы я проделал эти манипуляции с ней. Та обратилась к своей матери по-французски, и старушка сказала, что это было бы просто прекрасно.

Обычно мой процедурный кабинет находится там же, где и я сам. Я часто даю сеансы исцеления во время концертов, лекций, в кино, на тренировках по гольфу, на семинарах, в супермаркетах, а точнее — везде, где мне приходится бывать. Такие сеансы я называю «cafesessions».

Я попросил старшую женщину указать место, которое ее беспокоит. Дочь перевела мой вопрос, после чего я, присев на корточки, положил ладони на поясницу бедной старушки. Ей было очень трудно дышать, и, когда я начал «качать энергию» через свои руки, лицо ее исказилось от боли. Но через пять минут лицо старушки просветлело. Обратившись ко мне, она просто сказала: «Спасибо, теперь мне лучше». Обе женщины встали, улыбнулись и, не промолвив больше ни слова, покинули книжную лавку.

Я тут же вернулся на скамью, схватил книгу, намереваясь продолжить ее изучение с того самого места, на котором мы остановились. К моему удивлению, подруга была явно потрясена происшедшим. Несмотря на то что мы с ней встречались время от времени на протяжении нескольких лет, ей как-то удавалось избегать безжалостно преследовавших меня столкновений с человеческим скептицизмом.

— Как ты можешь так легко браться за книгу после того, что случилось? — допытывалась она.

Я объяснил, что исцеление — это мое повседневное переживание. Хотя поначалу, когда я только приступал к практике Квантового Прикосновения, эти переживания вызывали у меня шок, с годами я к ним привык и даже научился их ожидать!

Потрясения, испытываемые в самом начале

По прошествии многих лет события, подобные упомянутому выше, стали для меня делом вполне обычным, но иногда я забываю, что у большинства людей такие происшествия могут вызывать потрясение и изменить их систему взглядов. По правде сказать, я сам испытал довольно много таких потрясений, когда начинал постигать азы своего ремесла.

В 1978 году, когда готовилась к изданию моя первая книга «Ваши целительные руки: опыт полярности» (*YourHealingHands—ThePolarityExperience*), по настоянию одной моей подруги я стал посещать семинары некоего известного целителя. В начале работы семинара я был удивлен, когда узнал, что грузный и тихий 60-летний мужчина, который все время сидел особняком, ни с кем не общаясь, и был ведущим группы.

Должен признаться, в ту пору моей жизни я весьма гордился собой, молодым и бойким человеком двадцати восьми лет, будущим автором первой и единственной популярной книжки, посвященной Терапии Полярности (*polaritytherapy*). И тут появился Боб Расмуссон. Боб — от природы прекрасный рассказчик. С абсолютно естественным и невозмутимым видом он рассказывал огромное количество историй, которые казались мне совершенно невероятными. Он попросил кого-нибудь из членов нашей группы выступить в качестве добровольца. На эту роль вызвалась та самая подруга, что привела меня на семинар.

В течение нескольких минут вся наша группа изучала осанку моей подруги. Раньше я как-то не замечал, что ее позвоночник сильно напоминает латинскую букву «S»: отдельные части тела (одно плечо, одно бедро и т. д.) располагались у нее гораздо выше других. Боб просто и непринужденно работал, прикасаясь то к одному участку ее тела, то к другому. Он наглядно продемонстрировал нам, что ее наружный затылочный выступ (у основания черепа) был сильно смещен. Боб начал делать мощные вдохи и слегка касаться основания черепа девушки, что продолжалось всего лишь несколько секунд. И сразу выступ стал совершенно ровным. Боб коснулся губ девушки, коснулся ее плеч и пальцами пробежал вниз по спине. Признаться, я с трудом верил собственным глазам, наблюдая, как кости девушки словно таяли, принимая правильное положение. Всего за 10-15 минут ее спина стала почти совершенно прямой, а ее бедра и плечи выровнялись. Мягко говоря, я был совершенно восхищен!

В этот момент я сделал для себя три главных вывода. Первый вывод заключался в том, что Боб Расмуссон обладал каким-то редкостным и невероятным даром. Второй уверял меня в том, что никто никогда не сможет этому научиться. Третий вывод состоял в том, что я никогда не смогу этому научиться.

К концу того дня я уже мог свободно смещать кости легким прикосновением руки. Я был поражен. К счастью, все три мои вывода оказались неверными.

Вскоре я стал Бобу другом и соседом и часто бывал в его доме. Я наблюдал его за работой и старался понять, как и почему Боб оказался сильнее тех людей, которых он обучал. Два года подряд я ежедневно практиковался, часами работая с энергетикой.

Вскоре я начал проявлять творческий подход к своим попыткам научиться этой работе. И таким образом я смог открыть для себя новые способы повышения уровня энергетики и усиления моих способностей. Наконец я достиг такого уровня, что сам Боб стал просить меня, чтобы я поработал над ним.

Марджери

Пожалуй, самое большое потрясение за время своей работы я испытал приблизительно два года спустя после того, как впервые узнал от Боба основные принципы этой техники. Я был тогда в Лос-Анджелесе, где демонстрировал технику Квантового Прикосновения перед группой из восьми человек. Моей демонстрационной моделью вызвалась быть Марджери. Она страдала от острой формы остеопороза и очень сильно горбилась. При ходьбе ее взгляд всегда был устремлен в пол. Я попросил ее надеть сорочку на кнопках задом наперед, чтобы все могли лучше рассмотреть ее спину.

Я испытал настоящий шок, когда впервые увидел ее позвоночник. Каждый позвонок был смещен. Один из них был сильно сдвинут влево, следующий, пониже, еще больше выступал влево, а тот, что шел за ним, почему-то был сильно сдвинут вправо. Некоторые кости ее скелета выступали дальше, чем я мог бы себе представить. Они напоминали кости динозавра. Другие кости были сильно искривлены. Глядя на позвоночник Марджери, я легко смог понять, почему она так сильно горбится при ходьбе.

Я принялся качать энергию в ее спину. Я работал с каждым позвонком отдельно, тратя на него минуту или две, после чего переходил к другому, чтобы проделать с ним то же самое. Приблизительно минут через пятнадцать участники группы стали вдруг обсуждать результат:

— Картина как будто улучшилась или это мне кажется?

Еще минут через 15-20 я услышал, как кто-то сказал:

— Теперь я точно вижу, что картина улучшилась!

Кости Марджери постепенно выравнивались, принимая правильное положение. Еще через четверть часа все стали говорить:

— Вот это да, теперь гораздо лучше!

Прошел всего час с четвертью, а все мы уже пребывали в совершенном восторге.

Я не мог поверить собственным глазам. Все позвонки Марджери выстроились в ровную линию. Те позвонки, что прежде сильно выступали наружу, теперь заняли естественное положение. Другие позвонки, которые были вдавлены вовнутрь, теперь вернулись на место.

Марджери встала, и вдруг оказалось, что ростом она намного выше меня, тогда как раньше, когда она была сгорблена, наши глаза были вровень. Тут в комнату вошла дочь Марджери. При виде своей матери, которая теперь стояла ровно, она разрыдалась. Мать и дочь обнялись, обливаясь слезами. Люди, что находились в комнате, взволнованно обсуждали увиденное, и я был поражен не меньше их.

Когда я вернулся в дом моего друга в Лос-Анджелесе, у которого я тогда проживал, мне казалось, что события того дня опрокинули столь милый и уютный мир моих представлений в пучину волнений и тревог. Помню, как, сидя на полу и опершись спиной о стену, я размышлял о происшедшем. Внезапно в моей голове прозвучал громкий и отчетливый голос, который сказал: «НИЧЕГО ЭТОГО НЕ БЫЛО!»

На мгновение я действительно в это поверил. Но тут же во мне возник внутренний протест. Я вспомнил, как люди говорили о том, что позвоночник той женщины постепенно выравнивается. Я вспомнил, как перемещались позвонки, пока не встали ровно — все до единого. Я вспомнил, как она стояла — такая стройная и высокая, вместе с дочерью обливаясь слезами благодарности.

— Нет, — воспротивился я, — это действительно было! Значит, такое возможно.

Братец Кролик

Следующее потрясение, которое я испытал, было куда менее сильным. Моя подруга Кэрол приехала ко мне погостить, а поскольку близилась Пасха, она взяла с собой маленького кролика. Однажды, придя домой, я обнаружил, что этот проказник выбрался из своей коробки и повсюду оставил маленькие коричневые катышки. Я решил поймать его и вернуть в коробку. Минуту или две побегав за Братцем Кроликом по всему дому, я наконец загнал его в угол.

Положив свои руки на тельце кролика, я ощущал, как оно дрожит от страха, и с интересом подумал, что произойдет, если я буду качать в него энергию. Прodelав это с минуту или две, я почувствовал, что кролик перестал дрожать, а его маленькие мышцы расслабились под моими ладонями. Из любопытства я продолжал качать энергию. Еще через пару минут кролик сделал нечто такое, чего я никак не мог ожидать: он вытянул свои передние лапки так далеко, как только мог, и лег, совершенно расслабившись.

«Вот так номер», — подумал я.

Продолжив качать энергию в тельце кролика, я вдруг увидел, как он откинулся на спину, вытянув передние лапки вперед, а задние назад. При

этом мои ладони оказались у него на животе. Вид у кролика был такой, словно в теплый день он, растянувшись, лежит на берегу и все его тело упивается солнечным светом. До сих пор я никогда не видел и даже не слышал, чтобы кролики такое вытворяли. В этот момент я начал понимать, что во время таких сеансов могут происходить поразительные вещи.

Боб и его желчный пузырь

Однажды утром мне сообщили по телефону, что у Боба колики желчного пузыря, он мучается от боли и у него нет знакомых целителей в Лос-Анджелесе. Так что не могу ли я приехать из Санта-Круз (приблизительно 7 часов езды), чтобы с ним поработать? Я отложил все свои дела на этот день и двадцать минут спустя уже сидел в своей машине, направляясь навстречу с Бобом.

Прибыв в Лос-Анджелес, я остановился в мотеле, где находился мой друг, и застал его там лежащим в постели. Мне сказали, что врачи собираются удалить ему желчный пузырь. Бобу не нравилась мысль о том, что какие-то незнакомцы вскроют его тело и лишат жизненно важного органа. Поэтому я влез на его койку, положил ладони ему на желчный пузырь и стал качать энергию. Как вы узнаете позже, эта работа требует от целителя большой концентрации, многих усилий и интенсивного дыхания. По окончании процедуры, которая длилась около полутора часов, боль отпустила Боба. В конце сеанса ему пришлось изрядно попотеть. Он встал с постели, принял душ и, когда мы вышли на улицу, сдержанно поблагодарил меня и сказал, что теперь ему лучше. В тот же вечер я уехал назад в Санта-Круз. Лишь по прошествии тринадцати лет я окончательно узнал, каков был результат того сеанса. Желчный пузырь с тех пор ни разу не побеспокоил Боба.

Все эти первые «потрясения» сослужили добрую службу в моем дальнейшем изучении Квантового Прикосновения. Я научился легко относиться к моментам, когда мне приходится видеть, как кости человека принимают нужное положение. Теперь не менее сильные потрясения я чувствую, когда наблюдаю за своими учениками, которые делают то, чего никогда не делал я. Сейчас я не столько удивляюсь, сколько бываю глубоко тронут чьей-то благодарностью и изумлением.

Резонанс, жизненная сила и принципы Квантового Прикосновения

*Глубже сферы нашего осознания находится
необъятный мир вибраций.
Подобно жукам-водомеркам, что суетливо снуют по
поверхности пруда, мы часто не замечаем тех обширных
сфер, которые существуют рядом, под «ватерлинией»
нашего непосредственного восприятия.*

Резонанс

Поистине, в действии резонанса есть нечто таинственное и чудесное. Повсюду — от звездных галактик до мира субатомных элементов — все люди и частицы танцуют в этой силе.

Если фортепиано и гитару настроить в тон и сыграть на фортепиано ноту «соль», то струна «соль» гитары тоже начнет вибрировать. Звуковые волны, перемещая молекулы воздуха, передают акустическую энергию от пианино гитаре. Подобным же образом настроенные осцилляторы, то есть предметы, которые могут вибрировать с одной и той же частотой¹, могут без особого труда передавать энергию друг другу. В нашем примере гитарная струна улавливает энергетические волны, идущие от фортепиано, поскольку она настроена на ту же частоту. Там, где имеются одинаково настроенные осцилляторы, они всегда образуют так называемую резонансную систему. Струны гитары и фортепиано резонируют между собой.

¹Простейшим примером настроенного осциллятора является камертон. —
Прим. перев.

Если несколько больших напольных часов маятникового типа поставить в ряд у стены, причем их маятники будут раскачиваться не в такт (как говорят, «не в фазе»), то уже через несколько дней маятники начнут раскачиваться в такт («попадут в фазу») и все часы станут бить в одно и то же время. В этом случае энергии, передаваемой вдоль общей стены, будет достаточно, чтобы все часы могли попасть в фазу. Вовлечение — так называют явление, благодаря которому две одинаково настроенные системы могут синхронизировать свое движение и энергию таким образом, что их ритмы и фазы будут совпадать.

Это явление также возникает в электронике. Если у вас имеется несколько одинаково настроенных генераторных схем, которые вибрируют с одинаковой частотой, то более медленная схема начнет работать скорее, чтобы «угнаться» за более быстрой. Оба эти примера демонстрируют нам, как энергия трансформируется от одной системы к другой, когда они настроены одинаково.

Какой из всего этого следует вывод? Во-первых, там, где две системы генерируют колебания на разных частотах, между ними возникает движущая сила, именуемая резонансом, которая побуждает их передавать энергию друг другу. Когда две одинаково настроенные системы вибрируют на разных частотах, возникает другой аспект передачи энергии, называемый вовлечением, который выравнивает эти две системы и заставляет их вибрировать с одинаковой частотой. Вовлечение — это процесс, при котором предметы взаимно выравнивают свое движение и энергию, чтобы они совпадали по ритму и фазе.

Похоже, тот же принцип действует и в биологических системах. Теплыми ночами в разных краях света на деревьях беспорядочно зажигают огни светляки. Очень скоро их огоньки начинают мигать согласованно. Мне часто приходилось слышать, как сверчки или лягушки находили единый ритм и согласованно перекликались друг с другом. В этих случаях сама природа находит пользу или, быть может, экономию в том, чтобы увлекать единым ритмом отдельные существа. Пожалуй, еще более загадочным образом женщины, которые делят кров или постель, тоже вовлекаются в единый ритмический цикл менструаций. Ученые обнаружили, что даже извлеченные из тел животных сердца, если в них поддерживать жизнь и поместить вблизи друг от друга, вовлекутся в единый ритм, т. е. отдельные сердца будут биться в унисон. Оказывается, этот процесс универсален.

Пожалуй, Ицхак Бентов был абсолютно прав, когда в своей увлекательной книге «Охота на дикий маятник» (*Stalking the Wild Pendulum*) заметил:

Болезнь можно рассматривать как расстройство в поведении того или иного органа тела. Если воздействовать на него сильным гармонизирующим ритмом, то интерференционная волновая картина, которая представляет данный орган, может вновь обрести прежний ритм.

И. Бентов утверждает, что подобная теория может объяснить причину реальной эффективности энергетического исцеления. Я с ним согласен.

Когда два предмета вибрируют с разной частотой, то благодаря резонансу и вовлечению более низкая вибрация будет нарастать, или более высокая из них — понижаться, или они встретятся посередине. Те, кто практикуют Квантовое Прикосновение, учатся доводить вибрацию своих рук до очень высокой частоты посредством дыхательных и медитативных приемов. Когда они располагают свои ладони вблизи больного человека, его тело будет резонировать подобно одинаково настроенному резонансному контуру и вовлечется в ритм действия рук целителя. Вселенская вибрация, посредством которой люди могут передавать целительную энергию друг другу, — это Любовь.

В своей книге «Эзотерическая анатомия: тело как сознание» (*Esoteric Anatomy: The Body As Consciousness*) Брюс Бургер пишет:

Симпатический резонанс характеризует склонность двух волн с одинаковым угловым радиусом к взаимным ответным вибрациям, благодаря которым они наполняют друг друга энергией и поддерживают универсальный контакт. Таким образом, волны одинаковой длины и частоты будут воздействовать друг на друга во всяком Божьем создании. В этом состоит ключ к пониманию одного из динамических процессов, который сплавливает это творение воедино, а также к пониманию нашей теории тела как энергии священного звука.

Человек, практикующий Квантовое Прикосновение, поддерживает максимально возможный уровень вибраций, который становится доминантной частотой. «Исцеляемый» (иногда его еще называют клиентом либо пациентом), иначе говоря, человек, чье тело подвергается исцелению, просто вовлекается и совмещает уровень своих вибраций с вибрациями практикующего специалиста. Духовный наставник по имени Лазарис¹ говорит: «Великий целитель — это человек, который очень сильно болел и быстро поправился». Я полагаю, что всякий, кто заявляет о своей способности исцелять других, является человеком невежественным, заблуждающимся, излишне само-

¹Lazaris — Лазарис, по его собственному определению, есть «многоуровневое сознание», нематериальная сущность, которая обращается к людям устами Яха Парсела (Jach Pursel). Впервые он начал вещать через Яха 3 октября 1974 года, хотя личный контакт между ними возник ранее. Ях сообщил, что Лазарис подготавливал его для использования в качестве коммуникационного канала на протяжении нескольких человеческих жизней. Лазарис утверждает, что ранее он контактировал с Пени Норт (Penny North) — до того, как она скорпостижно скончалась в мае 2001 г. Источник: <http://encycl.opentopia.com/term/Lazaris>. — Прим. перев.

уверенным либо склонным к бредовым иллюзиям. Такие люди всего лишь питают других резонансной энергией, чтобы те могли исцелиться сами.

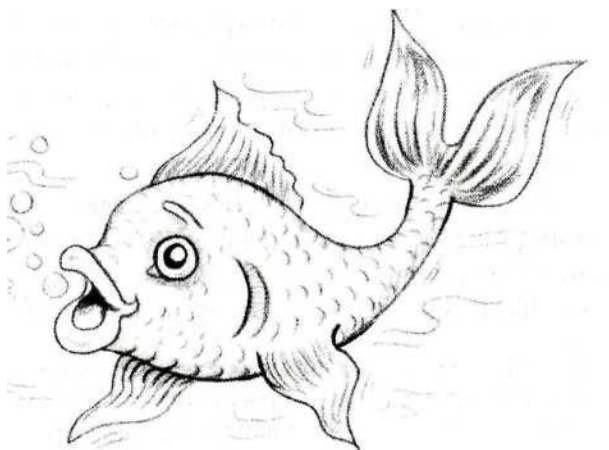
Практикующий специалист просто поддерживает чрезвычайно высокий уровень гармонизирующей энергии, и энергия пациента должна совпасть с этой вибрацией. Разум, присущий телу человека, принимающего эту энергию, сделает все, что потребуется, лишь бы совершить исцеление. Тело исцеляет себя с помощью невероятно высокого уровня разума. Западная культура часто принимает внутреннюю способность тела к самоисцелению как некую данность, но именно эта способность и является истинным целителем. Если взглянуть на клетки нашего тела, то можно увидеть, что сотни миллиардов из них постоянно снабжают нас кислородом, а также питательными веществами, которые мы потребляем. В ходе своей жизнедеятельности они образуют углекислый газ и прочие отходы. В то же время эти клетки заняты своей репродукцией и самоисцелением. В результате они ежедневно переживают тысячи микроскопических изменений! К счастью, я не должен следить за всем этим процессом, ведь мне порой бывает даже трудно вспомнить, куда я задевал мои ключи.

Не овладев необходимыми приемами дыхания и техниками осознания тела, человек, практикующий Квантовое Прикосновение, может опуститься до уровня вибраций своего пациента и таким образом истощить себя. На самом деле этого никогда не происходит, поскольку методика Квантового Прикосновения использует техники, позволяющие сохранять естественно высокий уровень резонанса.

Возможно, в скором времени целителей станут называть «резонансными терапевтами».

Жизненная Сила

«Нет, я представления не имею, что такое вода, — сказала рыба. — А почему вы спрашиваете?»»



Каждый из нас постоянно ощущает на себе вечное движение энергии жизненной силы, которое течет внутри и вокруг наших тел. И только современная западная культура, словно та рыба, которая не имеет представления о воде, все еще отрицает существование жизненной силы. Согласно научной методе, чтобы допустить существование чего-либо, это нужно измерить. Но поскольку ученые не располагают достаточно чувствительной аппаратурой, способной измерить или доказать существование жизненной силы, они отрицают ее реальность. Это все равно что отрицать существование какого-нибудь телевизионного канала лишь потому, что ваш телевизор на него не настроен. Это также все равно что отрицать любовь по той причине, что ее нельзя измерить метром или взвесить на весах.

Жизненная сила — это энергия, наличие либо отсутствие которой позволяет отличать живые сущности от неживых. Это живительное течение жизни, которое на протяжении многих тысячелетий признают, уважают и используют многие мировые культуры. Китайцы зовут ее Ци, у японцев она называется Ки. В этих и многих других странах энергию жизненной силы используют в разнообразных техниках целительного массажа, акупунктуры и в многочисленных видах боевых искусств. Индийские йоги называли эту энергию праной и использовали ее понимание для достижения высших вершин сознания посредством таких практик, как йога, пранаяма, медитации и различные методы исцеления. Гавайские кахуны¹ называют эту энергию Мана и применяют ее для практического и дистанционного исцеления, а также в религиозных ритуалах.

Ирония в том, что практически все мы ощущаем жизненную силу ежеминутно и повседневно. Для большинства из нас ощущения энергии жизненной силы подобны шуму той улицы, на которой мы проживаем. Мы настолько привыкли к нему, что перестали его замечать. Мы можем заметить его только тогда, когда специально вдруг остановимся посреди улицы и хорошенько прислушаемся. Порой нам труднее всего удастся заметить или признать наиболее явные и очевидные вещи. Жизненная сила как раз и относится к их числу. Однако, хотя мы не всегда способны осознать ее присутствие, большинство из нас легко могут ее почувствовать. Нужно только знать, как ее искать.

Пожалуй, даже в английском языке существует некое интуитивное понимание жизненной силы и праны. Когда некий человек умирает и жизненная сила покидает его тело, мы говорим, что этот человек «испустил дух» (has expired²). Точно так же, когда некий человек переживает неверо-

¹ Кахуна — шаман или жрец у жителей Гавайских островов. — *Прим. перев.*

² Английское слово «expire» происходит от латинского *exspirare*: *ex-*, *ex-* + *spirare*, «выдыхать», «испускать» (дух), «умирать». — *Прим. перев.*

ятный творческий подъем, мы говорим, что он «вдохновлен» (inspired¹). Те же слова — «вдох» и «выдох» — мы употребляем, говоря о дыхании. К тому же оказывается, что дыхание — это главный источник праны.

В довершение скажем, что энергия жизненной силы — это поток жизни, обладающий столь высоким уровнем интеллекта, который недоступен воображению человека. Жизненная сила пропитывает собой все живое.

Наука об энергии жизненной силы

Реальность существования энергии жизненной силы документально подтверждается буквально в тысячах научных работ. Приемы дистанционного исцеления и молитвы производили мощное жизнетворное воздействие на бактерии, дрожжевые грибки и прочие одноклеточные организмы, на ДНК, ферменты и многие химические вещества. Ученые также осуществили большое количество экспериментов с растениями, животными и, конечно же, с людьми.

На мой взгляд, тот факт, что эти исследования не были отражены на страницах большинства школьных и институтских учебников, связан скорее с политикой официальной науки, чем с низкой научной ценностью этих работ. Как сказал социолог Марчелло Труцци, «нестандартные научные идеи редко находят поддержку у тех, кто ищет выгоду в конформизме». Тем, кому интересно больше узнать об этих исследованиях, я могу посоветовать следующие книги:

Джеймс Ошман, «Научные основы энергетической медицины» (*EnergyMedicine: TheScientificBasisJamesL. OschmanChurchillLivingstonejinc, 2000*) Дэниел Бенор, «Духовное исцеление: научная оценка революции в исцелении» (*SpiritualHekling: ScientificValidationofaHealingRevolution, DanielBenorVisionPublications, 2001*) Ричард Гербер, «Вибрационная медицина»²

Валери Хант, «Безграничный ум» (*InfiniteMind: ScienceofHumanVibrationsofConsciousness, ValerieVHuntMalibuPublishingCompany, 1996*)

За дополнительной информацией вы также можете зайти на сайт Международного общества исследования тонких энергий и энергетической медицины (*InternationalSocietyfortheStudyofSubtleEnergiesandEnergyMedicine—ISSSEEM*).

См.: <http://www.issseem.org>.

¹ Английское слово «inspire» происходит от латинского *Inspirare*, «вдыхать», «вдувать». —

Прим. перев.

² М.: «София», 2000.

Истинная магия прикосновения — это энергия жизненной силы

На протяжении многих десятилетий врачи и психологи признавали огромную ценность и важность прикосновения. Как показывают результаты научных исследований, дети, которые не знают ласковых прикосновений, развиваются медленнее тех, которых регулярно держат на руках. Такие дети не только медленнее растут, но также обладают более слабой иммунной системой и сильнее подвержены болезням. Неудовлетворенная потребность в ласковых прикосновениях может вызывать у детей тяжелые эмоциональные расстройства и даже являться причиной их агрессивного поведения. В ходе исследований ученые также обнаружили, что отсутствие ласковых прикосновений оказывает разрушительное воздействие на психику подопытных обезьян, когда их лишают контакта с матерями.

Если такое лишение контакта воспринимается как обида, то можно предположить, что частые прикосновения окажутся благотворными и полезными для здоровья. В своей замечательной книге «Как вырастить ребенка счастливым. Принцип преемственности» Жан Ледлофф (Jean Liedloff. *The Continuum Concept*) рассказывает о своих наблюдениях за детьми «примитивного» индейского племени екуана, которое обитает в бразильских джунглях. Матери этого «примитивного» племени, которое фактически пребывает еще в каменном веке, постоянно носят своих маленьких детей на руках. Вырастая, дети не проявляют склонности к насилию. Прожив в этом племени два с половиной года, Жан убедилась, что дети здесь охотно подчиняются старшим и даже те из них, кто только начал ходить, мирно играют друг с другом без распри и ссор. Сравните эту картину с нашим «современным» обществом, где в родильных отделениях больниц медики отлучают детей от матерей с самого момента рождения. Оказавшись в изоляции, эти младенцы не слышат никаких иных звуков, кроме плача других детей, которые лежат рядом с ними. Вырванные из рук своих матерей, эти дети продолжают плакать, пока не заснут.

И тут у меня возникает вопрос: что же такое прикосновение и почему оно настолько важно?

Если бы все дело заключалось в простом физическом контакте, то механическая колыбель или качалка либо просто подвижный кусочек кроличьей шерсти могли бы удовлетворить потребности младенца в ласковом прикосновении. Но мне не верится, что прикосновение имеет лишь материальную значимость. Мне кажется, здесь требуется нечто большее, чем просто механическое поглаживание. На мой взгляд, истинная ценность прикосновения состоит в энергии жизненной силы, а также в той любви, которую несет в себе это прикосновение.

Такая мысль еще прочнее укоренилась в моем сознании в этом году, после случая, который произошел с Тедди, младенцем, родившимся на 13 недель раньше срока. Тедди был седьмым ребенком, который родился у матери-алкоголички с 10-летним «стажем». Врачи определили у мальчика острый фетальный алкогольный синдром, результаты обследований показали наличие в его крови кокаинового крека, и наблюдавший младенца врач сказал, что ребенок «практически безнадежен». С момента своего рождения Тедди не мог пошевелить ни одной мышцей и беспомощно лежал, словно крохотный мягкий мешочек с костями. Глаза его были плотно закрыты, а мышцы рта оказались настолько неразвиты, что он даже не мог сосать из бутылочки молочную смесь. Его слаборазвитый организм был способен только глотать. Тельце Тедди было столь тщедушным, что вся кисть его руки могла уместиться на ногте большого пальца взрослого человека. После двух недель пребывания в больнице Тедди передали в приемную семью, где отец, мать и все пятеро детей владели техникой Квантового Прикосновения. Каждый из членов этой семьи снабжал Тедди энергией. (Замечу, что для эффективного исцеления достаточно и одного человека. Но всей семьей — это куда веселее!)

Когда Тедди настолько окреп, что по утрам уже мог посредством плача сообщить о том, что голоден, его приемный отец Майкл стал брать младенца на руки, чтобы снабжать энергией его крохотное тельце. Удивительно быстро — буквально в течение нескольких секунд — Тедди прекращал плакать, полностью расслабляясь в руках Майкла. Получив очередную порцию Квантового Прикосновения, Тедди тихо лежал и терпеливо ждал, пока ему приготовят молочную смесь. Эта реакция сразу напомнила мне того испуганного кролика, который, как я говорил уже в первой главе, лежал, раскинувшись на спине. А еще своим поведением этот малыш напомнил мне черепаху моего приятеля Генри, о которой мне предстоит рассказать вам в седьмой главе. Эта черепаха любила отдыхать, высунув из панциря голову и все свои лапы, когда ее держали в руках.

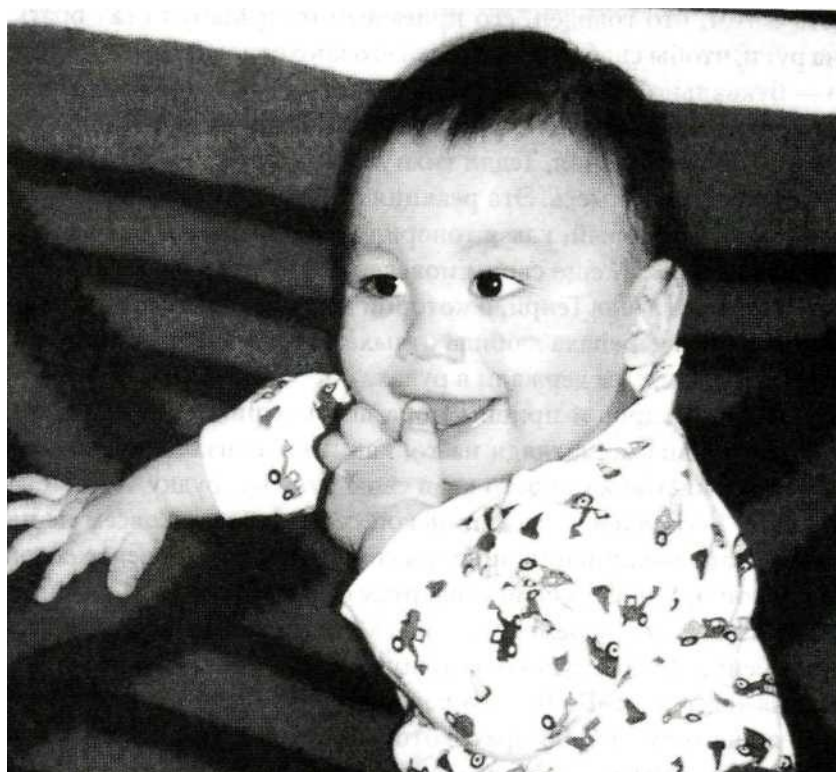
Когда Тедди подрос и пришла пора делать прививки, все названные братья и сестры визжали, глядя на то, как иглы вонзались в обе его ягодицы. В это время Майкл просто клал свою руку на грудку Тедди и качал в него энергию. К удивлению медицинской сестры, Тедди совсем не плакал. На третьем этапе вакцинации, полгода спустя, Майкл провел эксперимент и после второй прививки убрал свою руку с грудки Тедди. Мальчик тут же побагровел и заплакал. Через пару секунд Майкл опять положил свою ладонь на грудь ребенка. Тедди глубоко вздохнул и снова расслабился.

Сегодня Тедди, или «Бу-Бу», как теперь его называют в семье, стал источником всеобщего умиления. Врач, который некогда «питал мало надежды на нормальное развитие» мальчика, теперь заявил, что ребенок развивается



Тэдди в возрасте трех недель

Тэдди 10 месяцев



нормально, а также заметил, что не верит, будто это тот самый ребенок. Сегодня, когда Тедди уже десять месяцев, все показатели его развития находятся в норме и соответствуют возрасту. Морфология лица Тедди также существенно нормализовалась. В ходе нашей недавней беседы доктор Норман Шили откровенно признался: «Я бы очень хотел дожить до того времени, когда каждого недоношенного, слаборазвитого или отравленного алкоголем либо наркотиками младенца будут исцелять посредством Квантового Прикосновения».

Надеюсь, когда-то это непременно случится. Уверен, что это лишь вопрос времени.

Принципы Квантового Прикосновения

- ▶ Любовь — это универсальная вибрация; любовь осуществляет коммуникацию на всех уровнях, функционирует на всех уровнях и выражает нашу истинную природу. В ней — основа всякого исцеления и сущность жизненной силы.
- ▶ Способность содействовать исцелению естественна и присуща всем людям.
- ▶ Исцеление есть навык, которому можно научиться и который закрепляется с практикой. Те, кто практикуют Квантовое Прикосновение, со временем обретают все большее мастерство в перемещении энергии и целительстве.
- ▶ Энергия следует за мыслью. Человек, практикующий технику, применяет намерение и различные медитации для создания высокоэнергетического поля и окружает этим полем исцеляемый участок тела.
- ▶ Резонанс и эффект вовлечения заставляют исцеляемую область менять свои вибрации, выравнивая их с уровнем вибраций практикующего специалиста. Такой специалист просто поднимает и удерживает резонанс на новом уровне.
- ▶ На самом деле, ни один человек не может исцелить кого-либо. Целителем является тот, кто нуждается в исцелении. Практикующий специалист просто поддерживает резонанс, предоставляя организму возможность исцелить себя.
- ▶ Верить в этот процесс необходимо. Данная практика может вызывать временное ощущение боли или другие неприятные ощущения, однако все они являются частью процесса исцеления. Жизненная сила взаимодействует с такими сложными материями и мудростью, которые находятся за пределами нашего понимания и восприятия.

- ▶ Стремясь осуществить необходимое исцеление, энергия следует за природным разумом тела. Практикующий специалист внемлет «разуму тела» и «преследует боль».
- ▶ В процессе этой практики сам практикующий специалист также обретает исцеление.
- ▶ Дыхание повышает уровень жизненной силы.
- ▶ Сочетание дыхательных и медитативных техник позволяет выровнять энергию, что приводит к многократному росту энергии по принципу действия лазера.
- ▶ Синергия — это результат совместных усилий нескольких целителей, которые трудятся сообща, и такой результат превышает сумму усилий сторон. Синергия бывает очень мощной.
- ▶ Исцеление может осуществляться дистанционно и при этом быть весьма эффективным.
- ▶ Квантовое Прикосновение легко и эффективно сочетается с другими методиками исцеления.
- ▶ Способность устанавливать контакт с духовной сущностью другого человека в любой из форм восприятия и обращение за помощью открывает еще одно измерение той энергии, которая способна выполнить такую работу.

Многие из указанных принципов мы объясним в последующих главах этой книги.





ЧАСТЬ II

ТЕХНИКИ

Исцеляющие руки

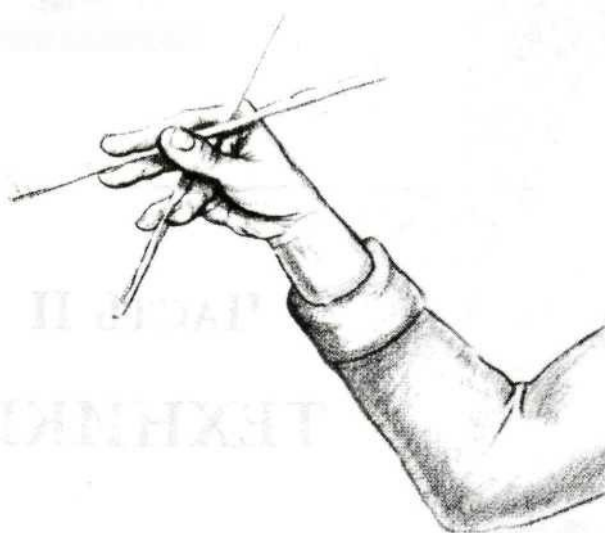
*Я думаю, что наилучшим средством медицины
является наиболее щадящая терапия,
дающая максимальный целебный эффект.*

Эндрю Вейль, доктор медицины

Исцеление и китайские палочки

Более легкое, чем умение говорить, столь же естественное, как умение обнимать тех, кого вы любите, исцеление — это, пожалуй, наилегчайший навык, которому можно научиться.

Многим людям умение исцелять других с помощью рук дается гораздо легче, чем умение пользоваться китайскими палочками для еды.



Большинство людей уверены, что стать практическим целителем можно только после многих лет упорного труда и жесткой дисциплины. Кому-то нужно, чтобы мы поверили, будто надеяться когда-либо получить титул целителя могут лишь самые умные, одаренные и упорные в обучении люди. По правде сказать, практическому целительству могут обучиться дети, старики — т. е. все от мала до велика. Я готов пойти еще дальше, осмелившись утверждать, что целительством могут заниматься даже медики и люди с высшим образованием.

Миру являлось множество признанных «целителей», чьи таланты подробно отражены в документах и признаны подлинными. Однако большинство этих людей не могли объяснить свои действия или то, как это все происходит. Значение Квантового Прикосновения состоит в том, что теперь мы имеем когнитивное объяснение принципа стимуляции процесса исцеления и располагаем апробированной технологией, позволяющей нам обучать других людей столь же успешному ее применению.

Поскольку истинный целитель — это человек, который получает энергию, то практикующий специалист действует просто как катализатор, позволяя целителю исцелиться, а также обрести и использовать высшую энергию вибрационного поля. В ходе такого процесса истина исцеления состоит в следующем:

- ▶ Исцеление реально существует.
- ▶ Практическое целительство — это простейший из навыков, которым возможно овладеть.
- ▶ Исцеление — это великая и огромная радость.
- ▶ Любой человек, обладающий сильным желанием, может этому научиться.
- ▶ Вы можете научиться и стать замечательным практикующим целителем, стоит только начать!

Все начинается с любви

Работа целителя целиком основана на любви, и практикующий специалист учится поддерживать вибрационное поле своей любви. Слово «любовь» я понимаю не в его традиционном значении — как чувство матери к ребенку, мужа к жене либо как некоего крылатого херувима с луком и стрелами. Я говорю о базовой форме любви, которая является врожденной и непреходящей.

Приходилось ли вам когда-нибудь наблюдать за тем, как играют дети? Кажется, они то и дело говорят: «Взгляните на меня!» И не важно, воспитаны ли вы в традициях культуры этого ребенка, либо в традиции иной культуры, знаете вы местный язык или нет, но если вы просто сидите и смотрите на ребенка, он почувствует, что его любят. Уже то, что ему уделяют внимание, воспринимается ребенком как акт проявления любви. Такую любовь я называю «неокультуренной» или «неассоциативной», поскольку она не имеет ничего общего с вашим происхождением или традициями, в которых вы были воспитаны, вашей расой, религией, политикой и взглядами, которых вы, возможно придерживаетесь. Смысл Квантового Прикосновения — в присутствии, которое является проявлением вашей сущности.

Я бы сказал, что это — изначальная любовь, «любовь-предтеча», и поверьте, что вся ваша природа и сама ваша сущность сшиты из материи любви. Верите ли вы, что она существует, или нет — это (как я полагаю) не важно. Такая любовь — природная основа вашего бытия, которая протекает через ваши руки независимо от вашего настроения. Ваша фундаментальная, инстинктивная и самая основная энергия — вот что такое любовь. Вам не нужно ее культивировать — она то, что вы есть. Как скалистый утес не пытается стать еще «каменистей», а вода не пытается стать мокрее, так и нам незачем искать большей сущности любви. Однако мы можем совершить над собою усилие, чтобы осознать, как много в нас этой любви.

Намерение — это нечто такое, что возникает настолько произвольно, что большинство людей не замечают, когда это происходит. До того как просто пройти по комнате, вы должны создать для себя такое намерение. Как видите, любовь и намерение — это два наиболее естественных качества, которые нам присущи. Поэтому вам не о чем волноваться. Уж если вы читаете эту книгу, чтобы научиться целительству, значит, вы уже имеете достаточно любви и намерения, чтобы сотворить чудо.

Базовые энергетические упражнения

Квантовое Прикосновение — это мощная целительная практика. Чтобы ее исполнять, прежде необходимо освоить некоторые энергетические упражнения. Для большинства людей освоить их будет вовсе не сложно и весьма приятно. Однако вам нужно уделить этому достаточно времени и старания. Эти упражнения должны помочь усилить ваше осознание энергии жизненной силы, а также физическую чувствительность ваших рук. Те дополнительные время и усилия, которые вы посвятите этим упражнениям, в значительной степени преумножат вашу способность накачивать энергию

и усилят эффект ваших сеансов исцеления. В итоге вы ощутите, что ваше мастерство возрастает, и эти сеансы станут вашей второй натурой.

Энергетические упражнения приведены здесь в определенном порядке, чтобы вам легче было их освоить и применять. Освоив первый цикл этих упражнений, вы сможете приступить к изучению основных приемов дыхания. В этот момент вы уже сможете сочетать дыхательные и энергетические упражнения, чтобы начать заниматься исцелением.

Чем больше стараний вы приложите к изучению этих упражнений, тем большего успеха добьетесь. Лучший способ достичь этого состоит в концентрации с сохранением расслабленного состояния ума. Чем меньше будут напрягаться мышцы вашего тела и рук, тем лучше у вас все будет получаться.

Упражнение 1

Ощутите свой палец

1. Поднимите свой палец вверх и подержите его в таком положении приблизительно две минуты или более, стараясь как можно лучше прочувствовать его ощущения. При слушайте к ощущениям в этом пальце и сосредоточьтесь на интенсификации вашего осознания.
2. Ощутите кожный покров вашего пальца. Постарайтесь почувствовать, как по нему протекает кровь. Силой воображения старайтесь ощутить, как чувствует себя растущий на этом пальце ноготь. Постарайтесь понять, что ощущается под ногтем. Главное — использовать сфокусированное внимание, чтобы полностью ощутить свой палец.



Помните основной принцип: энергия следует за мыслью. На что бы вы ни направили свое внимание, туда же последует и энергия. Когда вы усиливаете чувствительность вашего пальца, направляя и удерживая в нем энергию, тем самым вы также вызываете физиологические изменения. Эти ощущения могут быть подобны обычным ощущениям вашего тела. Но, как вы увидите в дальнейшем, на самом деле это будет ощущение энергии жизненной силы.

Большинство людей могут сказать, что при этом они ощущают покалывание в своем пальце. Некоторые описывают это ощущение как вибрации, покалывания, какие бывают во рту от пузырьков углекислого газа в минеральной воде, либо как ощущение тепла.

Поскольку мы все воспринимаем по-разному, мы так же по-разному описываем свои ощущения. Некоторые описывают эту энергию как ощущение тепла, беспокойства, слабости, тяжести либо просто как более сильное осознание пальца самого по себе.

Ощущение энергии жизненной силы не является для нас чем-то чуждым. Скорее наоборот: энергию жизненной силы мы всегда ощущали, но только не умели ее распознать. Поскольку вы живы (а раз вы читаете эту книгу, то, смею предположить, так оно и есть), значит, вы ощущаете эту энергию ежеминутно и ежедневно.

Если же вы не испытываете ни одного из этих ощущений, постарайтесь представить, что вы щекочете свой палец птичьим пером. Продолжайте щекотать ваш палец этим воображаемым пером. Теперь направьте пристальное внимание на любые ощущения вашего пальца. Уделите этому приблизительно одну минуту. Возможно, ваше ощущение будет непохожим на приведенные здесь и для его описания вы употребите слова, которые я не использовал, но, как бы то ни было, я предлагаю вам воспринять это ощущение как отправную точку к умению чувствовать энергию.

Если вы не почувствуете никаких ощущений в своем пальце, попробуйте выполнить другие упражнения, и, возможно, вам удастся вызвать ощущения в других частях вашего тела.

Выполняя это упражнение, некоторые из вас могут ощутить покалывание во всей руке или даже в других частях тела. Если такое случится, то все в порядке: значит, вы все делаете абсолютно верно. Просто вы непроизвольно уже перешли к выполнению следующего упражнения.

Упражнение 2

Почувствуйте части вашего тела

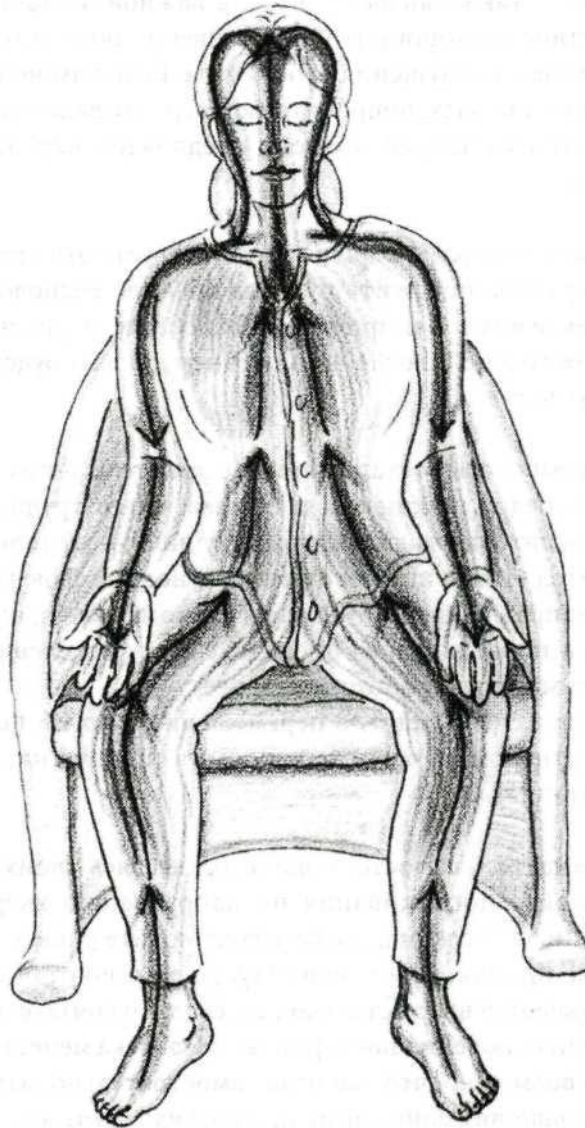
В этом упражнении мы почувствуем энергию и ощущения во всех частях нашего тела. Возможно, ощущения будут подобны тем, которые вы уже испытывали в вашем пальце при выполнении предыдущего упражнения.

Многие из вас обнаружат, что в теле есть такие участки, где будет трудно или даже невозможно получить какое-либо ощущение, как бы вы ни концентрировали на них свое внимание. Обычно это временная проблема, и случается такое довольно часто. Поэтому не стоит волноваться и сильно

стараться, качая энергию. Чем больше вы будете практиковать, тем лучше сможете ощущать все части своего тела.

Следующее упражнение лучше выполнять с помощью партнера.

1. Снимите обувь и, приняв положение сидя или лежа, попросите партнера в течение нескольких секунд гладить ваши ноги снизу вверх, от ступней до лодыжек. Эти мягкие поглаживания, которые покрывали бы как можно большую площадь ступней и лодыжек, должны быть подобны



тем, какими мы ласкаем кошку. Такие движения должны длиться всего 1-2 секунды. Прodelав поглаживания, партнер больше не должен прикасаться к вам.

Цель данного упражнения — помочь вам как можно лучше и полнее ощутить область ваших ступней и лодыжек. Идеально, если вы сможете ощутить свои стопы так же хорошо, как ранее вы ощущали свой палец. Будет полезно прибегнуть к помощи партнера, чтобы как можно лучше сосредоточить внимание на своих ощущениях. То, что впоследствии партнер оставит вас в покое, также является весьма важной частью упражнения, поскольку отсутствие посторонних прикосновений позволит вам самостоятельно прочувствовать ощущения своего тела. Если вам не удастся сгенерировать ощущения в стопах, попросите партнера погладить их снова. Если вы по-прежнему ничего не почувствуете, предложите партнеру перейти к следующему этапу.

2. Когда вы приготовитесь и хорошо прочувствуете эти свои ощущения, попросите партнера положить руки на область, расположенную чуть выше лодыжек, и в течение приблизительно двух секунд перемещать их в направлении голени, после чего партнер должен будет убрать свои руки от ваших ног.
3. Продолжайте работать с остальными частями тела, поглаживая голени, колени, лодыжки, бедра, нижнюю область таза, живот, грудь, шею и голову. Затем продолжайте поглаживания сверху вниз — от головы до плеч и рук. Такой метод поглаживания от пальцев ног до головы помогает стимулировать направленный поток энергии, когда вы «прогоняете» ее по вашему телу, а также когда вы проводите сеанс исцеления. С тыльной стороной тела мы будем работать позднее.

В достаточной степени ощутив перемещение энергии по своему телу, поменяйтесь с партнером местами, и, используя те же техники, помогите и ему испытать этот опыт.

1. Если вы занимаетесь самостоятельно, то, касаясь своих собственных стоп, выполняйте поглаживания по направлению вверх приблизительно в течение 2-5 секунд, после чего убирайте руки. Старайтесь как можно глубже проникнуть в свои ощущения и повторите поглаживания по направлению вверх столько раз, сколько сочтете необходимым. Поскольку прикосновения постороннего человека менее предсказуемы, чем ваши, то возможно, что, работая самостоятельно, вам удастся уделить себе больше внимания и лучше сосредоточиться. Продолжайте

поглаживать свое тело движениями, направленными к голове, после чего переходите к плечам и предплечьям, заканчивая кистями рук.

Некоторым людям бывает трудно почувствовать ощущения своего тела. Если и вы испытываете подобные затруднения и вам не удается ощутить определенную часть вашего тела, то просто начинайте работать над другим участком, который вам удастся ощутить. (Повторяя это упражнение пять и опять, вы со временем сможете освободить заблокированные участки). Чем больше вы будете повторять это упражнение, тем лучше вы сможете почувствовать ощущения своего тела. Может оказаться, что те участки, в которых вы прежде ничего не чувствовали, станут теперь отчетливо ощущаемыми.

По отзывам большинства людей, это упражнение вызывает у них весьма приятные ощущения. Так насладитесь ими и вы.

А кто сказал, что обучение исцелению должно протекать мучительно?

Что делать, если ощущения в теле отсутствуют?

Я установил, что у 1-2 % обучаемых мною людей недоразвито мышечное чувство. Иными словами, они с трудом воспринимают какие-либо ощущения в собственном теле. Я знаю, что такие люди все же могут этому научиться, хоть и им, в отличие от людей с полноценно развитым чувством собственного тела, потребуется больше усилий и концентрации.

Если вдруг оказалось, что вы не воспринимаете никаких ощущений своего тела, старайтесь сосредоточить свое внимание на тех его частях, которые вы поглаживаете в данный момент. Со временем ваши ощущения проснутся, конечно, это нелегкое дело, но со временем, как мне удалось обнаружить, многие люди достаточно быстро обретают способность генерировать ощущения. Вы также можете заниматься целительской деятельностью, но опять же замечу, что для этого вам потребуется больший уровень концентрации.

Упражнение 3 Поглаживания

длиной 45 см

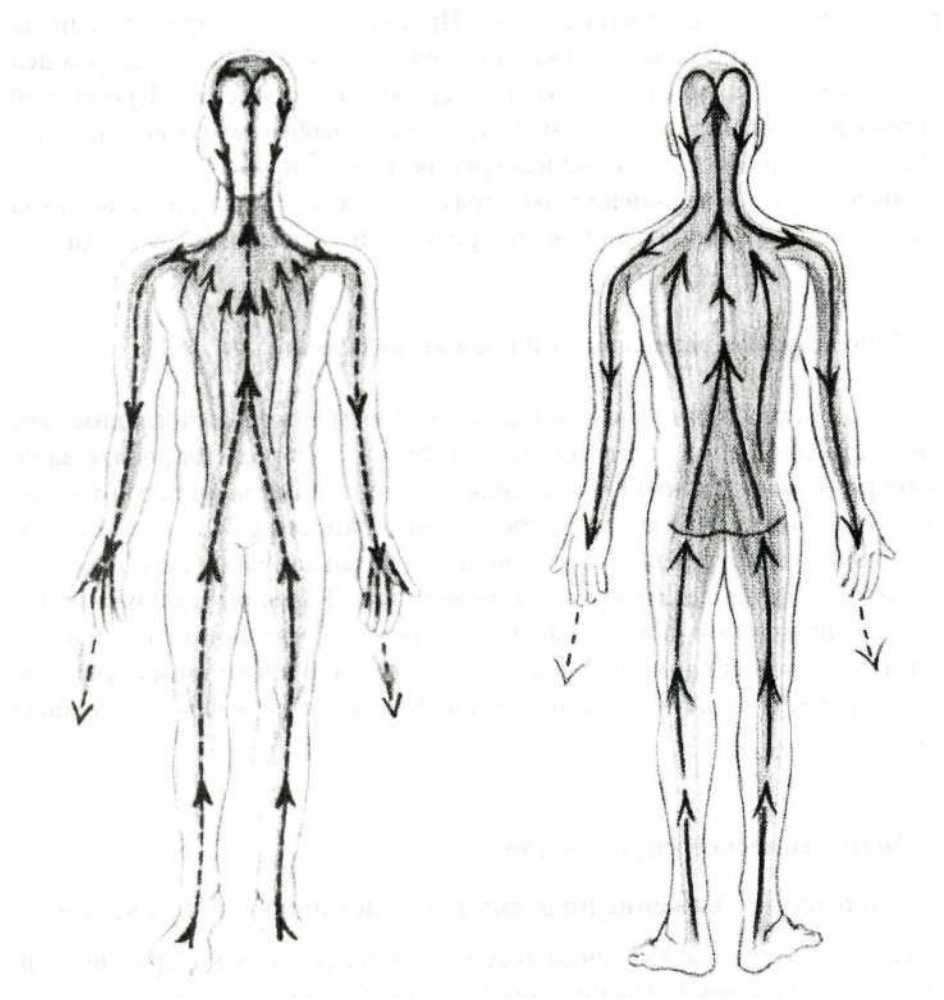
Мы будем следовать прежней методике мягких поглаживаний, которую использовали в предыдущем упражнении. Но теперь попросите вашего партнера делать более протяженные гладящие движения, приблизительно 45 см в длину. В этом случае, как и в предыдущем, прикосновение будет легким (ваш партнер должен помнить, что не он занимается

исцелением) и должно длиться всего 2-5 секунд. Попросите партнера поглаживать вас непрерывными движениями, от стоп до колен. Такое поглаживающее движение также должно длиться приблизительно 1-2 секунды. Направьте свое внимание и намерение на то, чтобы почувствовать свои ощущения в этой области, а затем попросите партнера либо повторить то же движение, либо продолжить дальше.

2. Цель таких продолжительных поглаживаний состоит в более плавном и сознательном перемещении энергии по вашему телу. При этом мы образуем мягкую волну энергии, которая распространяется по всему вашему телу. После того как партнер оставит вас в покое, прочувствуйте ощущения вашего тела так сильно, как сможете. Стремитесь к тому, чтобы в этих участках вашего тела чувствовалось покалывание, вибрация, «гул» или ощущение жара, как в нашем первом упражнении. Если вы не испытываете никаких ощущений либо хотите, чтобы прикосновение повторили, попросите об этом вашего партнера. Не спешите и подготовьтесь, прежде чем переходить к следующему положению. После того как ваш партнер завершит этот процесс, вы можете поменяться с ним местами и повторить данное упражнение по отношению к нему.
3. Занимаясь самостоятельно, слегка поглаживайте себя от стоп до колен в течение нескольких секунд, при этом делайте паузы, чтобы прочувствовать свои ощущения. Прочувствуйте их так глубоко, как только можете. Повторите такое поглаживание, если не испытываете никаких ощущений. Постепенно перемещайте поглаживания к голове, а затем к плечам и рукам.

Заблокированные участки

Если вам трудно ощутить какую-то определенную область, вы можете попросить вашего партнера снова коснуться ее, чтобы помочь ее ощутить. Если же после трех попыток вам не удастся восстановить чувствительность этой области, не огорчайтесь, а начните работать над следующим участком. Со временем этот «спящий» участок вашего тела «проснется» и сможет ощущать энергию. Большинство людей обучаются пробуждать трудные участки своего тела в течение нескольких часов — или недель. В редких случаях на это уходит год или более. Заметьте, что такие неудачи не могут серьезно влиять на ваши способности и на эффективность ваших будущих сеансов Квантового Прикосновения.



Упражнение 4

Поглаживания всего тела как спереди, так и сзади

Поглаживание одним широким движением спереди

Одним широким движением погладьте себя, начиная от стоп, по ногам, к туловищу и макушке головы, затем вниз по шее, через плечи к рукам. Все поглаживающее движение целиком должно занять у вас приблизительно 2 секунды.

Выполняя это упражнение с помощью партнера, уделите необходимое время тому, чтобы оживить свои ощущения и как можно лучше восстановить

чувствительность всего вашего тела. Продолжайте и попросите партнера повторить это широкое поглаживание еще раз или два, всякий раз делая паузы, чтобы тело могло воссоздать пережитые ощущения. Продолжайте это делать до тех пор, пока не сможете с легкостью вызывать все ощущения вашего тела одной лишь силой намерения и внимания.

Выполняя это упражнение самостоятельно, можете погладить свои стопы, ноги, туловище и голову, а также потрите руки, скрестив их на груди.

Одно широкое, размашистое поглаживание сзади

В этом упражнении мы, как и в предыдущем, вскользь погладим переднюю часть тела, а также пройдемся по задней стороне. Попросите вашего партнера встать и одним скользящим движением погладьте его от стоп до макушки, а затем вниз до плеч, предплечий и кистей рук. Занимаясь самостоятельно, вам будет нелегко пройти этот этап столь же легко и плавно. Просто старайтесь делать все как можно лучше. Как можно глубже прочувствуйте ощущения в каждой части тела. Если хотите, попросите партнера повторить поглаживание того или иного участка. В противном случае сообщите партнеру, когда вы будете готовы, чтобы он перешел к следующему участку.

Энергетическое упражнение 5

Скользящее движение по всему телу с помощью воображения

На этом этапе вы мысленно воссоздадите ощущения, которые вы испытывали при скользящем поглаживании всего вашего тела. Силой воображения представьте себя в процессе такого поглаживания всего тела. Тут же постарайтесь испытать покалывание, вибрации и прочие ощущения во всем вашем теле и попытайтесь прочувствовать их как можно сильнее. Пусть эти ощущения распространятся в вашем теле точно так же, как раньше: от стоп через ноги и туловище, через голову вниз и через предплечья — в кисти рук. Именно этот маршрут перемещения энергии от стоп в верхнюю часть тела, а затем, через предплечья, в кисти рук я называю скользящим движением по всему телу.

Слегка сожмите кисти рук в очень свободные и расслабленные кулаки. Теперь направьте энергию, которую содержит ваше тело, в кисти рук. Ощутите эту энергию в ваших расслабленных кулаках, а также почувствуйте ее раскрытыми ладонями.

Выводы

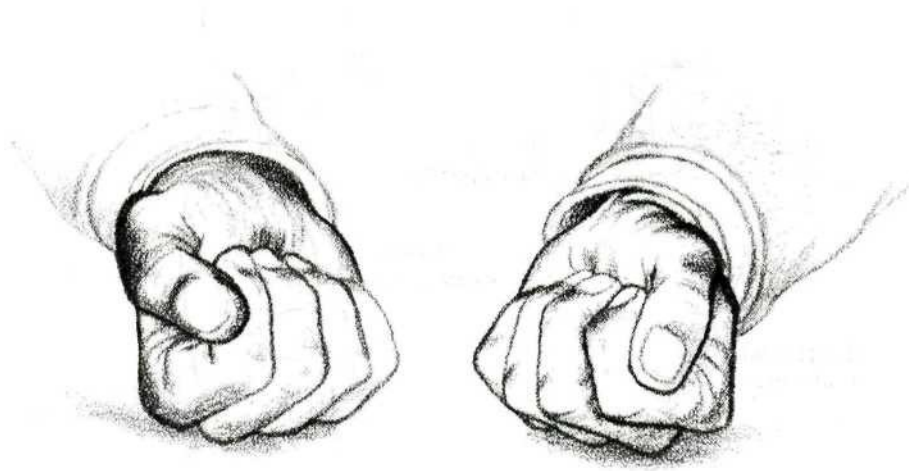
Теперь, когда вы завершили первый блок упражнений для перемещения энергии, давайте рассмотрим, что у нас получилось.

Во-первых, вы научились перемещать ощущения и внимание на любой участок вашего тела. Если вы знаете, что еще есть такие места, в которые вы пока не можете привнести ощущения силой своего сосредоточенного внимания, то продолжайте практиковать, и они откроются вам. Чтобы вершить великую работу исцеления, не обязательно, чтобы каждый участок вашего тела был открыт и «покалывал». Старайтесь делать все как можно лучше, и вы будете постоянно улучшать свои навыки.

Если вы уже выполнили эти упражнения, то теперь, вероятно, уже не нуждаетесь в посторонних прикосновениях для пробуждения ваших внутренних процессов. Вы сможете сами привносить эти ощущения в свое осознание.

Вы можете практиковать перемещение энергии почти в любое время — к примеру, стоя в очереди у прилавка гастронома, говоря по телефону, во время скучной деловой встречи либо смотря телевизионные передачи или кино. Поскольку переживаемые ощущения очень приятны, я рекомендую вам почаще выполнять эту серию упражнений.

Продолжая практиковаться в выполнении этих упражнений, вы должны сами обнаружить, насколько сильно вы преуспели в перемещении энергии. Повторяйте их по мере потребности и учитесь более интенсивно перемещать энергию в каждый участок вашего тела, а также непосредственно в руки.

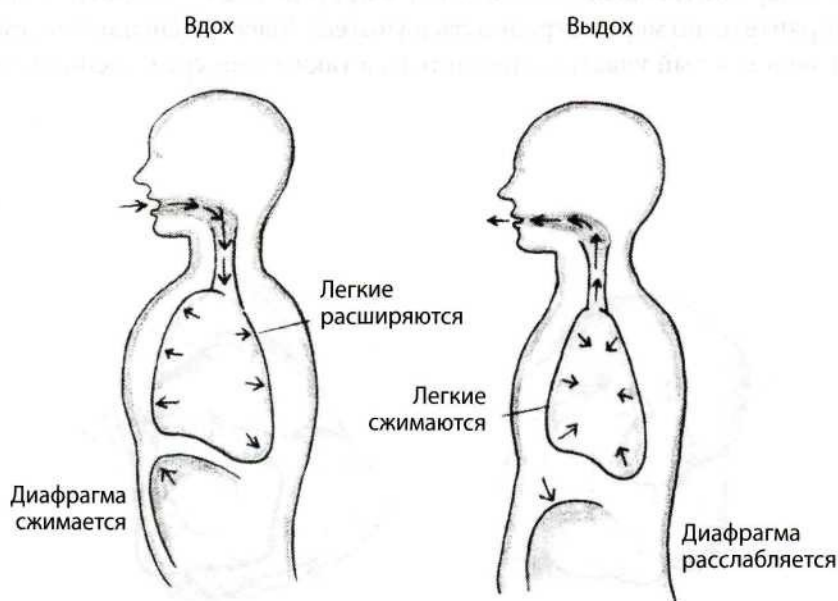


Основные дыхательные техники

Работа с Квантовым Прикосновением требует, чтобы вы использовали дыхательные техники в течение 100 % своего времени, на протяжении всех ваших сеансов. Будь вы моими учениками, я повторял бы вам эти слова снова и снова на каждом практическом занятии по перемещению энергии.

Дыхательные техники — это основная и важнейшая часть практики перемещения энергии. Дыхание усиливает энергию жизненной силы, и его значение переоценить невозможно. Индийские йоги называли вдыхаемую нами жизненную силу праной. Гавайские кахуны ощущали жизненную силу, которая присутствует в дыхании, и называли ее маной. Они считали ее важнейшим фактором в молитвах и исцелении. Мне кажется любопытным и забавным тот факт, что жители Гавайских островов были ошеломлены и озадачены, когда впервые увидели западных священнослужителей, падавших на колени и тотчас же начинавших молиться, не выполняя перед этим никаких дыхательных упражнений. Слово «хаоле», которым они окрестили пришельцев, буквально означает «бездыханный».

Большинство людей дышат поверхностно. Чаще всего встречаются люди с «верхним грудным» дыханием. Если вы относите себя к числу этих людей, значит, вам свойственно делать неглубокие вдохи в верхнюю часть груди.



Иные люди, которые также обладают поверхностным дыханием, имеют склонность делать короткие вдохи в область живота.

Каждый из приемов Квантового Прикосновения требует полного дыхания.

Можете дышать носом, если вам не проще вбирать в себя весь объем воздуха через рот. Квантовое Прикосновение действует вполне эффективно как при носовом, так и при ротовом дыхании. Полный вдох начинается в области ниже пупка и толкает живот наружу. Когда легкие наполнятся воздухом, ваши плечи должны слегка приподняться под воздействием силы вдоха.

Прямо сейчас попробуйте сделать несколько глубоких вдохов. Положите руки себе на живот ниже пупка и сделайте вдох, ощущая, как ваши руки приподнимаются при вдохе. Вдыхайте не переставая, чтобы поступающий воздух заставил ваши плечи слегка приподняться.

Такое упражнение может вызвать кратковременное ощущение дискомфорта у людей, которые не привыкли дышать глубоко.

Техники дыхания

1. Дыхание «4х4»

Дыхание «4х4» стало излюбленной дыхательной техникой для многих моих учеников. При вдохе вы считаете до четырех (счет, приблизительно равный одной секунде), очень старательно делаете одиночное поглаживание всего тела, от стоп до макушки головы.

Постарайтесь как можно лучше прочувствовать всю глубину ощущений, проникая своим осознанием во все участки своего тела.

При выдохе добейтесь того, чтобы все ощущения, которые вам удалось сгенерировать, максимально мощной волной хлынули в ваши руки. Это легкая дыхательная методика, но для ее правильного выполнения требуется большой уровень концентрации.

2. Дыхание «1х4»

Дыхание «1х4» — это чрезвычайно мощная стимулирующая техника. Применяя ее, вы делаете один полный вдох на счет раз и полный выдох, считая до четырех. Чтобы сделать вдох на счет раз, нужно приложить большое усилие, а дышать необходимо через рот.

Прекратите выполнять это ощущение, если почувствуете головокружение.

3. Огненное Дыхание с последующим дыханием «2х6» или «1х4»

Это наиболее мощная из всех дыхательных практик, стимулирующих вашу энергию, и ее можно выполнять не чаще, чем один раз в минуту. Слишком частое применение этой техники может вызвать головокружение. В этом случае вам следует прекратить ее выполнять. (Не применяйте эту технику, когда управляете автомобилем или выполняете работу на каком-либо агрегате.)

Сделайте резкий выдох и вдохните большое количество воздуха 5 или 7 раз. При этом ваши легкие должны работать как огромные мехи, перемещая большой объем воздуха.

На выдохе можете представить, что вы пытаетесь задуть свечу, которая находится в полуметре от вас, а на вдохе вообразите, что вбираете в себя весь воздух, который только что выдохнули. Вдох и выдох нужно выполнять через рот, и очень часто, как будто запыхавшись, выполняя 5-7 вдохов всего за несколько секунд. Закончив делать резкие вдохи и выдохи, сразу же выполните очень глубокий вдох и, считая до 4 или 6, произведите выдох. Затем продолжайте занятие, выполняя технику 1 или 2.

4. Дыхание «2х6»

Это очень мощная дыхательная техника для стимуляции энергии во время сеансов Квантового Прикосновения. Ее название говорит само за себя: на вдохе считайте до двух, а на выдохе — до шести. Каждый счет длится приблизительно 1 секунду.

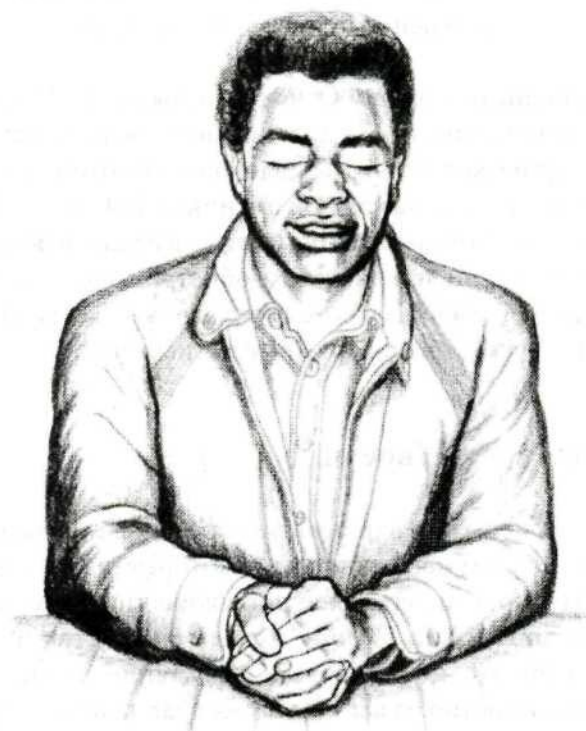
Эта дыхательная техника требует некоторого усилия. На протяжении глубокого вдоха, который длится всего 2 секунды, вам придется наполнить легкие большим количеством воздуха. При выполнении этой и других техник дыхание задерживать не нужно. Выдох выполняется на счет 6, плавно и ровно.

Соедините энергию с вашим дыханием

Теперь, когда вы научились перемещать энергию во всем своем теле и поупражнялись в применении основных дыхательных практик, настало время попрактиковаться в умении соединять эти элементы воедино. Для описания процесса сочетания упражнений на осознание тела с дыхательными техниками я использую термин «качать энергию». Именно такое соче-

тание дыхания с перемещением энергии, которое обеспечивает Квантовое Прикосновение, заставляет систему работать столь эффективно.

1. Сидя или стоя, мысленно выполните поглаживание всего тела одним широким движением (см. стр. 45). Здесь весь секрет заключается в том, чтобы как можно глубже прочувствовать ощущения, которые возникают во всем вашем теле. Те из вас, кто освоил предыдущие упражнения, теперь уже смогут достаточно эффективно использовать энергию своего намерения для генерации ощущений во всем или в большей части своего тела. Сложите ладони рук в форме чаши или слегка сожмите их в «расслабленные кулаки». Два или три раза совершите поглаживание всего тела одним широким движением и ощутите, как энергия приливает к вашим рукам. Если вы почувствовали, что ваше ощущение рук усилилось, значит, пришла пора скоординировать его с дыханием.
2. Сначала дышите по методу «2х6». Делайте полный вдох, считая до двух, полностью выдыхая при счете до шести, и сосредоточьте все свое внимание на руках. Почувствуйте, как энергия нарастает при выдохе.



Продолжайте выполнять эту практику в течение нескольких минут, координируя выдох со своим ощущением. В процессе этих упражнений всегда действуйте так, чтобы усилить глубину ощущения на выдохе. Не стремитесь почувствовать ту энергию, которая концентрируется в ваших руках при вдохе. При выдохе сосредоточенно считайте до шести. Правильно выполняя это упражнение, вы почувствуете обострение ощущения в ваших руках.

3. В то время как ладони ваших рук будут по-прежнему мягко сжаты в кулаки или сложены чашей, начните выполнять дыхательную практику «1х4». Заметьте, как при этом изменятся ощущения в ваших руках. Работайте так, чтобы прочувствовать нарастание ощущений при выдохе. Для этого вам просто нужно сосредоточить ваше внимание на руках и иметь намерение усилить ваши ощущения. Развитие умения усиливать остроту своих ощущений и сочетать ее с дыханием — один из важнейших навыков Квантового Прикосновения. Если вы все выполняете правильно, вы должны обнаружить, что острота ощущений в ваших руках возросла при смене ритма вашего дыхания. Чем больший объем воздуха вы перемещаете, тем больше возрастает жизненная сила, и это может продолжаться до тех пор, пока вы не почувствуете головокружение, после чего упражнение придется прекратить.
4. Начните выполнять технику Огненного Дыхания. И здесь, в процессе дыхания, ваши ладони также должны быть слегка сжаты или сложены чашей. Сделав несколько частых вдохов и выдохов, сделайте глубокий вдох и перейдите к дыхательной технике «1х4» или «2х6». При этом заметьте, насколько изменятся ощущения в ваших руках. Если вы чувствуете, что сила ощущений на выдохе обострилась, значит, вы прекрасно справляетесь с задачей и можете переходить к следующему этапу. И этим этапом станет ваш первый сеанс исцеления.

Совмещаем все это воедино

Настало время испытать ваши вновь обретенные навыки. На этом этапе большинство из вас уже умеет вызывать некоторые ощущения в своих руках, осуществлять однократное широкое поглаживание всего тела и способны довольно правильно дышать. Кроме того, большинство из вас уже может совмещать эти элементы и чувствовать нарастание ощущений в руках. Но вот задача: большинство из вас еще не осознали, насколько велика может

быть ваша помощь другому человеку, который страдает от боли, хотя обладает теми же навыками в рудиментарном виде.

Причем абсолютно не важно, относитесь ли вы с недоверием или скептически к моему последнему утверждению. Сама ваша способность изменять вибрацию рук создаст такое энергетическое поле, которое поможет исцелять или унять боль. Все больше практикуя и обретая опыт, вы обнаружите силу целительной энергии и обретете уверенность в своих способностях.

В следующем разделе этой книги вы найдете несколько советов, которые подскажут вам, как применить ваши недавно приобретенные навыки. Затем вы получите более детальные рекомендации.

Ваш первый сеанс исцеления

1. Найдите знакомого вам человека, который испытывает боль. Спросите вашего знакомого, сколь сильны его (или ее) болезненные или неприятные ощущения. Пусть он оценит свои неприятные ощущения по десяти балльной шкале (от 1 до 10), где 10 будет означать наихудшие ощущения. Поразительно, как часто люди забывают о том, сколь сильна была их недавняя боль, стоит ей только пройти.
2. Спросите вашего друга, где именно он ощущает боль. Главное — не пытайтесь предполагать, где именно сосредоточена боль. Если вы спросите у человека, где он ощущает боль, и он ответит вам, что у него болит плечо, спросите у него, в каком именно месте у него болит плечо. Поскольку вы не являетесь профессиональным врачом, ваши догадки по этому поводу вполне могут оказаться ошибочными. Лучший способ точно определить очаг боли — это попросить человека, чтобы он сам указал вам болезненное место либо положил на него вашу руку. Такую технику я называл «Где у вас болит?».
3. Постарайтесь положить руки либо точно на очаг боли, либо по обеим его сторонам. Теперь, когда болезненное место, что оказалось между вашими руками, напоминает прослойку сэндвича, вы сможете создать по-настоящему сильное резонансное поле, которое позволит пораженной ткани изменить вибрацию и исцелить себя.
4. Если вы обрабатываете очаг боли, который находится на спине или шее, то расположите руки по обеим сторонам позвоночника.

5. Экспериментируйте с дыхательными техниками, пристально следя за любыми ощущениями в руках при выдохе. Не забывайте глубоко дышать в процессе всего сеанса работы. Почувствовав легкое головокружение, немного ослабьте усилия.
6. Следите за тем, чтобы ваши руки были расслаблены, поскольку энергия более свободно вытекает из рук, когда они расслаблены и раскрыты. Не забывайте использовать обе руки во время сеанса. Это позволит вам сгенерировать более эффективное поле на поверхности ткани или под ней. В процессе работы обращайтесь особое внимание на перемену ощущений в ваших руках.
В этом вы найдете источник важной для вас информации, о чем я скоро вам расскажу.
7. «Преследуйте» боль. Попросите вашего друга сообщать вам о перепадах или изменениях ощущений его тела. Довольно часто люди сообщают о том, что боль переместилась либо стала сильнее ощущаться в каком-то



другом месте. В таком случае переместите ваши руки на это место. Вот это и называется «преследовать боль».

8. Если боль не утихает, не убирайте руки с болезненного участка в течение 20-30 минут или более.
9. По окончании сеанса попросите вашего друга еще раз оценить степень боли.



Что означают ощущения ваших рук во время сеанса

Люди, практикующие Квантовое Прикосновение, могут испытывать в своих руках самые разные ощущения. Вы должны пристально следить за этими ощущениями, поскольку часто они помогают лучше понять, что происходит во время сеанса и каковы должны быть наши последующие действия. Интенсивность испытываемых вами ощущений непосредственно указывает на то, сколько энергии, генерируемой вашим целительным прикосновением, смог принять пациент. Чем более открыто будет его тело навстречу генерируемой вами энергии, тем более сильными будут ваши ощущения.

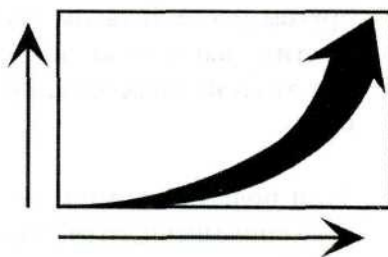
Пять основных паттернов энергии

Существует пять первичных паттернов энергии, которые вы можете ощущать руками в процессе сеанса Квантового Прикосновения.

1. **Паттерн заблокированности.** Поначалу это едва ощутимо руками, но постепенно ощущения нарастают, достигая своего пика. В сильно заблокированных областях чаще всего можно обнаружить проблемы, связанные с хроническими заболеваниями, больными органами, либо это могут быть очаги острой боли. Работая над сильно заблокированной областью, вы мало что ощутите руками. Но в большинстве случаев, чем дольше ваши руки будут находиться на пораженном участке, тем лучше вы сможете ощутить, как

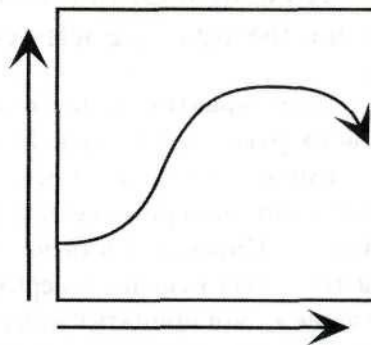
медленно и уверенно нарастает энергия. Это может потребовать времени. Возможно, вам придется держать свои руки в одном положении 10, 20, 40 минут или даже час. Через какое-то время энергия в ваших руках будет постепенно ощущаться все сильнее и сильнее, пока вам не покажется, что она достигла пика своей

интенсивности. Иногда это ощущение энергии может долго оставаться на максимальном уровне и вдруг неожиданно выйти на плато, уровень которого окажется гораздо выше пиковой интенсивности. Гораздо чаще в какой-то момент уровень энергии начинает выравниваться, после чего он несколько понижается.

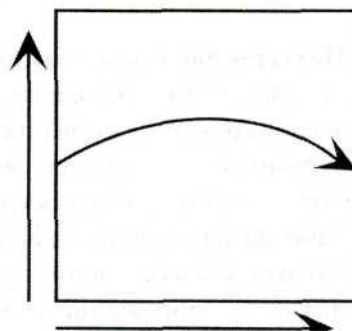


2. **Обычное состояние.** При нем вы испытываете умеренный уровень ощущений в руках, который достигает пика, а затем понижается. Пожалуй, с этим паттерном вам придется сталкиваться чаще всего.

Иногда уровень ощущаемой вами энергии будет становиться довольно высоким, после чего он выйдет на плато. В этот момент лучше всего использовать Огненное Дыхание, чтобы попытаться еще больше поднять энергетический уровень. Качая энергию и повышая ее интенсивность, вы со временем обнаружите, что она начинает выравниваться или идет на спад. В этом случае вам, видимо, следует переместить ваши руки на другой участок.



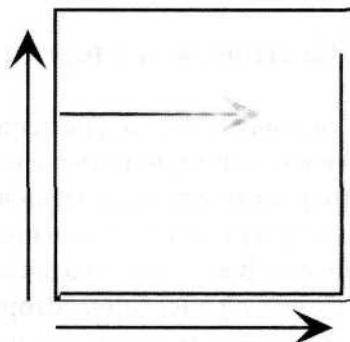
Паттерн интенсивности. Вы ощущаете чрезвычайно высокий уровень энергии в руках, который постепенно понижается. Это состояние чаще всего ощущается при работе с острыми симптомами либо с человеком, чье тело по какой-то причине сильно восприимчиво к энергии. На практике вы будете действовать приблизительно



так: осознавая ощущения в своих руках и типичные свойства энергии в процессе работы с ней, вы можете определить, сколь долго ваши руки должны оставаться в определенной позиции. Вы также можете просто спросить пациента, каково его самочувствие. Если вся боль уйдет либо сильно уменьшится, это будет добрый признак того, что на данном этапе работа сделана.

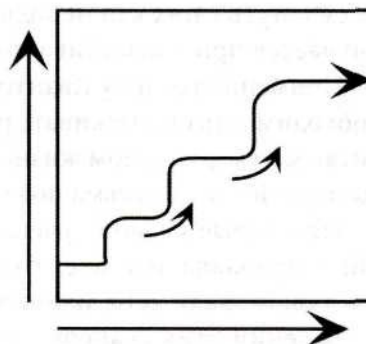
- 4. Паттерн полноты.** Порой, когда вы качаете энергию, все как будто идет прекрасно, а затем в какой-то момент сеанса вы можете обнаружить, что ваши руки ничего не ощущают. Отнимая руки от тела своего пациента, вы ощутите в них сильное покалывание. Это признак паттерна полноты энергии.

Полнота возникает, когда человек поглощает столько энергии, сколько хочет поглотить его тело. При этом вы перестаете испытывать ощущения в руках, когда касаетесь пациента. Если вы вернетесь к нему через 10 или 20 минут, то возможно, что его тело сможет войти в резонанс с вибрацией более высокой частоты и «принять» еще больше энергии.



- 5. Паттерн ступеней.** Порой, когда вы качаете энергию, вам может показаться, что интенсивность достигла максимума. Если в этот момент вы примените Огненное Дыхание, то сможете обнаружить, как ваши руки начнут вибрировать с еще большей частотой. Поэтому, когда вам кажется, будто энергия достигла пика и больше возрасти не может, техника Огненного Дыхания снова и снова будет помогать

вам поднимать энергию на более высокий уровень, словно по ступеням. Со временем уровень энергии действительно сделается ровным, после чего она пойдет на спад или ощущения в ваших руках исчезнут. Тогда вы поймете, что завершили работу.



Осознать эти состояния энергии — дело совсем не сложное. Вы не сможете причинить вред человеку, передав ему слишком много энергии, а если вы не доведете сеанс исцеления до конца, ваш пациент подскажет, что дело еще не доведено до конца. Очень важно, чтобы вы сами получали удовольствие от своего занятия и стремились помочь тому человеку, над проблемами которого вы работаете.

Статическая энергия

Большую часть времени, когда вы проводите сеансы Квантового Прикосновения, чувствительность ваших рук будет вполне нормальной. Используя описанные здесь дыхательные техники, вы обретете действенную защиту от случайного подчинения ваших вибраций вибрациям вашего пациента. Возможно, что временами вы будете ощущать нечто вроде заряда «статической энергии», который может аккумулироваться на ваших руках. От этой энергии несложно избавиться, если после каждого сеанса просто споласкивать руки по локоть в прохладной воде. Вы можете ощутить эту энергию как некую плотную оболочку на ваших руках, как будто вы надели «энергетические перчатки».

Нельзя сказать, что это ощущение является таким уж неприятным, но я бы рекомендовал вам как можно чаще мыть руки. После этого многие люди испытывают настоящее облегчение. Всплескивая кистями рук, словно стараясь смахнуть с них капли воды, можно добиться того же эффекта, который получается при ополаскивании рук под струей прохладной воды.

Применяя технику Квантового Прикосновения, лично я редко ощущаю необходимость ополаскивать руки. А вот практикуя Терапию Полярности, я считал мытье рук делом жизненно важным именно в энергетическом плане. Мыть руки также весьма полезно в гигиенических целях.

Некоторые из моих учеников, практикующих Терапию Полярности и Рэйки, признавались мне, что после сеансов той или иной из этих практик они чувствовали себя изможденными. Секрет заключается в том, что на протяжении этих сеансов необходимо применять дыхательные техники. Одна из моих знакомых, которая практикует Рэйки и обучилась Квантовому Прикосновению, решила на время обменяться со мной сеансами. Однажды она пожаловалась, что в своей руке она ощущает отток энергии. Я спросил, приходилось ли ей задерживать дыхание, и, конечно же, она ответила утвердительно. Когда я напомнил ей о необходимости применять дыхательные техники, проблема немедленно исчезла.

Наиболее часто задаваемые вопросы

*Жизнь — не проблема,
которую нужно решить,
а тайна,
которую нужно пережить на опыте.*

Фрэнк Херберт

Напротяжении тех лет, в течение которых я вел семинары по Квантовому Прикосновению, мне снова и снова задавали одни и те же вопросы. Вот почему, по собственному желанию зачислив и тебя, мой читатель, в списки учеников моего класса, я решил посвятить тебе эту главу, которую составил из вопросов и ответов. Для твоего удобства приведенные здесь вопросы разделены по нескольким основным темам. Пользуйся ими в свое удовольствие.

Практические техники Квантового Прикосновения

Становитесь ли вы сильнее с практикой?

Да, безусловно. Освоив лишь первые навыки «качания энергии», вы уже можете удивить ваших друзей этой новой способностью. В процессе регулярной практики ваша сила будет продолжать развиваться. Способность качать энергию — это навык, который требует умственной и физической концентрации. Подобно атлету, который использует силу многих мышц, с практикой вы становитесь сильнее. Я бы сказал, что после 100 часов тренировок в умении качать энергию, ваша сила удвоится или даже утроится.

*Что если я не буду **практиковать в течение** длительного времени?
Утрачу ли я свои способности?*

Идя по улице, вы же не боитесь упасть с тротуара. Отвечая на телефонный звонок, вы не боитесь, что разучитесь говорить. Научиться качать энергию и освоить Квантовое Прикосновение — намного легче, чем научиться ходить или говорить. Усвоенные вами основные навыки остаются у вас на всю жизнь. Спустя лишь несколько часов после того, как вы впервые взяли в руки эту книгу, вы уже сможете всерьез заниматься целительством.

Если вы не будете качать энергию какое-то время, — скажем, несколько месяцев или лет, — то, возможно, перед сеансом вам просто потребуется 5-10 минут, чтобы набрать необходимую энергию. Либо вы сможете набрать энергию непосредственно во время сеанса. Просто практикуйтесь в умении качать энергию непосредственно во время сеанса.

*Нужно ли **гонять энергию, пребывая** в одиночестве?*

Великолепно, если вы решите направлять энергию всякий раз, когда вы этого захотите. Лично я обычно гоняю энергию приблизительно в течение 5 минут перед тем, как утром подняться с постели, и еще 5 минут — перед тем, как заснуть. И в течение всего дня я также время от времени делаю это.

*Мне **постоянно кажется, что я все делаю недостаточно хорошо. Как мне убедиться в том, что я качаю энергию правильно?***

Этот страх оказаться неадекватным мы часто усваиваем из других областей нашей жизни: например, при поступлении в колледж или когда сдаем экзамен для получения водительских прав. Но это не имеет никакого отношения к практике Квантового Прикосновения.

Вкушая блюда в излюбленном ресторане, вы не заботитесь о том, что вдруг разучитесь глотать или держать в руке вилку. Эти способности совершенно естественны. Если вы ощущаете свои руки, можете одним махом погладить все свое тело и выполняете дыхательные практики, то, значит, вы все делаете вполне правильно. Теперь все зависит от практики и от того, сумеете ли вы обнаружить свой дар. У вас не получится сделать это неправильно. Со временем ваши навыки станут еще лучше и сильнее.

Я еще не встречал человека, который бы жаловался на то, что чудесные изменения длились шесть сеансов вместо одного!

Один из присущих людям страхов заключается в том, что они не ощущают в себе достаточно любви или духовных сил для великого дела. Мне вспоминается один из моих сеансов, который пришелся на день, когда я пребывал в глубочайшем унынии и расстройстве.

У женщины, с которой я тогда работал, были серьезные проблемы с шеей. И я старался изо всех сил, качая энергию с тем усердием, на какое был способен. Она лежала спиной на столе, а я сидел на стуле, держа ее за шею. Проведя в таком положении более 40 минут, я оперся рукою о стол. И тут, вздрогнув, я осознал, что заснул во время сеанса. Взглянув на часы, я обнаружил, что проспал более 10 минут, тогда как мои руки качали энергию с чрезвычайной интенсивностью. В конце сеанса та женщина призналась мне, что этот сеанс ей понравился больше других.

Я пришел к заключению, что ощущение сомнения в себе возникает у многих людей в других сферах жизни и привносится ими в Квантовое Прикосновение. Во многих случаях один только опыт способен избавить этих людей от привычки сомневаться в собственных силах. Ваш личный опыт, насколько успешно вы можете справляться с недугами шеи, спины и других частей тела ваших друзей, станет в итоге наглядным свидетельством тому, что вы заняты удивительным делом.

Опыт — ваш незаменимый помощник.

Чтобы Квантовое Прикосновение было действенным, должен ли человек, осуществляющий сеанс, либо тот, кому этот сеанс предназначен, быть уверенным в его пользе?

Как я уже писал в своей первой книге «Ваши целительные руки» (*Your Healing Hands*), чтобы окунуться в океан, вам нет нужды в него верить, а нужно просто нырнуть. То же самое можно сказать и о Квантовом Прикосновении — вам нет нужды в него верить, чтобы ощутить на себе всю его силу. Циники и скептики с их слабым умом не в силах заблокировать энергию. Квантовое Прикосновение работает, и точка.

Какие основные ошибки, на ваш взгляд, мешают эффективно работать тем людям, которые практикуют Квантовое Прикосновение?

В целом все люди, начинающие практиковать Квантовое Прикосновение, работают достаточно умело и эффективно. Но, отвечая на этот вопрос, я бы сказал, что «новички» часто совершают три основные ошибки. Во-первых, они забывают о необходимости дышать без задержек и пауз. Я призываю всех инструкторов Квантового Прикосновения доброжелательно указывать своим ученикам на необходимость поддерживать дыхание. «Поддерживай дыхание» — эта фраза чем-то напоминает мантру, которую мы повторяем каждые 10 минут во время практических сеансов. «Поддерживай дыхание, всегда поддерживай дыхание!»

Вторая ошибка заключается в том, что «новичкам» часто не хватает умения расслаблять свои руки. Действительно, качать энергию гораздо легче, когда наши руки расслаблены. Во время семинара я постоянно подхожу к ученикам и помогаю им расслабить руки. Я беру их ладони в свои и легонько встряхиваю, чтобы они могли больше расслабиться. Квантовое Прикосновение — это работа с энергией, а скованные и напряженные руки здесь бесполезны и могут ее заблокировать.

Третью ошибку мы совершаем, когда прекращаем работать до завершения сеанса. Работая над хроническим или острым недугом, «новички» иногда прекращают сеанс до того, как исцеление завершится. Непреложное правило здесь заключается в том, что, даже если вы уже направили необходимое количество энергии в пораженную недугом область, вам все равно следует потратить для работы над ней еще несколько дополнительных минут. На то имеется две причины:

1. Вы можете обнаружить, что резонанс (который проявляется в силе ощущений ваших рук) способен вновь усилиться, если вы дольше задержитесь на данном участке. Люди, которые только еще начинают практиковать Квантовое Прикосновение, обычно недостаточно опытны в оценке того, как долго следует качать энергию в ту или иную область.
2. Качая энергию в течение более длительного времени, мы способствуем возникновению в ткани новых вибраций, и таким образом их целительный эффект длится дольше.

Квантовое Прикосновение и персональная энергия

*Используете ли вы вашу личную энергию в практике
Квантового Прикосновения?*

Ни в коем случае. Мы используем силу нашей любви и силу нашего намерения. Исходя из собственного опыта могу сказать, что чем больше этой энергии вы применили, тем больше ее у вас остается. Вы просто неисчерпаемы. Когда вы сильно кого-нибудь любите, вы же не ходите изможденный и несчастный, целый день причитая: «Бедный я, несчастный! За день растратил всю свою любовь. Теперь мне больше нечего дарить». Во всяком случае, надеюсь, что это не так. Сильно влюбляясь, вы склонны дарить любовь многократно, и нередко — везде и всюду. Любой из тех, кто вас окружает, может стать объектом вашей любви — начиная от близких друзей и кончая незнакомцем на улице. Все очень просто: чем больше любви вы чувствуете,

тем больше вы можете ее отдавать. То же касается и намерения: чем больше вы используете его силу, тем больше ее у вас оказывается.

Устаете ли вы на сеансах Квантового Прикосновения?

Нет, устать вообще невозможно. Как я уже неоднократно повторял, важнейшей частью этой работы являются дыхательные техники. Поддерживая свое дыхание, вы сохраняете очень высокий уровень резонанса. Ваш пациент легко и автоматически входит в тон ваших вибраций. Вы не отдаете свою энергию; вы поддерживаете поле и даете возможность другому человеку прийти в соответствие с этим полем, поэтому, осуществляя Квантовое Прикосновение, вы не устаете. Скорее напротив: похоже, что практикующий Квантовое Прикосновение человек сам начинает чувствовать себя исцеленным и переживает душевный подъем. Лично я после многих часов целительской работы испытываю сильнейшее чувство голода, а этот симптом можно легко поправить.

Некоторые люди, практикующие Квантовое Прикосновение, жаловались, что, проводя сеансы поздним вечером, им потом было трудно уснуть. Думается, такое случается лишь с немногими из тех, кто практикует Квантовое Прикосновение, поэтому я рекомендую им проводить сеансы несколько раньше, в течение дня. Иногда случается, что после сеанса люди ощущают усталость, но это всего лишь реакция на то исцеление, которое в процессе своей работы получили они сами. Не забывайте, что во время сеанса вы повышаете уровень своих вибраций, что вызывает у вас исцеление. Иногда после этого вам необходимо поспать. Однако это не значит, что у вас истощились запасы энергии.

*После сеансов Квантового Прикосновения я часто
ощущаю себя более бодрым, чем в самом начале.
Почему так бывает?*

Качая энергию и выполняя дыхательные техники, вы и сами получаете пользу от этой энергии. Неоднократно бывало, что, готовясь к демонстрации своей практики перед аудиторией, я чувствовал себя усталым. Но во время самой демонстрации я постоянно чувствовал, что становлюсь все более бодрым и энергичным. А выполнив 20 или 30 демонстраций в течение лекции, я чувствую себя совершенно бодрым и полным энергии. Чем дольше вы гоняете энергию, тем сильнее становитесь — как в физическом, так и в энергетическом плане.

*Когда вы качаете энергию, не кажется ли вам,
что к концу дня она постепенно слабеет?*

Я ощущаю нечто совершенно иное. Чем дольше вы качаете энергию, тем сильнее вы себе кажетесь. Выступая с лекциями перед большими аудиториями, где мне приходится направлять энергию десяткам людей на протяжении двух и более часов, я ощущаю, что чем дольше длится лекция, тем крепче я становлюсь. Иногда энергия достигает такой силы, что, когда я прикасаюсь к людям, их немного трясет, поскольку в этот момент по ним проходит мощная волна энергии. После двухчасовой лекции со множеством исцеляющих сессий я могу устать, но при этом я не теряю энергию. Напротив, ее уровень значительно возрастает.

Подготовка к сеансу Квантового Прикосновения

Что следует делать, чтобы подготовиться к сеансу?

Если хотите подготовиться заранее, вам будет полезно несколько раз одним взмахом погладить все свое тело, чтобы почувствовать, насколько сильно вы ощущаете энергию во всем теле. Делая эти упражнения, вам также будет полезно выполнить любую из дыхательных техник, чтобы повысить уровень своей энергии. Большинство людей, практикующих Квантовое Прикосновение, находят, что все это можно делать и непосредственно во время сеанса.

Нужно ли заземляться перед началом сеанса?

Для тех, кто незнаком с термином «заземляться», должен сказать, что он относится к практике концентрации энергии и часто подразумевает наш контакт с землей. Пребывая в заземленном состоянии, люди чувствуют себя более уравновешенными и менее подверженными воздействию нежелательных энергий. Я не считаю необходимым заземлять себя, поскольку произвожу поглаживания всего тела одним движением и выполняю дыхательные практики. Некоторые находят упражнения на заземление полезными для себя, поскольку от работы могут испытывать некоторое головокружение. Другие же считают, что процесс качания энергии сам по себе автоматически их заземляет.

Некоторые мои студенты, утверждающие, что способны видеть энергию, были весьма удивлены, когда обнаружили, что после того, как весь класс выполнил «полное поглаживание тела», каждый из присутствующих стал «заземленным».

Если вдобавок к полному поглаживанию тела вы хотите себя заземлить, то для этого есть простой способ. Вообразите луч света, который падает вам на макушку, пронзает тело и ноги и уходит в землю. Смысл этой визуализации состоит в том, чтобы укорениться в земле и установить с ней контакт. Сделайте несколько глубоких вдохов, вбирая в себя земную энергию и чувствуя, что вы постепенно заземляетесь. Секрет здесь заключается в том, чтобы самостоятельно вызвать тактильные ощущения во всем теле. Делая это, применяйте дыхательную технику «2х6». Пробудив ощущения во всем своем теле, направьте их в землю. Для выполнения этого упражнения вам потребуется всего 1-2 минуты.

Заземлившись, потратьте несколько минут на то, чтобы провести энергию через все ваше тело. Теперь вы вполне готовы начать сеанс.

Нужно ли раздеваться на ваших сеансах?

Во время сеанса Квантового Прикосновения снимать одежду совсем не нужно. Пожалуй, вам стоит снять с себя лишь плотную верхнюю одежду — куртки или свитера. Я бы рекомендовал снимать на время сеанса изделия из кожи. Возможно, это прозвучит странно, но кожа блокирует поток энергии жизненной силы. Синтетическая ткань — как, например, полиэстер — уменьшает поток энергии. Поэтому я предлагаю вам носить вещи из хлопка, шерсти или шелка.

Работа рук в сеансе Квантового Прикосновения

Какое давление следует оказывать руками, перегоняя энергию?

Вам совершенно не требуется прилагать никакого давления. Легкое прикосновение действует лучше всего. То же самое я говорю своим ученикам, но, проходя по залу 5 минут спустя, я трогаю руки многих из них и ощущаю большое напряжение в кистях и пальцах. В таких случаях я беру их ладони в свои и слегка встряхиваю, чтобы они могли чувствовать, как уходит напряжение рук. Многие люди привыкли использовать силу в процессе массажа, акупрессуры, шиацу, роульфинга¹, глубокого массажа тканей и т. д. Парадокс заключается в том,

¹Роулинг (Rolfing) — разновидность мануальной терапии, разработанная американским ученым-биохимиком Идой Роульф (1896-1979). Представляет собой структурно-интегрированный подход к восприятию тела, согласно которому оно рассматривается не как механизм, состоящий из отдельных частей, а как интегрированная целостность, испытывающая воздействия внешней среды и адаптирующаяся к ним. — Прим.

что вы сможете распутать и выпустить из мышц клубок напряжения гораздо лучше, если сами вы несколько не напряжены. Секрет скрывается в умении использовать энергию, а не грубую силу. Чаще всего применение силы вызывает результат, противоположный тому, который мы надеялись получить.

В самом деле, куда легче управлять энергией, когда ваши руки максимально расслаблены. Поскольку меня нет сейчас рядом с вами и я **не** могу взять вашу кисть и легонько ее потрясти, предлагаю вам следующее простое упражнение. Соберите ваши ладони в свободные, неплотно сжатые кулаки и ощутите, что они совершенно расслаблены. Постарайтесь качать энергию в кисти рук. Следите за потоком энергии. Теперь попытайтесь плотно сжать кулаки и качать энергию в них. Вероятно, вы обнаружите, что в напряженном состоянии вам труднее ощутить энергию.

***Для чего необходимо окружать рабочий участок двумя руками?
Почему не работать одной рукой?***

Наличие двух точек соприкосновения позволяет создать более сильное поле между вами и вашим пациентом. Окружив болезненный участок двумя руками, вы прекрасно сможете поднять резонанс пораженной ткани. В одном из разделов главы 5, который будет посвящен групповым сеансам, я еще расскажу вам о том, что, когда у вас работают 5 или даже 6 пальцев, они могут быстро создать доминирующий резонанс. Там, где это возможно, я настойчиво рекомендую всегда использовать две руки. Кроме того, я советую располагать ваши руки по обеим сторонам проблемного участка, чтобы он, словно сэндвич, лежал между ваших рук.

Я заметил, что, демонстрируя Квантовое Прикосновение, вы порой используете ладони, а иногда большие пальцы или кончики пальцев. Почему вы так делаете?

Когда я хочу сконцентрировать энергию в какой-нибудь небольшой области вроде височной или нижнечелюстного сустава (см. стр. 141) или по бокам позвонков, я задействую кончики своих пальцев. Именно эту технику предложил Боб Расмуссон, назвав ее «Трипод». Просто сведите вместе большой, указательный и средний пальцы и перекачивайте энергию из кончиков этих пальцев. Сосредоточивая энергию этим способом, вы сможете более эффективно работать над весьма малыми участками тела.



Большую часть времени рекомендуется работать ладонями. Если это доставляет вам физические неудобства, можете задействовать кончики ваших пальцев или применить «Трипод». Помните о том, что мои рекомендации и правила постановки рук не должны мешать вашей целительской практике. Прежде всего вам самим должно быть удобно работать в технике Квантового Прикосновения.

*В моих руках и теле нет никаких ощущений.
Что мне следует делать?*

В ходе моих семинаров я обнаружил, что очень немногие люди испытывают трудности с ощущениями. Это может несколько затруднить процесс обучения Квантовому Прикосновению, но со временем и при должной настойчивости эти люди достаточно хорошо усваивают навыки перемещения энергии. Некоторым из наилучших целителей, которых я знаю, в самом начале учебы было довольно трудно ощутить отдельные части собственного тела.

Первое, о чем вам следует спросить себя, — это можете ли вы испытывать какие-то ощущения тела, не прикасаясь к нему. Способны ли вы ощутить любую часть вашего тела, не прикасаясь к себе? Если вы способны ощутить ваши руки, ноги, лицо или любую иную часть вашего тела, просто перенося на них свое внимание, значит, у вас есть от чего оттолкнуться, чтобы двигаться дальше.

Сила сфокусированной энергии

Насколько сосредоточенным необходимо быть во время сеанса?

Чтобы как следует активизировать вашу энергию во время сеансов, вам стоит постараться на все 100 % сосредоточить свое внимание на процессе перемещения энергии. Ясно, что это потребует от вас огромных усилий. Говоря об «усилиях» я подразумеваю концентрацию на процессе движения энергии, концентрацию на дыхании и настойчивое стремление соединить эту энергию с вашим дыханием. Люди, которые развили в себе прекрасные навыки качания энергии, часто утверждают, что они полностью отдаются этому процессу.

Означает ли стопроцентный уровень концентрации, что мне совершенно нельзя говорить во время сеанса?

Не обязательно. Я настоятельно рекомендую вам сосредоточиться на том удовольствии, которое вы получаете во время сеансов Квантового

Прикосновения. Эта работа основана на любви, радости, благодарности и осознании чуда, но не на строгости или излишней серьезности. Прежде чем выехать на шоссе и хорошенько разогнать автомобиль, вам, возможно, придется затратить большое количество топлива. Но когда машина набрала скорость, вы можете отпустить педаль газа и ехать спокойно. Точно так же, когда вы качаете энергию, вам, возможно, придется затратить много труда, чтобы поднять вибрацию до уровня «высокой ноты». Достигнув его, вы можете поддерживать ритм дыхания, позволяя энергии продолжать начатое.

Вы правильно поступите, если будете время от времени разговаривать с пациентом. Однако важно, чтобы в процессе разговора вы продолжали выполнять дыхательные техники. Прилагая некоторое усилие, вы можете делать в процессе беседы глубокие вдохи. Не забывайте расспрашивать пациентов об их впечатлениях, поскольку из их высказываний вы можете почерпнуть важную информацию. Проводя дальнейшую аналогию с автомобилем, скажу, что порою на трассе мы стремимся прибавить газу, чтобы обогнать другую машину. Практикуя Квантовое Прикосновение, вы порой можете захотеть применить Огненное Дыхание, чтобы поднять энергию на более высокий уровень вибраций. В этот момент вы перестанете говорить и на все 100 % сосредоточитесь на процессе качания энергии.

Ощущения пациента во время сеанса Квантового Прикосновения

Сколько времени требуется людям, чтобы осознать происходящие во время сеанса процессы?

Часто люди замечают энергетические сдвиги и перемены в ощущении боли в течение двух секунд с момента прикосновения к ним. Во время лекций я стараюсь давать как можно больше сеансов, длящихся обычно 2-4 минуты. Я прошу людей назвать всего лишь один участок, в котором они ощущают боль. На лекциях перед большой аудиторией я часто приглашаю на сцену, чтобы помочь мне, кого-нибудь из моих учеников или других наставников, обучающих технике Квантового Прикосновения. Обычно во время таких коротких сеансов приблизительно 90 % людей отмечают у себя сильное изменение симптомов. Часто бывало, что, встречаясь со мной через полгода-год, они сообщали мне, что боль к ним больше не возвращалась, несмотря на то что сеанс длился совсем недолго.

Мне нравится проводить такие краткие сеансы, поскольку они убеждают, что моя работа достойна доверия. Людям часто нужно ощутить энергию, прежде чем они поверят и захотят использовать ее.

*Что обычно чувствуют люди, принимая процедуры
Квантового Прикосновения?*

Все люди разные, и каждый человек по-своему воспринимает энергию. Некоторые вовсе не ощущают ее. Многие воспринимают ее как тепло, холод или покалывание. Необходимо понять, что все ощущения, которые человек испытывает во время сеанса, — от самого слабого до наиболее сильного — являются замечательными признаками того, что сеанс действует. Чаще всего люди ощущают тепло. Оно может быть как слабым, слегка согревающим, так и обжигающим и болезненным. Если легкое прикосновение способно вызвать острую физическую боль, то, сколь бы сильную кратковременную боль оно ни причиняло пациенту, это будет явный позитивный признак ваших замечательных успехов в исцелении. Мне вспоминается один студент, который на одном из занятий работал над моей поясницей. При этом я ощущал не просто сильное тепло, а что-то вроде солнечного ожога.

*Не вызваны ли ощущения тепла или холода у пациентов
реакцией на температуру ваших собственных рук?*

Не думаю, что причина заключается в этом. Недавно я работал с мужчиной, который ощущал обжигающее тепло, когда я воздействовал на его спину. Я позволил ему дотронуться до моих пальцев, и, к большому его удивлению, он обнаружил, что они оставались холодными. Когда же я снова коснулся его спины, он опять ощутил жжение. Несколько позже он почувствовал холод в области бедер. Людям бывает странно одновременно ощущать энергетическое тепло и холод, но так в самом деле бывает.

В другом случае я работал с человеком, у которого были проблемы с рукой. Он был уверен, что тепло моих рук вызывало у него ощущение жжения. Дабы убедиться в том, что это чисто физическое ощущение, он надел на себя пуховик, которым он надеялся защитить себя от исходящего от моих рук тепла. Я от души рассмеялся, видя, как он подпрыгнул на стуле, когда снова почувствовал жжение, даже через пуховик.

Тепло — это то ощущение, которое люди чаще всего отмечают у себя во время сеансов Квантового Прикосновения. Другими обычными ощущениями являются чувство холода, покалывания или вибраций либо ощущение

Вызывает ли энергия чувство боли?

Да, порой такое случается. Иногда, воспринимая энергию, люди испытывают болевые реакции. Обычно это ощущение боли длится не слишком долго. Мне неприятно наблюдать чужую боль, но, когда это происходит, я прихожу в восторг, поскольку это явно указывает на интенсивный процесс исцеления. Главное в этом случае — продолжать сеанс как минимум до тех пор, пока боль не пройдет.

Несколько лет назад мой друг Дэн спросил меня, смогу ли я поработать с его 13-летним сыном, который повредил колено и хромал даже после того, как с ноги его сняли бандаж. Когда я только начал качать энергию, мальчик запротестовал: «Ой, вы делаете мне больно. Невыносимо болит колено». Я попросил его дышать глубоко и объяснил, что это ощущение скоро пройдет. Проходит две минуты, и мальчик снова протестует: «Теперь колено словно в огне. Что же вы делаете»? Я объяснил, что боль — это часть процесса исцеления. Прошло еще две минуты, после чего мальчик сообщил, что в колене колет «как будто иголками». А еще две минуты спустя боль в колене прошла, и мальчик больше не хромал.

Кроме очевидно пораженных участков, можете ли вы обнаруживать и другие места, которые также нуждаются в целительной энергии?

Это достигается двумя путями. Первый состоит в применении знания анатомии, а также логики. Советы по этому поводу вы найдете **во** многих главах этой книги. Второй путь включает в себя умение «слышать жалобы» организма, который сам сообщает вам, где именно есть потребность в энергии. И, на мой взгляд, второй путь является наиболее эффективным. Иногда, какое-то время качая энергию **в** определенный участок, вы видите, что организм пациента самостоятельно распределяет ее. Как и всякое исцеление, этот процесс осуществляется автоматически. Единственное логичное и рациональное объяснение этому заключается в величии присущего нашему телу разума.

К примеру, когда вы пытаетесь унять боль в пояснице, ваш пациент может вдруг сообщить, что теперь у него возникло некое ощущение или даже боль в каком-нибудь другом месте, — возможно, где-то повыше в спине или, быть может, в области шеи, в колене или где-либо еще. Мне нравится расспрашивать моих пациентов о том, испытывают ли они боль в каком-то другом месте — кроме того, над которым я работаю в данный момент. Поскольку присущий телу пациента разум качает энергию в различные участки организма, то в процессе сеанса мой пациент воспринимает соответствующие ощущения, о которых он сможет мне рассказать.

Когда человек говорит вам, что он чувствует, как энергия перемещается в какой-то другой участок его тела, я призываю вас обратить на это должное внимание. Закончив качать энергию в ту область, над которой вы работаете сейчас, в дальнейшем вы просто переместите кисти ваших рук на тот участок, в котором возникли новые ощущения или боль, чтобы далее поработать над ним. Именно это я имею в виду, когда призываю вас «преследовать боль». Иногда вы будете гнать боль из одной области тела в другую, пока эта боль окончательно не уйдет.

Однажды я демонстрировал Квантовое Прикосновение, работая с одной женщиной, специалистом по акупунктуре. У нее были многочисленные ожоги на руке и спине. Качая энергию в ее руку, я попросил женщину описать свои ощущения. Она сообщила, что вся энергия поступает ей в локоть. Когда я спросил ее, почему она полагает, что ее локтю необходима энергия, женщина ответила, что два года назад на этом локте был перелом, который как следует не исцелили. Тогда я прекратил работать над ее кистью и стал качать энергию в локоть. Это продолжалось приблизительно 5 минут. Когда произошел энергетический сдвиг и интенсивность энергии понизилась, я спросил мою пациентку, как чувствует себя ее локоть. Она с изумлением сообщила, что боль и неприятные ощущения в локте исчезли.

Те, кто только начинают изучать Квантовое Прикосновение, часто открывают для себя тот факт, что во время работы над проблемами в области поясницы пациент может сообщить, что он ощущает приливы энергии в области шеи. Поскольку рефлексы шеи и поясницы являются взаимным отражением друг друга, то наше тело как бы говорит, что работать необходимо над обеими этими областями. Подобным же образом, когда мы работаем над таким недугом, как синдром повторного напряжения на запястье, пациенты часто сообщают, что им кажется, будто энергия направляется в локоть, плечо, шею, голову или спину. Вероятно, эти участки взаимосвязаны с данным недугом, что проявляется в форме вторичных ощущений.

Исцеляет ли энергия и другие недуги, кроме тех, над которыми, как вам кажется, выработаете в данный момент?

Такое часто случается. Поскольку энергия идет туда, «куда пожелает», с нею возможны любые чудесные исцеления. Чаще всего именно люди, страдающие от головной боли, замечают, что вместе с ней у них исчезают и боли в гайморовых пазухах носа. И наоборот: люди, которые жалуются на боли в пазухах носа, часто сообщают о том, что у них прошли головные боли.

Как-то раз на одном из моих занятий двое учеников работали с женщиной, у которой были острые боли в придаточных пазухах носа. Когда сеанс закончился, женщина сказала, что боль в пазухах все еще не прошла.

Я объяснил ей, что наш организм не совершенен и для восстановления ему необходимо время. Наутро она позвонила мне, чтобы сообщить о том, что все еще испытывает боль. Я объяснил, что временами такое бывает. Далее женщина с восторгом добавила, что острота зрения ее правого глаза, которая всегда была 20/200, теперь составляет 20/25! Она была невероятно рада.

Кстати, с тех пор ее зрение не стабилизировалось на уровне 20/25, но продолжает колебаться. Поскольку она продолжает направлять энергию в область глаз, ее зрение постепенно становится все лучше.

Если энергия самостоятельно достигает нужных участков, почему необходимо класть руки непосредственно на наиболее проблематичные участки?

Если бы вы обладали неограниченным временем, тогда это действительно не имело бы значения. Но будучи ограниченными во времени, мы стараемся быстрее и эффективнее достигнуть определенных областей, которые нуждаются в исцелении. Вы можете наполнить водой ваш открытый бассейн, просто подав воду в шланг, который лежит у вас на газоне. Но бассейн наполнится водой быстрее, если вы опустите шланг непосредственно в него.

Квантовое Прикосновение и эмоции

Как воздействует Квантовое Прикосновение на эмоции пациента, с которым я провожу сеанс?

Эмоции пациента обычно становятся гораздо более уравновешенными и гармоничными. Энергия не знает различий между физическими и эмоциональными проблемами. Она направляется туда, куда нужно, и делает то, что нужно человеку. Помнится, однажды я навесил своего друга, с которым собирался поработать. Прямо с порога друг предостерег меня:

— Должен тебя предупредить, сегодня я чувствую себя отвратительно.

Я спросил его:

— Где именно ты чувствуешь себя отвратительно?

— Вопрос весьма интересный, — ответил друг. — У меня болит верхняя часть груди, горло и задняя часть шеи.

Я предложил другу сесть, чтобы я мог посмотреть, чем можно ему помочь. Я качал энергию в эти участки на протяжении всего 6 или 8 минут. К изумлению моего друга, когда я закончил работу, его недомогание прошло.

— Что ты со мной сделал? — спросил он меня.

— Да так, — ответил я, — просто отрегулировал твоё настроение.

Цель сеансов Квантового Прикосновения состоит не в том, чтобы исцелять пациента от эмоциональных проблем, но скорее в том, чтобы помочь ему обрести большее эмоциональное равновесие и ощущение сосредоточенности, чтобы он мог более эффективно и ответственно работать над своими эмоциями и осмысливать их.

Я знаю одну женщину-психотерапевта, которая использует Квантовое Прикосновение с большой пользой для своих пациентов. Она спрашивает пациента, в какой части своего организма он ощущает эмоции. Потом, с разрешения пациента, она кладет свои руки на эти участки и качает энергию. Она делает это чрезвычайно осторожно, чтобы в ее прикосновении не было ни малейшего сексуального намека. В результате ее пациенты приходят в состояние, находясь в котором они могут более эффективно справляться со своими эмоциями.

Нерешенные эмоциональные проблемы могут блокировать целительные вибрации или способствовать рецидивам болезни. Эта работа не освобождает пациентов от необходимости самостоятельно осуществлять эмоциональное и психологическое преобразующее исцеление. Если бы Квантовое Прикосновение могло заменить собой эмоциональную работу и здоровое проявление эмоций, то я бы рассматривал это как помеху. Я считаю, что умение быть честным по отношению к себе в проявлении эмоций, а также умение переживать и отпускать от себя эмоции — это основополагающий навык. Любое вмешательство в эту фундаментальную составную сферу нашего духовного роста имело бы пагубные последствия. К счастью, Квантовое Прикосновение всего лишь помогает людям пребывать в более уравновешенном состоянии, находясь в котором они могут выражать, прощать и отпускать от себя эмоции, что способствует их дальнейшему духовному росту.

Как применение Квантового Прикосновения воздействует на мои собственные эмоции?

Всякий раз, когда человек, практикующий Квантовое Прикосновение, качает энергию (самостоятельно выполняя скользящее поглаживание всего тела во время работы с пациентом), он поднимает уровень собственных вибраций и энергия приносит ему определенную пользу. Кроме такого умеренного исцеления посредством простого перекачивания энергии, необходимо еще и умение отдавать, которое, как известно, чудесным образом воздействует на эмоциональное состояние практикующего человека. Я убедился в этом на собственном опыте, и многие люди, изучающие Квантовое Прикосновение, признавались мне в том, что, осуществляя сеансы, они переживают эмоциональный подъем.

Завершение сеанса Квантового Прикосновения

Происходит ли смена ощущений в ваших руках, когда наступает пора завершать сеанс?

Я обнаружил, что это действительно так. Потребив всю энергию, которой он в состоянии распорядиться, организм вашего пациента просто не сможет усвоить лишнюю порцию, и при этом вы ощутите, что покалывание или иные ощущения в кистях ваших рук замедлятся или вообще прекратятся. Во многих случаях вы со временем сможете почувствовать, как вибрации тела вашего пациента медленно начинают совпадать с вибрациями ваших рук. Когда вибрации достигнут единого уровня, то, прикасаясь к пациенту, возможно, вы уже не сможете воспринимать никаких ощущений. Забавно, однако похоже, что всякий, кто занимается Квантовым Прикосновением, думает: «Я не должен качать энергию, поскольку в моих руках нет никаких ощущений». Потом, отнимая руки от своего пациента, вы ощущаете, что ваши руки невыносимо гудят. Стоит вам вновь опустить руки на тело вашего пациента, как вы опять ничего не почувствуете. Это нормально. Это признак того, что на данный момент процесс завершился.

У меня есть секретная техника, которую я применяю. Мне нравится расспрашивать человека о его ощущениях. Если он по-прежнему чувствует боль, я стараюсь вызвать в себе ощущение, что для данного человека сеанс еще не закончен. Но это мне не всегда удается. С практикой вы научитесь чувствовать, сколь высоко готов поднять свои вибрации пациент в ходе очередного сеанса.

Пациентка, с которой мне пришлось работать, попросила меня прекратить сеанс по прошествии 10 минут с его начала, сообщив мне при этом, что ей уже кажется, будто она вобрала в себя всю энергию, какую может принять ее тело. Так ли это?

Порой энергия может вызывать у потребляющего ее человека неприятные ощущения, поскольку он сильно реагирует на процесс исцеления. Это можно понять. Решив прекратить сеанс в подобный момент, вы должны осознавать, что процесс еще не закончен и вы оставляете человека в таком состоянии. Если человек проявляет столь сильную реакцию на исцеление, я рекомендую вам мягко убедить его в необходимости продолжить сеанс. Со временем, когда энергия придет в равновесие, ваша реакция, а также реакция вашего пациента постепенно утихнут. А остановка во время сеанса, когда энергия столь интенсивна, — это шаг преждевременный.

Каким образом вы узнаете, сколько сеансов требуется принять пациенту?

Не существует строгих и жестких правил относительно того, сколько сеансов может потребоваться. Когда человек долгое время пребывает в хроническом состоянии, чтобы помочь ему, требуется больше времени, чем если бы его болезнь развилась сравнительно недавно или имела бы острую форму. Простейшее правило здесь заключается в том, чтобы работать с пациентом ровно столько времени, сколько он нуждается в вашей помощи. Я бы предоставил пациенту право решать самому, как часто ему следует приходить. При определенных условиях он может пожелать принимать 2-3 сеанса в неделю либо посещать ежедневные сеансы на протяжении нескольких дней. Здесь все зависит от обстоятельств.

Не будет никакого вреда, если при хроническом заболевании спины вы назначите серию сеансов. В конце концов, для меня важнее всего видеть, что мой курс исцеления протекает успешно.

После сеанса

Что может сделать ваш пациент после сеанса, чтобы усилить процесс своего исцеления?

Если пациент способен продолжать направлять энергию в те участки тела, над которыми вы работали в ходе сеанса, то по его завершении он может интенсифицировать и продлить целительное воздействие.

Что следует делать для пациента по завершении сеанса?

Я бы рекомендовал дать пациенту стакан воды. В результате сеанса возможно выделение токсинов, и вода способствует их вымыванию из организма. Думаю, было бы правильно заряжать стакан питьевой воды, направляя в него энергию (см. стр. 177). По окончании сеанса ваши руки все еще продолжают качать энергию с высоким уровнем вибрации. Пожалуй, вы вполне могли бы заряжать энергией воду в стакане емкостью 200 г в течение 3-5 минут.

Может ли Квантовое Прикосновение причинить вред?

Можно ли повредить человеку, качая в него слишком много энергии?

Насколько мне известно, такое никогда не случалось. Нельзя дать кому-то слишком много энергии. Если какая-нибудь часть организма получает слишком много энергии, она передает этот излишек другой части тела, которая в этом больше нуждается. Принимающий энергию человек почувствует, что его ощущения перемещаются в какой-то иной участок. Это чувство может нести в себе полезную информацию. Именно этот вопрос возник, когда я посетил доктора Нормана Шили и научил его качать энергию. По его мнению, эта энергия не может причинить вред, поскольку она всего лишь помогает достичь равновесия. Как только такое равновесие будет достигнуто, энергия перестанет поступать либо будет вытекать из организма.

Существует ли какая-то опасность в применении Квантового Прикосновения?

Насколько мне известно, Квантовое Прикосновение не опасно. Я видел, какие чудеса оно творит с новорожденными младенцами, животными и престарелыми людьми. Более чем за 20 лет я не видел ничего опасного. Как я уже говорил, если дать человеку больше энергии, чем он может использовать, она просто не впитается в его тело.

Могу припомнить лишь один случай, когда я побоялся давать сеанс Квантового Прикосновения. Несколько лет назад я повстречал человека, который перенес операцию по трансплантации печени и был вынужден принимать медицинские препараты, чтобы подавить реакцию иммунной системы, пытавшейся отторгнуть новую печень. Я опасался, что, дав ему энергию, я спровоцирую более интенсивную работу иммунной системы и подвергну человека риску печеночной недостаточности. Не зная, верны ли мои опасения, я предпочел быть излишне осторожным.

Можно ли использовать эти приемы во вред другим?

Теоретически — да, но примеры подобных попыток мне не известны. Использовать энергию для злого умысла весьма проблематично, поскольку в этом случае она немедленно возвращается к злоумышленнику. Какие бы цели мы ни преследовали, мир, видимо, устроен так, что мы немедленно получаем то, что хотим отдать. К тому же стремление сознательно навредить другим людям — это верный путь к разрушению чувства собственного достоинства. Всякому, кто соблазнится стремлением таким способом излить

свою ненависть, я лишь могу предложить найти более безопасный способ выпустить свою злость, которая может стать невероятно мощной побуждающей силой.

Квантовое прикосновение и другие методики

Имеются ли у вас предложения по совместному применению Квантового Прикосновения и других мануальных целительных техник?

Да, конечно. Насколько мне известно, Квантовое Прикосновение можно использовать для повышения эффективности любых других мануальных методик. Я полагаю, что это открытая терапия, потому что ее можно легко применять с другими видами практик. Если вы применяете Рэйки, то просто выполняйте Квантовое Прикосновение в течение ваших сеансов Рэйки. Те, кто практикуют шиацу или акупунктуру, могут просто направлять энергию из пальцев рук в процессе своей обычной практической работы. Профессиональные массажисты обнаружили: для того чтобы качать энергию во время сеанса, требуется высокий уровень концентрации. С практикой они могут освоить этот навык. Мне говорят, что, по мнению пациентов, после сеансов массажа с Квантовым Прикосновением они как будто излучают свет. Хиропрактики обнаружили, что они могут использовать Квантовое Прикосновение вместо своих самых «скоростных» приемов настройки. Краниосакральные терапевты признавались мне, что Квантовое Прикосновение преобразовало их практику. В сущности, Квантовое Прикосновение способно повысить эффективность многих других техник.

Правда ли, что любой человек может освоить Квантовое Прикосновение?

Могут ли люди с отсутствием зрения, слуха, а также страдающие другими физическими недостатками освоить технику Квантового Прикосновения?

Да, разумеется. Процесс качания энергии зависит от намерения, внимания и дыхания. К тому же человек, которого не отвлекают зрительные образы и звуки, способен дольше сохранять необходимый уровень концентрации и,

в принципе, может достигнуть больших успехов, чем обладающие зрением и слухом коллеги.

Могут ли дети обучиться Квантовому Прикосновению?

Безусловно. Обычно у детей не бывает проблем в освоении этой работы. При наличии сильного желания заниматься целительством в своих успехах они могут сравняться со взрослыми. Присутствие детей на моих занятиях — явление отнюдь не диковинное, и, к радости их родителей, они замечательно занимаются исцелением.

В одну из групп, где мне пришлось преподавать, женщина привела своего 11-летнего сына, которого звали Зак. Он чудесно провел у нас время, обнаружив в себе такие целительские способности, благодаря которым он ни в чем не уступал взрослым. И он помогал своей матери, когда та исправляла ему осанку, а также работала над многочисленными травмами, которые он получил, катаясь на коньках. Мне не приходилось видеть ничего более прекрасного, чем любовь, которую я наблюдал в отношениях этой женщины и ее сына.

По дороге домой Зак сказал:

— Знаете, я всегда втайне мечтал обладать сверхчеловеческой силой, и теперь мне кажется, я ее в себе ощущаю.

Придя утром в школу, Зак сообщил своему другу, что теперь он умеет исцелять людей.

— Исцели меня, — попросил его друг.

Зак спросил друга, что у него болит. Тот ответил, что у него ничего не болит. Тогда Зак сказал:

— Я не смогу тебе помочь, если у тебя ничего не болит.

Получив такой ответ, друг Зака изо всей силы ударил рукой по столу. Рука быстро распухла и изменила цвет. Зак молча взял руку друга и стал направлять в нее энергию. Несколько минут спустя друг Зака воскликнул:

— Ух ты! Как прохладно.

И они побежали играть.

Нужна ли интуиция для такого рода работы?

Наличие интуиции ни в коем случае не является предпосылкой для успешного освоения техники Квантового Прикосновения. Хотя на свете есть люди, которым как будто от природы точно известно, в какой участок тела следует направить руки, лично я обнаружил, что прекрасных результатов можно достигнуть с помощью техники, которую я называю «Где у вас болит?». Большинство виденных мной великих результатов люди достигли именно этим «допотопным» путем познания.

Насколько сильно специалисты Квантового Прикосновения отличаются друг от друга?

Как всякий цветок неповторим и прекрасен, так и всякий, кто практикует Квантовое Прикосновение, обладает уникальной и прекрасной энергией. Не все люди обладают одной и той же энергией. Некоторые практикующие специалисты лучше всего работают с переломами костей, а другие прекрасно справляются с опухолями. Я нахожу, что лично мне лучше всего поддаются травмы, воспаления, структурное выравнивание и утоление боли. Другие практикующие специалисты, возможно, имеют успехи в других областях.

Могли бы вы дать несколько указаний относительно методики проведения сеансов Квантового Прикосновения?

- ▶ Качая энергию, следите за тем, чтобы ваше дыхание всегда было связано с ощущениями (это быстро входит в привычку и становится второй натурой практикующих специалистов).
- ▶ Постоянно включайте в работу техники дыхания.
- ▶ Оставайтесь сосредоточенными, чтобы удерживать энергию на максимально высоком уровне.
- ▶ Обращайте пристальное внимание на ощущения в ваших руках и соответственно используйте эту информацию.

Я все еще сомневаюсь: разве можно мне выполнять Квантовое Прикосновение и при этом не быть целителем?

К сожалению, наш язык несовершенен. Человек, который применяет Квантовое Прикосновение, на деле не является «целителем», хотя он, несомненно, совершает исцеление. Выполняя Квантовое Прикосновение, мы своими руками создаем поле энергии. Из этой энергии мы образуем вибрационную среду, чтобы с ее помощью человек, с которым мы работаем, мог исцелить себя. Я убежден, что, работая с другим человеком, мы в действительности пользуемся не своей энергией, но скорее используем энергию Вселенной, стараясь приблизить ее поле к этому человеку. Тело нашего пациента осознает это поле и благодаря энергии резонанса и вовлечения вибрации клеток человеческого организма начинают совпадать с вибрациями наших рук. В ходе такого процесса «телесный разум» человека и «духовный разум» используют эту новую вибрацию, чтобы вызвать исцеление в соответствии с потребностями пациента.

Никто не исцелит вас, кроме вас самих, как никто не может принимать вместо вас пищу или смеяться. Не важно, сколько трудятся над вашим исце-

лением другие. Всегда помните, что одно только ваше тело вершит исцеление. Проще говоря, ваше тело само исцеляет себя. Я считаю, что всякий, кто заявляет, что способен исцелить вас, не понимает механизма исцеления.

Человек, который производит «исцеление», на самом деле создает среду, необходимую для того, чтобы оно совершилось, — не больше и не меньше. Поэтому, говоря, что я целитель, я просто использую обычный жаргон. Лишь немногие поняли бы меня, стань я вдруг объяснять, что поддерживаю резонанс, позволяя людям гармонично вовлекаться в мои вибрации, чтобы исцелить самих себя.



Вспомогательные техники

*Жизненная сила — это энергия, которая окружает
и пронизывает все живые существа.*

Пожалуй, то же самое можно сказать о любви.

*Близкая связь между жизненной силой и
нашей любовью — это великая и непреходящая тайна.*

Если вы смогли выполнить энергетические и дыхательные упражнения, описанные в главе 3, значит, вы уже освоили те основные навыки, которые помогут вам стать необычайно мощным практикующим специалистом-целителем. Простейший способ убедиться в правоте моих слов состоит в том, чтобы работать с теми, кто испытывает боль.

Теперь вы готовы начать изучение вспомогательных техник. Эти навыки еще больше укрепляют базовые техники, но не подменяют их. Я также настоятельно рекомендую вам продолжать осваивать вводные техники — ведь слишком много практики не бывает. Вспомогательные практики, которые мы с вами будем осваивать, являются дополнительными в том смысле, что практикующие специалисты будут предпочитать и осваивать одни из них, не занимаясь другими. Я предлагаю вам выбрать такие техники, которые вам больше всего придутся по душе и покажутся наиболее эффективными.

ФАКТОРЫ резонанса

Обучая людей качать энергию, я хочу, чтобы они увидели, насколько легок этот могущественный метод изменения ситуации. Если вы практиковали техники, представленные в главе 3, то, должно быть, уже открыли для себя этот секрет. Теперь пришло нам самое время рассмотреть то, что я называю «факторами резонанса» в процессе перекачивания энергии. Эти

факторы помогают нам поднять уровень резонанса, а также улучшить качество и силу целительного воздействия. Я предпочитаю рассказать о факторах резонанса именно сейчас, поскольку теперь эти сведения станут прекрасным дополнением к тому, чему вы уже научились. Кроме того, благодаря этим знаниям ваши целительные сеансы станут еще более эффективными.

Не спеша изучите факторы резонанса и как следует поработайте с ними, поскольку впоследствии они станут хорошим подспорьем в ваших сеансах исцеления.

- 1. Качайте энергию.** Поглаживайте свое тело одним скользящим движением и выполняйте другие полезные для вашего физического тела приемы, которые помогают усилить и проявить его чувствительность. Все эти приемы — важная составная часть Квантового Прикосновения. Чем больше ощущений вы сможете вызвать в своем теле посредством вашего намерения и внимания, тем более эффективным будет ваш труд.
- 2. Используйте дыхательные техники.** Подобно кузнечным мехам, которые раздувают огонь в горне, дыхание является важнейшим компонентом, способствующим повышению резонанса вашей целительной работы. Умение качать энергию ценно само по себе, но в сочетании с дыханием оно становится во много раз мощнее, чем если бы одно применялось отдельно от другого. Чем больший объем воздуха мы перемещаем, тем более эффективна наша работа. Всегда помните: во время сеанса вам необходимо дышать. Этим вы не только повысите уровень ваших целительных вибраций, но одновременно защитите себя на время сеанса от заражения энергией вашего пациента и истощения целительных сил. Делайте глубокие вдохи. Чем больше воздуха — тем лучше. И так — пока у вас не закружится голова.
- 3. Объедините дыхание с энергией.** Более важной, чем просто умение дышать или качать энергию, является способность объединять два эти навыка. С практикой ваше дыхание и ощущения сольются воедино. Когда ваше дыхание и ощущения рук образуют единое целое, вы сможете ощущать, насколько каждый новый вдох изменяет и усиливает ощущения рук. Именно в этом случае вы можете быть уверены в том, что правильно выполняете процедуру. На угли дуют, чтобы они ярче горели, точно так же чем большим будет поток воздуха, тем более мощной будет ваша энергия.

- 4. Помните о своем намерении.** Ваше намерение исцелять — это важный аспект работы. Для большинства людей стремление помогать другим ради их исцеления является естественным и инстинктивным порывом. При виде страдающего от боли человека мы испытываем страстное желание помочь. Такая реакция и стремление помочь — это все, что вам нужно.

Возможно, мои слова вас удивят, но можно чувствовать себя злым, подавленным, печальным или даже возмущенным — и при этом творить чудеса «исцеления». Обычно сам процесс выполнения Квантового Прикосновения поднимает нам настроение. Даже одного намерения помочь другому человеку вполне достаточно, чтобы прекрасно справиться с этой работой. Когда я говорю о наличии «намерения к исцелению», кое-кто начинает сомневаться в себе и своих намерениях. Но сущность их стремления исцелять проявилась уже в том, что эти люди пришли на мой семинар или нашли время, чтобы прочитать эту книгу. Чтобы помогать другим, вам не придется ждать, пока вы достигнете «совершенства» либо обретете некое состояние «святости» или просветления. Больше того: необходимо понять, что сила вашего намерения превосходит сиюминутное состояние ваших эмоций. То есть ваше стремление исцелять будет гораздо весомей переживаемых вами в данный момент эмоций.

- 5. Стремитесь ощутить любовь и благодарность.** Как вы уже поняли, просто перекачивая энергию по своему телу и сочетая ее с дыхательными техниками, мы можем пробудить в себе гигантские целительные силы. Выше я уже говорил: нашей природе настолько присуще чувство любви, что даже увлеченный игрой ребенок чувствует, что его любят, когда ощущает на себе наш пристальный взгляд. Ведь внимание — это одно из проявлений любви. Нам незачем «стараться» любить человека во время сеанса, поскольку любовь — это свойство нашей натуры. Ведь, например, собакам не нужно стараться, чтобы принять «собачий» облик, или деревья не пытаются стать более «деревянными». Так и люди — любящие существа от природы. И практикуя Квантовое Прикосновение, нам не нужно прилагать особых усилий, чтобы быть самими собой. Вот почему, просто качая энергию, мы можем достигнуть таких ощутимых и прекрасных результатов.

При этом я должен заметить, что вы можете улучшить результат своей работы как для себя, так и для вашего пациента, если сознательно решите прийти в состояние любви и благодарности. Чем бы вы ни были заняты, не пытайтесь вызвать в себе чувства, которых у вас нет. Не вините себя

за неудачный сеанс, если вы не испытываете чувства любви или благодарности, — ведь в этом нет вашей вины. Но если можете, сознательно вызывайте в себе присущие вам чувства любви и благодарности. Позвольте себе вполне насладиться и прочувствовать те тактильные ощущения, которые вызывает в вашем теле любовь или благодарность. Благодарность и любовь можно испытывать к чему угодно в этой жизни. Главное — чтобы эти чувства подняли уровень ваших вибраций. Думаю, вы будете весьма довольны результатом. Любовь и благодарность противоположны чувству жалости к себе и сомнению — тем факторам, которых вам следует избегать. Сознательно приводя себя в состояние благодарности, вы можете повысить уровень резонанса и существенно улучшить качество работы.

6. **Сохраняйте позитивные ожидания.** Сохраняя искреннюю надежду на то, что организм обладает не только способностью к исцелению, но и необходимой для этого мудростью, вы можете повысить и улучшить резонанс. Главный фокус здесь в том, чтобы всегда быть абсолютно искренними относительно реального положения дел и надеяться на лучшее, опираясь на собственный опыт и убежденность. Прекрасно, если с самого начала вы сможете сказать себе: «Не знаю, возможно ли это исцелить, но я хочу посмотреть, что из этого выйдет, и я знаю, что тело содержит в себе целостный план, к которому оно может обратиться. Вам нет нужды знать, каким образом это случится». Просто искренне примите это как истину. Поступая так, имейте в виду, что тело обладает той мудростью и способностью исцелить себя, которая выходит за рамки нашего понимания. Вера в то, что чудеса возможны, помогает им сбыться. Как намерение и внимание необходимы, чтобы направить энергию, так надежда являет собой важный фактор повышения наших вибраций. Многие из величайших целителей, которых я знал, обладали твердыми знаниями и надеждой на то, что самые невероятные исцеления происходят довольно часто. Поэтому они приступали к своим сеансам с радостным чувством доброй надежды.
7. **Просите о помощи.** Для тех, кто имеет дело с духовной системой верований, обстоятельства изменяются к лучшему, когда они обращаются за помощью к высшей силе в любом из ее проявлений. Искренняя просьба о помощи — это великое дело. Прося о помощи, старайтесь сделать ее осязаемой для ваших органов чувств.

- 8. Отдавайте себя целиком.** Значение этого правила нельзя переоценить. В ходе сеанса отдавайтесь ему на все 100 %, и результат его чрезвычайно улучшится. Посвятить себя целиком исцелению — это значит отпустить, от себя любые посторонние мысли, сосредоточившись на дыхании и ощущениях ваших рук, не думая и даже забывая о времени и месте своего пребывания. Порой, когда вы целиком отдаетесь процессу, вам кажется, что вы растворяетесь в нем, вы словно устраняетесь, предоставляя энергии самой делать свое дело. Отдавать себя целиком — это значит работать изо всех сил, оставаясь как можно более расслабленным. Ваше тело, руки, а также ум не должны ощущать ни малейшего напряжения.
- 9. Отпустите навязчивые мысли о результате.** Как вы помните, я уже говорил, что великим целителем считается человек, который тяжело болел, но весьма быстро поправился. Если вдуматься, становится ясно, что «целитель» на самом деле — это тот, кто способствует исцелению. Практикуя Квантовое Прикосновение, вы, по существу, никого не исцеляете. Единственное, что вам приходится делать, — это повисить поле вибраций другого человека с помощью резонанса и фактора вовлечения. Осуществляя Квантовое Прикосновение, вы не ответственны за то, исцелится ли ваш пациент, поскольку единственный, кого вы можете исцелить, — это вы сам. Тем не менее вы обязаны поддерживать возможно более высокий уровень вибрации так долго, как это будет необходимо для достижения возможно лучшего результата.

В моей практике бывали моменты, когда сеанс, несмотря на все мои усилия, не приносил никакой очевидной пользы. Но, хотя я не могу поставить себе в заслугу исцеление моих пациентов, точно так же я не могу винить себя за то, что им не стало лучше. Реакция человека на эту работу зависит от его личной способности воспринимать целительную энергию и сохранять необходимый уровень вибраций. Мы не всегда можем судить об эффективности нашей работы в ходе ее выполнения. Работа целителя заключается в том, чтобы поддерживать максимально высокий уровень вибраций — и только. Порой возникают факторы, которые в какой-то определенный момент препятствуют наступлению исцеления. Просто в такой момент ваша энергия может не обладать необходимыми для исцеления свойствами.

Бывает, что человек не готов к исцелению: возможно, для этого ему нужно усвоить некоторые эмоциональные уроки либо причиной служат иные факторы. Некоторые из этих факторов можно понять, тогда как другие лежат за пределами нашего понимания. Поэтому мы не должны

судить, насколько мы хороши или плохи, как не должны и заботиться о результате сеанса. Мы можем надеяться и ожидать наилучшего исхода, этим мы помогаем самим себе настроить резонанс. Однако исцеление не входит в наши обязанности. Мы выступаем исключительно в роли катализатора, помогая нашим пациентам исцелить себя.

- 10. Верьте.** Вера в себя может удивительным образом отразиться на высоком уровне резонанса. Такая вера проявляется многогранно: вы можете верить, что у вас достанет любви и способности повысить резонанс. Вы можете верить, что все происходящее во время сеанса — будь то мощный выплеск эмоций или мощный выплеск физических сил — будет лишь к лучшему. Наконец, вы можете просто верить в этот процесс — в любых его проявлениях. Если симптомы ухудшатся, вы можете поддерживать спокойное к ним отношение, продолжая направлять энергию успокаивающими движениями рук, пока боль не пройдет.

Не торопитесь и сознательно используйте факторы резонанса в процессе сеансов Квантового Прикосновения. Возможно, это потребует от вас некоторых усилий, однако они вполне окупятся. Факторов резонанса может быть куда больше, чем в приведенном здесь кратком списке. Не спеша поработайте с каждым из них и заметьте, как они влияют на ощущения ваших рук. Представьте эти факторы как можно более живо, и вы отметите значительные улучшения в вашей целительской практике.

Вспомогательные упражнения для передачи энергии

Образуем энергетический вихрь

Энергия не движется по прямой. Все — от электронов до планет и целых галактик — пребывает в постоянном вращательном движении. Благодаря силе своего вращения фрисби (пластмассовый игрушечный диск) быстрее пронзает воздух. Пули вылетают из ружья, двигаясь по спирали, и за счет вращательного движения траектория их полета делается прямее, а их пробивная способность усиливается. Приводя энергию во вращательное движение, вы одновременно повышаете уровень ее вибрации и потенциальную силу проникновения.

Когда вы качаете энергию, одним широким движением поглаживая все свое тело, старайтесь закрутить ее спиралью по часовой стрелке, либо в обрат-

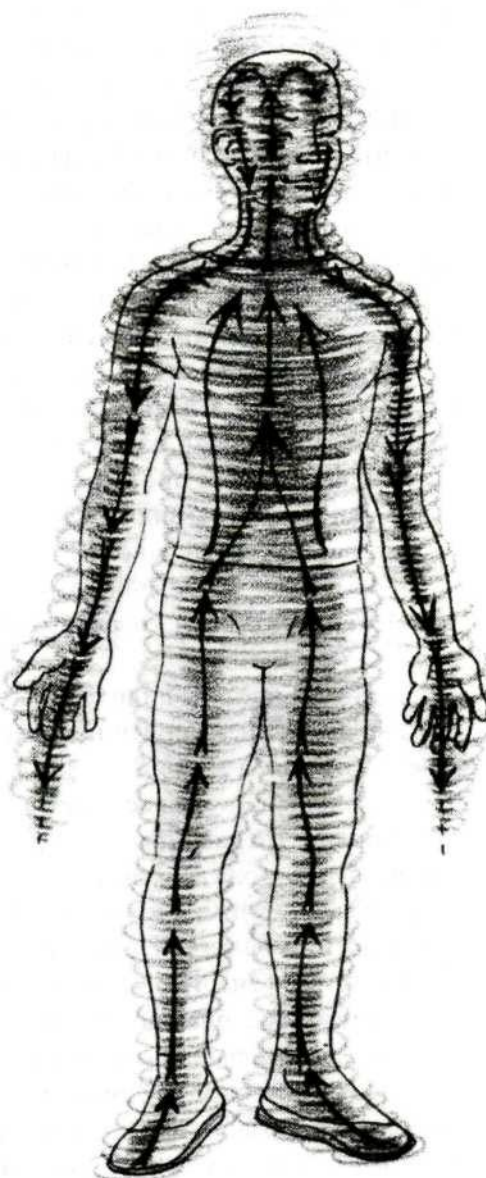
ном направлении, распространяя ее по всему вашему телу. (Направление не имеет значения.) Пребывая в положении сидя или стоя, почувствуйте, как, вращаясь, энергия поднимается вверх по вашим ногам, проходит спиралью по всему телу, проникает в голову, а затем через плечи поступает в кисти рук. Почувствовав энергию в своих руках, направьте ее в ладони.

Попробуйте создать вихревой поток энергии одновременно внутри и вокруг вашего тела. Силой вашего намерения повышайте скорость вращения и наблюдайте за силой своих ощущений.

Эта техника требует большой практики, но она стоит времени, которое вам придется затратить на развитие ваших навыков. При должном терпении вы сумеете ощутить могучий поток энергии, который будет вихрем вращаться в любой момент, когда вы того пожелаете. Помните, что ключом к успеху здесь будет ваше воображение и намерение вызвать у себя определенные тактильные ощущения. Чем более сильным будет это ощущение, тем большую пользу оно принесет. Просто представив себе энергию, вы едва ли приведете в действие свои тактильные ощущения.

Работа с чакрами и цветом

Еще до моего знакомства с высокочтимой целительницей Розалин Брийер мне говорили, что она спо-



собна видеть энергию. К тому времени я приобрел привычку скептически относиться к людям, заявлявшим о своей способности видеть энергию. Я даже разработал маленький тест, чтобы выявлять реальное наличие таких способностей. На тот момент пройти мой тест еще никому не удавалось. Суть его состояла в том, что, прилагая максимум усилий, я начинал качать энергию из своей руки и вдруг, будто бы ненароком, просил человека сказать, что он видит. И вот, когда мне представился случай, я сосредоточил в ладони довольно сильный заряд энергии, а затем попросил Розалин взглянуть на эту энергию. Глядя мне прямо в глаза, Розалин спросила: «Зачем вы пропускаете через руку столько энергии?» Я признался, что хотел проверить, действительно ли она видит энергию. Розалин рассмеялась: «Ну что вы, я вижу энергию достаточно ясно». Я это понял.

Позднее, на своем семинаре, Розалин поясняла, что, когда мы сосредоточиваем внимание на наших энергетических центрах, которые называются чакрами, выходящая из них энергия приобретает цвет этих чакр. И это утверждение я тоже проверил.

— Какой цвет вы видите в моих руках сейчас? — спросил я, сосредоточив внимание на третьей чакре.

— Желтый, — уверенно ответила она.

Через пару секунд, сосредоточив внимание на пятой чакре, я снова спросил:

— Какой цвет вы видите теперь?

— Лазурный, — почти немедленно ответила она.

— Хорошо, а теперь?

— Зеленый, — был ее ответ.

Я понял, что начинаю надоедать ей этой игрой, но в то же время убедился, что, во-первых, она действительно может видеть энергию, а во-вторых — что, сосредоточив внимание на чакрах, мы можем изменять вибрации и цвет исходящей из наших рук энергии.

Пропуская энергию через определенную чакру, мы можем усилить излучаемую руками вибрацию. Вместо того чтобы стремиться к психологическому или интеллектуальному совершенству, чтобы точно определять, какой именно цвет необходим определенному участку тела, вы можете извлечь весь радужный спектр, позволив самому организму выбирать из разных цветов. Этот путь я люблю называть «мультивитаминным» подходом к исцелению. Просто впустите в себя все цвета, и пусть организм выберет тот, который ему необходим. Поскольку растения не могут развиваться нормально при свете какой-то одной частоты, то правильно будет предположить, что и наш организм не будет развиваться нормально под действием энергии какой-то одной частоты. Я считаю, что как растениям, так и людям необходим полный спектр.

Техника полноспектрального воздействия на чакры

Один вариант этой техники я усвоил и адаптировал для целительских целей из медитации, предназначенной для работы с чакрами, которую преподал мне духовный учитель по имени Лазарис.

Первая чакра

Сосредоточьте все внимание на основании позвоночника (окончание копчика и область промежности между гениталиями и анальным отверстием) и ощутите в нем шар красного света. Цвет шара должен быть таким же сверкающим и ярким, как у пожарного автомобиля. Осязаемые ощущения гораздо важнее, чем визуализация. Мы применяем визуализацию в основном для того, чтобы вызвать ощущения нашего тела. Используйте дыхательную технику «2х6» и, делая выдох на счет до 6, продолжайте удерживать внимание на области первой чакры.

Испытав осязаемые ощущения в области первой чакры, начинайте вращать «шар света» по часовой стрелке либо в обратном направлении — как вам будет удобно. Важно понимать, что намерение усиливает ощущение. Поскольку энергия следует за мыслью, чем большим будет ваше намерение и внимание, тем сильнее становится ощущение.

В течение нескольких минут старайтесь вызвать возможно более сильное ощущение в первой чакре.

Вторая чакра

Направьте внимание на область гениталий и за ними. Ощутите шар блестящего оранжевого света. Цвет его — как у апельсина, только ярко сияющий. Применяйте дыхательную технику «2х6», чтобы направить энергию в чакру и вращать этот шар в любом из удобных для вас направлений. Не обязательно, чтобы направление вращения было тем же, что и в первой чакре. В течение нескольких минут старайтесь вызвать возможно более сильное ощущение во второй чакре.

Третья чакра

Третья чакра находится в области солнечного сплетения и имеет размер приблизительно с раскрытую ладонь. Ощутите в своем животе шар сияющего солнечно-желтого света и почувствуйте, как он вращается в удобном для вас направлении. В течение нескольких минут старайтесь максимально

усилить это свое ощущение с помощью дыхательной техники «2х6».

Четвертая чакра

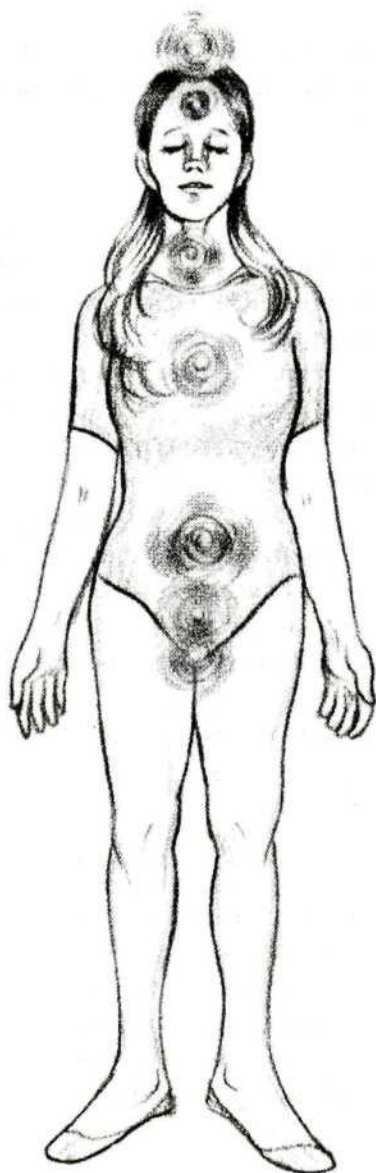
Переместите ваше внимание на область сердца и ощутите в ней сияющий шар изумрудно-зеленого света размером с кулак. Вращайте шар в удобном для вас направлении и применяйте дыхательную технику «2х6», чтобы усилить это ощущение. На протяжении нескольких минут старайтесь придать этому ощущению максимально возможную силу.

Пятая чакра

В области горла почувствуйте плотный светящийся шар цвета лазурного неба. Вращайте этот шар в удобном для вас направлении и снова используйте дыхательную технику «2х6», чтобы усилить ощущение в области этой чакры. Как и прежде, в течение нескольких минут старайтесь придать этому ощущению максимальную силу.

Шестая чакра

В области надбровья, прямо в центре лба, находится шестая чакра, иногда именуемая Третьим глазом. Ощутите там светящийся шарик цвета индиго и заставьте его вращаться в любом удобном для вас направлении. Сосредоточив внимание на этом участке, в течение нескольких минут применяйте дыхательную технику «2х6», чтобы повысить интенсивность своего ощущения.



Седьмая чакра

В районе макушки почувствуйте шар интенсивного фиолетового света. Ощутите, как он вращается в удобном для вас направлении. Применяя дыхательную практику «2х6», усильте ваше ощущение и уровень энергетики в этой области. Усиливайте это ощущение на протяжении нескольких минут.

Техника последовательного полноспектрального воздействия на чакры

Старайтесь направлять в человека энергию поочередно через каждую из чакр. Сосредоточьтесь на первой чакре и сделайте несколько вдохов, просто вращая эту чакру и перекачивая энергию из ваших рук.

Прodelайте это с каждой из чакр. Помните, что таким образом вам нужно обработать все семь чакр, чтобы тело восприняло энергии и выбрало из них необходимую в процессе исцеления.

На недавнем занятии один из моих учеников перекачивал энергию из каждой чакры своей подруге. Когда он дошел до шестой чакры, девушка заметила, что у нее появилось ощущение, будто она плавает. Не говоря ни слова, ее приятель снова стал перекачивать в нее энергию из своих чакр. И всякий раз, когда он начинал качать энергию через свою шестую чакру, его подруге казалось, что она плавает.

Техника одновременного полноспектрального воздействия на все чакры

Представьте, что в каждой из чакр вращается разноцветный шар лучистого света. Только теперь старайтесь вращать все ваши семь чакр одновременно. Начните с первой, перейдите ко второй, третьей и т. д. Только следите, чтобы при этом все они продолжали вращаться. Последовательно переходя от первой чакры к седьмой, приводите в движение ту из них, которая прекратила вращаться. К концу этого упражнения вы должны заставить одновременно вращаться все ваши семь чакр. Вращая все цвета одновременно, вы получаете белый свет. Продолжайте, используя дыхательную технику «2х6», чтобы увеличить энергию и силу ощущения этого упражнения.

Чтобы несколько облегчить задачу, представьте себе заводную ручку, посредством которой вы можете одновременно вращать все семь чакр. Продолжайте вращать их, используя дыхательную технику «2х6».

Повторите упражнение, только на этот раз, вращая каждую из чакр, представляйте, будто вам слышен звук вращения. Чем быстрее они вращаются, тем выше частота звука. Теперь вращайте семь чакр одну за другой и вслушивайтесь, как звук, который они издают, становится по мере нарастания скорости выше и выше. Используя силу воображения, старайтесь увидеть вспышки света, которые фейерверком вылетают из чакр во время вращения. Продолжайте применять дыхательную технику «2х6» для усиления энергии и остроты ощущения в ходе этого упражнения.

Этот замечательный прием позволяет заставить чакры вращаться перед началом сеанса. Иногда вам захочется заставить их вращаться во время сеанса.

Тонинг

Тонинг¹ — чрезвычайно мощное средство усиления эффективности сеансов исцеления. Для многих он становится излюбленным способом передачи энергии. Применяя тонинг, человек мысленно или вслух поет некий звук. Работая в технике Квантового Прикосновения, вы можете повысить ее эффективность посредством озвученного или мысленного тонинга. Поскольку со стороны озвученный тонинг может многим казаться странным или социально неадекватным и даже пугать окружающих, то вам следует знать, что мысленный тонинг столь же эффективен, как и озвученный.

Попробуйте слегка сжать ладонь и начните нагнетать в нее энергию. С появлением сильного ощущения этой энергии попытайтесь вслух издать какой-нибудь звук. Обратите пристальное внимание на то, как изменилось ощущение энергии в ваших руках. Теперь попробуйте издать несколько разных звуков. При этом вы можете пропеть ряд более высоких нот, чтобы отметить, какая из них вызовет наибольшую вибрацию в ваших руках.

Освоив озвученный тонинг, попробуйте выполнить его молча. Мысленно интонируйте различные ноты и внимательно следите за ощущениями ваших рук. Большинство людей могут заметить, что отдельные мысленно произносимые ноты вызывают у них более сильные ощущения, чем другие.

¹Тонинг — техника лечения голосом. Впервые этот термин применила в своей одноименной книге Лорел Элизабет Кейс (LaurelElizabethKeyes). Считается, что тонинг применяли с древнейших времен, когда первобытный человек пытался облегчить свои страдания криком. Но как разработанная методика врачевания при помощи человеческого голоса, тонинг появился в начале 60-х годов XX века. Сама Л. Кейс так описывает эту терапевтическую систему: «Тонинг — древний метод врачевания недугов... Цель его заключается в том, чтобы восстановить изначально присущую человеку гармоническую структуру». — *Прим. перев.*

Выполняя сеансы Квантового Прикосновения, просто найдите такие звуки (произнося их мысленно или вслух), которые вызывают наиболее сильные ощущения в ваших руках и тонизируют их, в то время как вы направляете энергию. Подобрать для себя эти ноты можно, испробовав множество гласных звуков и остановившись на тех из них, которые обладают наилучшим резонансом.

Озвученный тонинг в процессе сеанса может вызвать проблемы, поскольку он сдерживает дыхание и замедляет выдох. Замедленное дыхание понижает уровень ваших вибраций и делает вас восприимчивыми к энергии вашего пациента. Справиться с этой проблемой помогает техника Хриплого Тона.

Техника Хриплого Тона

Занимаясь тонингом, старайтесь осуществлять полный выдох на счет от 4 до 6. При этом у вас образуется хриплый звук. Чтобы представить себе такой звук, попробуйте сказать что-нибудь громким шепотом. Быть может, он не покажется благозвучным, однако обеспечит вам высокий уровень энергии, эффективность и надежную защиту в процессе сеанса. При тонинге дыхание должно быть столь же интенсивным, как и без него. Правильное дыхание защищает вас от конвергенции ваших вибраций с вибрациями вашего пациента. Поэтому вам следует выдыхать большое количество воздуха и одновременно петь определенную ноту.

Стимуляция собственных вибраций пациента

Подъему вибраций во время сеанса может способствовать сам пациент. Во-первых, попросите его сосредоточить все внимание на тех участках тела, к которым вы прикасаетесь. Объясните ему, что он должен сосредоточиться и как можно глубже проникнуть в ощущения тех областей, которые находятся под воздействием ваших рук, а также в ощущения других участков тела.

Вторая задача состоит в том, чтобы заставить пациента дышать глубоко, словно нагнетая воздух в те участки, которых вы касаетесь. То есть пациент должен представить, что он дышит через область контакта с вашей рукой.

Третья задача для пациента заключается в том, чтобы информировать вас обо всех изменениях в его ощущениях прорабатываемого вами участка или любой другой части тела.

Предложите пациенту применять дыхательные техники «1х4» или «2х6». Пусть он применяет технику «1х4» если испытывает боль, а на протяжении

всего остального сеанса он должен применять дыхательную технику «2х6» или связное дыхание.

Сосредоточив внимание на прорабатываемом вами участке, пациент сможет проникнуть в него собственным сознанием. Привнеся в этот участок энергию своего дыхания, ваш пациент еще более повысит уровень вибраций, и вы сможете острее почувствовать ощущения ваших рук.

Вы можете также попросить пациента синхронизировать его дыхание с вашим. Такой шаг может иметь мощное воздействие, и его результаты будут говорить сами за себя.

Работа в четыре руки и групповые сеансы

Результаты групповых сеансов могут быть значительно ощутимее индивидуальных. Порой, демонстрируя свою работу перед большой аудиторией, я встречаю людей, которые не реагируют на энергию.

В такие моменты я отправляю такого невосприимчивого человека к паре моих учеников, которым обычно удается сделать то, что мне не по силам.

Когда человек кладет свои руки на пораженную область, между его руками и болезненной областью возникает мощный резонанс. Однако когда два человека совместно работают над пациентом, резонанс возникает отнюдь не между ними и пациентом, а между этими практикующими специалистами. Этот новый и необычный вид резонанса часто оказывается куда более эффективным, чем резонанс, созданный одним человеком.



Мне очень нравится работать в группах — возможно, из-за лени или, быть может, потому, что мне нравится добиваться успеха. Во всяком случае, когда ваш товарищ или пациент не реагирует на действие энергии, вы можете провести групповой сеанс. Усилия двух и более человек могут творить настоящие чудеса.

Есть мощный прием совместной работы в четыре руки. Мы называем его «Клубный сэндвич». Два применяющих этот прием человека окружают своими ладонями проблемный участок, как сэндвич. Каждый из

практикующих специалистов кладет одну руку на пациента, а другую — на руку своего партнера.

Помнится, однажды мой друг Пол попросил меня приехать к его приятелю Рiku, который упал с пятиметровых строительных подмостков. Ребро пробило правое легкое, и, чтобы спасти Рiku жизнь, врачи откачали из него два литра крови. Когда через неделю после несчастного случая Рика выписали из больницы, он едва был способен ходить и не мог ни повернуться, ни согнуться. Правым легким он дышал с трудом, и каждый вздох причинял ему невыносимую боль.

Поскольку Пол приблизительно за неделю до того случая посетил мой семинар по технике Квантового Прикосновения, я решил провести сеанс с его помощью. Чтобы усилить воздействие сеанса, мы применили технику «сэндвича». Одну руку я положил Рiku на грудь и попросил Пола, чтобы он положил свою руку на спину Рiku рядом с моей. Другую руку я положил поверх руки Пола, а он положил свою вторую руку поверх моей — той, что была у Рика на груди. Таким образом, каждый из нас держал свою ладонь на теле Рика, и одна рука Пола лежала поверх моей, тогда как вторая моя рука лежала поверх его руки.

При этом у нас с Полом возник новый и очень мощный резонанс, который Рик мог использовать для своего исцеления. В процессе сеанса Рик начал стонать и раскачиваться всем своим телом. Я в шутку сказал Рiku, что, судя по стонам, ему уже хорошо либо сеанс доставляет ему сексуальное наслаждение. Рик рассмеялся, морщась от боли: «Это куда лучше, чем секс». По мере того как мы продолжали сеанс, дыхание Рика становилось все более раскрепощенным и свободным. По прошествии часа он мог без особых усилий поворачиваться и наклоняться. А ведь еще недавно это удавалось ему с огромным трудом. Когда на следующий день Рик пришел к врачу, тот был поражен, поскольку Рик на 60 % восстановил деятельность своего правого легкого. Врач спросил, выполнял ли он предписанные ему упражнения наподобие кашля. Рик ответил, что никаких упражнений он не делал, а вместо этого друзья направили в его легкое энергию. Врач отреагировал на эти слова весьма любопытно. Он сказал: «Я не желаю об этом слышать». Тогда Рик спросил, является ли медицина эмпирической наукой или догматической религией. Доктор с минуту размышлял над вопросом, после чего произнес все ту же глубокомысленную и сакраментальную фразу: «Я не желаю об этом слышать!»

Я приглашаю вас самостоятельно исследовать эту область нашей работы. Когда вам представится случай провести сеанс совместно с человеком, владеющим техникой Квантового Прикосновения, используйте эту великолепную возможность намного повысить эффективность ваших сеансов. И при этом вы получите огромное удовольствие.

Продвинутые техники

*Глубина, очарование, сила и небывалая красота
вашей любви не только мало известны вам,
но и слабо вообразимы.*

Прежде чем приступить к более сложным техникам, я рекомендую создать прочную основу из навыков применения начальных и вспомогательных техник. Как будет видно далее, вам не придется использовать все вспомогательные практики; однако вы должны развивать в себе навыки применения начальных практик, поскольку они станут прочной основой для овладения остальными приемами. Применение вспомогательных и более продвинутых практик повысит эффективность вашей работы целителя. Более сложные техники обычно требуют навыков, естественным образом приобретаемых после успешного усвоения первоначальных и вспомогательных техник. Я настоятельно рекомендую поупражняться в выполнении начальных и вспомогательных техник в течение 20-50 часов, прежде чем приступать к освоению более сложных техник. Должен также сказать, что существует много прекрасных целителей, которые самостоятельно применяют лишь начальные техники и при этом достигают просто сказочных результатов. Важно не количество изученных техник, а длительный практический опыт и мастерство.

Приступая к этой теме моих семинаров по Квантовому Прикосновению, я всегда очень волнуюсь. К тому времени, когда мы начинаем изучать более сложные техники, энтузиазм учебной группы уже достаточно высок и от многих людей мы успеваем услышать массу историй о тех замечательных исцелениях, которые им довелось испытать на себе или в которых им приходилось участвовать.

«Продвинутые» упражнения и техники строятся на основе навыков, усвоенных при выполнении базовых и вспомогательных упражнений и техник. Я призываю вас развить прочные основы навыков, прежде чем вы

начнете работать над этими упражнениями. Более сложные техники, как правило, гораздо мощнее, чем основные, и они требуют более высокого уровня мастерства или большей уверенности, которая может прийти только с опытом.

Техника «Что вы любите больше всего»

(Также известна
как «Техника Джулиуса»)

Это одна из самых легких и самых естественных техник. На протяжении многих лет мне часто приходилось слышать рассказы о людях, которые без специального обучения практике мануального исцеления вдруг ощущали склонность к этой работе и удивлялись своим поразительным результатам. Позднее, пытаясь повторить свои действия снова, они не могли понять, что с ними происходило и как это у них получилось. По-моему, секрет их случайного успеха скрывался в технике «Что вы любите больше всего».



Когда вы ощущаете, как глубока ваша любовь, у вас изменяется вибрация рук. Моя подружка Билли постоянно держит с дюжину котов и кошек, которых она обожает. Для нее все кошки особенные, самые замечательные и преданные друзья. Однако есть у нее один кот, при виде которого, как она сама говорит, у нее тает сердце. Кота зовут Джулиус, и он обладает каким-то особым, исполненным совершенного благоговения взглядом, что делает его весьма забавным (см. фото). Билли, вызывая в себе чувство любви к этому замечательному коту, повышает эффективность своих сеансов. И вы можете делать то же самое. Благодарность, радость и любовь заразительны.

Я поместил эту технику в раздел более сложных методик не потому, что она трудна, а поскольку желал бы, чтобы вы были совершенно уверены в том, что не применяете эту технику с целью достижения замечательных результатов. Когда кто-либо из моих учеников пытался заставить себя использовать эту технику, у него появлялось лишь ощущение дискомфорта. Секрет техники «Что вы любите больше всего» заключается в том, что применять ее следует, не принуждая себя к изменению настроения.

Любовь можно сделать великой и чудесной целительной силой.

1. Постарайтесь вспомнить и вновь испытать чувства к некоему человеку или чему-то такому в своей жизни, что вызывает у вас огромную любовь, благодарность, ощущение счастья и радости. Просто искренне выражайте свои эмоции в мыслях о человеке, ситуации, любимом животном, растении или чем-то таком, что вызывает у вас светлые чувства и заставляет испытывать страсть.
2. Пусть эта эмоция наполнит ваше тело и станет максимально ощутимой. Обратите внимание на то, каким участком вашего тела вы ощущаете эту эмоцию. К примеру, если любовь ощущается в вашей груди, прочувствуйте ее как можно сильнее и распространите на другие части тела.
3. Изливайте из рук ощущения любви, радости, счастья или благодарности и не забывайте применять дыхательные техники. Все очень просто. Всего лишь используйте ваше намерение, чтобы перенести тактильное ощущение этой эмоции через все тело, источая его из ваших рук.

Кроме любви, также можно использовать любую другую чрезвычайно позитивную эмоцию. Это может быть энтузиазм, удовлетворенность, удивление или вдохновение.

Только не пытайтесь вызывать в себе позитивные чувства насильно, поскольку это не принесет вам ни пользы, ни тем более удовольствия. Используйте те эмоции, которые возникают легко, и применяйте эту технику только тогда, когда у вас есть для этого настроение.

Градиентное Дыхание

Я самостоятельно открыл эту дыхательную технику, когда по прошествии 20 лет вдруг понял, что выполняю ее автоматически. Ее выполнение требует определенного навыка, и тем, кто только начинает заниматься этой практикой, освоить ее будет довольно сложно.

Вдыхайте на счет «1х4» или «2х6», а по окончании вдоха начинайте очень медленно выпускать воздух, делая выдох. Продолжая делать выдох, постепенно ускоряйте его, пока не выпустите воздух на счет 4 или 6, в зависимости от выбранного вами ритма дыхания. Чем больше воздуха вы выдыхаете, тем ритм выдоха становится быстрее и быстрее. Точно так же вы набираете скорость, когда спускаетесь по склону горы. Смысл этой техники заключается в том, чтобы уделять особое внимание ощущениям рук. Нужно, чтобы ощущения ваших рук становились все сильнее по мере того, как вы будете

выдыхать больше и больше воздуха. Чтобы представить себе этот процесс, вообразите, что дуете на горячие угли. Чем сильнее вы дуете, тем жарче они разгораются.

Я поместил эту технику в раздел более сложных, поскольку при выдохе вы должны отчетливо чувствовать интенсивность ощущений ваших рук. Старайтесь дышать глубоко и следите, чтобы выдох длился не более чем на счет до 6.

Гармонический Тонинг

Для тех, кто любит использовать тонинг, прекрасным средством повышения эффективности сеансов Квантового Прикосновения будет Гармонический тонинг. Применяя этот, как и другие виды тонинга, следите, чтобы ваш выдох длился не более чем на счет до 6. При Гармоническом тонинге вы можете мысленно интонировать более чем одну ноту, создавая гармонию звуков. Испробуйте разные музыкальные и гласные звуки, чтобы найти те из них, которые обеспечат большую остроту ощущений в руках.

Другая разновидность этой техники представляет собой мысленное интонирование звука, причем его тональность становится все выше и выше, пока не превысит доступный для слуха диапазон. Не удивляйтесь, если представляемый вами звук внезапно станет неслышным, поскольку в этом заключается весь смысл приема. Затем поднимайте тональность следующих двух звуков, пока и они не придут в гармонию с первым. Теперь у вас получится три взаимно гармоничных звука, тональность которых будет за пределами слышимости. Выполняя эту технику, представьте себе здоровье и благополучие человека, с которым вы работаете. Вообразите, что имеется некое совершенство, которое проявляет себя в жизни. И хоть вы, возможно, не будете знать, что представляет собой это совершенство, оно все равно проявляется. Затем, предаваясь этой приятной (непринужденной) мечте, забудьте о себе и продолжайте интонировать звук. Это похоже на тихую дрему.

Воронка

Это один из приемов вращения энергии. Вообразите циклон энергии над вашей головой. Воронка этого циклона проходит через голову и все ваше тело, служа вам мощным источником энергии. Самым важным и единственно существенным фактором здесь является ваша способность физически ощущать эту воронку в вашем собственном теле. Одного мысленного

образа этой воронки недостаточно. Чтобы данная техника была полностью эффективна, нужны непосредственные ощущения чего-то воронкообразного в теле.

Перекачивая энергию, ощущайте ее как воронку циклона, которая вращается в вашем теле. Эта техника способна усилить энергетический уровень ваших сеансов исцеления.

Для всех техник визуализации в процессе практики Квантового Прикосновения важно не то, что вы видите, а ваша способность всем телом и своими руками испытывать сильные тактильные ощущения. Помните, что все дело здесь в ощущениях.

Техника Усиленного Резонанса

(См. главу 13, стр. 167.)

Работа с чакрами 8-12

Многие люди слышали о 7 основных чакрах или работали с ними. Чакры 8-12, о которых я узнал от Лазариса, известны немногим. Если вам понравились техники работы с чакрами, описанные в главе 5, то, надеюсь, работа с остальными чакрами также доставит вам истинное удовольствие. Теперь, научившись приводить во вращательное движение чакры 1-7, вы можете еще больше усилить энергетику сеансов Квантового Прикосновения, усвоив приемы работы с чакрами 8-12. Используйте ту же медитативную практику, чтобы заставить вращаться чакры одну за другой и перекачивать энергию в руки. От многих людей я слышал, что, используя чакры 8-12, они обретали более сильное ощущение духовной связи во время сеансов и порой достигали невероятных успехов.

Выполняя это упражнение, не забывайте использовать одну из дыхательных техник.

Восьмая чakra

Восьмая чakra символизирует собой вероятные реальности и астральный план. Вы можете ощутить ее под ступнями. Представьте себе блестящий и яркий шар белого света приблизительно в 20-25 см у **вас** под ногами. Заставьте этот шар вращаться в любом удобном для вас направлении. Важно,

чтобы вы не просто представляли себе вращение этого шара, но и физически ощущали его.

Девятая чакра

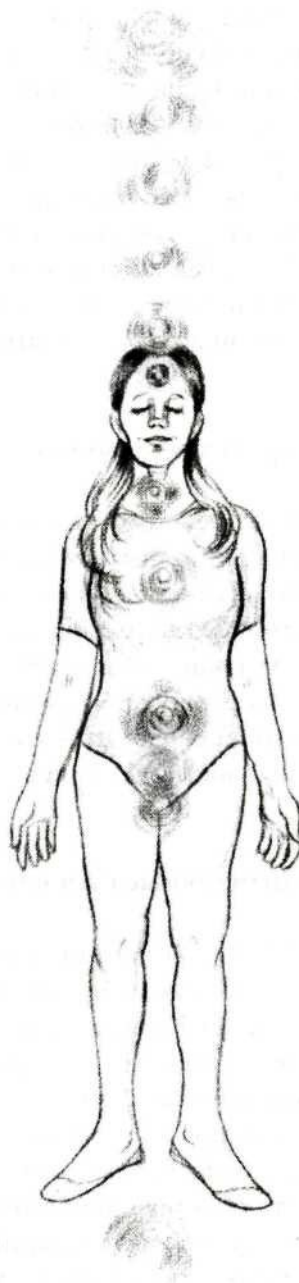
Девятая чакра символизирует собой вероятные реальности, а также обитель вашего Высшего «Я». Она расположена у вас над макушкой. Вообразите блестящий и яркий шар белого света диаметром около 20-25 см над вашей головой. Заставьте этот шар вращаться в любом удобном для вас направлении. Не просто представляйте себе вращение шара, но и физически ощущайте его.

Чакры 10, 11 и 12

Десятая чакра символизирует истинную реальность, вне ощущаемых нами иллюзий. Одиннадцатая чакра являет собою душу и дух. Двенадцатая чакра представляет собой вашу связь с Богом, Вселенной, Богиней, Всем Сущим, Великим Духом — как вам угодно его называть.

Десятая чакра находится приблизительно на 20 см выше девятой. Выполняйте те же указания, что и для девятой чакры. Одиннадцатая чакра находится приблизительно на 20-25 см выше десятой. Двенадцатая чакра находится на 20-25 см выше одиннадцатой. Чтобы заставить ее вращаться, выполняйте те же действия, применяя при этом дыхательные техники.

Заставив вращаться чакры 8-12, вы можете выбрать один из двух общепринятых способов работы с ними. Первый способ заключается в том, чтобы проработать каждую чакру с 1 по 12 поочередно, от каждой из



них направляя энергию к рукам. Уделяйте больше времени той чакре, работа с которой вызывает больше ощущений в руках. Это признак наличия в такой чакре более сильного резонанса.

Второй способ несколько более трудный. Выбрав его, вам придется одновременно заставить вращаться все 12 чакр и после этого перекачивать энергию. Оба способа достаточно эффективны, поскольку в результате вращения чакр вы вызываете сильные тактильные ощущения в руках. Некоторым людям удалось обнаружить, что, как следует раскрутив двенадцатую чакру, они могут заставить вращаться остальные одинадцать.

Если сами вы еще не решили, какую технику использовать, я рекомендую вам перекачивать энергию из всех чакр. Вы можете вращать их одну за другой или все сразу, а затем перекачивать энергию в руки.

Просите о помощи

Те из вас, кто любит работать со своим Высшим «Я», ангелами, наставниками или духовными учителями, еще больше улучшат свои результаты, если во время сеанса попросят о помощи. Духовно настроившись, вы еще больше усилите свою вибрацию, а позитивные ожидания и получаемая вами помощь только улучшат положение дел. Чтобы этот прием работал еще эффективней, старайтесь ощутить протянутую вам руку помощи. Почувствуйте на вашей руке прикосновения этих пришедших вам на помощь рук и пошлите им благодарность за помощь.

Позитивные ожидания

В 1980 г. я часами просиживал с Бобом Расмуссоном, силясь понять, почему он способен перекачивать энергию гораздо эффективнее, чем кто-либо другой. Каких только вопросов я не задавал ему, надеясь, что они помогут мне раскрыть его секреты. Предполагаю, что один такой секрет имеет отношение к надежде.

Я намеренно поместил эту технику в данную главу, поскольку видел, как люди злоупотребляли ею себе во вред. Надежда на положительный исход сеанса существенно повышает резонанс и может стать мощным фактором, который позволит определить исход сеанса. Однако призыв сохранять сильную надежду, когда люди к этому не готовы, может заставить их сомневаться в собственных силах. А между тем сомнение в собственных силах не лучший помощник в нашей работе.

Даже если вы еще не знаете, что за чудо являет собой Квантовое Прикосновение, вы можете надеяться на то, что все возможно. Поскольку убеждения предшествуют надеждам, вы можете выбрать для себя веру в то, что исцеление возможно, что тело знает, как ему исцелиться, что есть совершенство, к которому оно может приблизиться. Если не остается ничего иного, вы можете приступать к сеансу с нейтральной надеждой: «Я не знаю, что может случиться». Даже нейтральное ожидание может подействовать замечательным образом. Главное здесь — честно повышать уровень своих ожиданий, чтобы не усомниться в собственных силах.

Исцеление прошлого

Впервые применив эту технику, я был поражен и обрадован результатами. Мое внимание привлек тот факт, что в западной цивилизации детей воспитывают отнюдь не так, как это делают в недостаточно цивилизованных, «примитивных» культурах. Антрополог Жан Ледлофф, написавшая чудесную книгу «Как вырастить ребенка счастливым. Принцип преемственности», рассказывает, что в некоторых примитивных сообществах дети никогда не дерутся друг с другом. В этих обществах детей повсюду носят с собой, не выпуская из рук. Жан предположила, что дети, которых носят на руках, передают часть возникающего у них избытка энергии своим родителям. Когда детей не носят на руках, они становятся агрессивными и проявляют склонность к насилию. Я подозреваю, что причины неудовлетворенности и отчуждения, которые столь болезненно проявляются в западной цивилизации, по большей части коренятся в том, что людям здесь остро недостает физических контактов. Отчуждение и изоляция — вот та цена, которую мы заплатили за наши богатства.

Однажды я решил медитировать на исцеление моего прошлого, когда я был еще ребенком, и наконец возместить недостаток физических прикосновений в детстве. В процессе медитации я мысленно переместился в то время и представил, что держу на руках себя самого, младенца. Обнимая это крохотное дитя, я попробовал направить в него энергию. Несколько мгновений спустя мной овладело такое чувство, какого я не испытывал ни до, ни после. Внезапно по мне пробежала гигантская волна энергии. Мой позвоночник резко щелкнул, словно хлыст, вдруг заставив меня выпрямиться. Не знаю, что со мною тогда случилось, но все это было так неожиданно и драматично!

Выполнять эту технику очень легко. Просто, полностью расслабившись, войдите в медитативное состояние и представьте, что вы переноситесь в

прошлое. Представьте, что держите себя, сколь угодно юного, на руках. Держа себя на руках младенцем или ребенком постарше, просто начните перекачивать в это дитя энергию из ваших рук и применяйте те же дыхательные практики, что и для других сеансов исцеления.

Сочетайте разные техники

С практикой вы сможете комбинировать различные техники, для большей пользы применяя их вместе. Сочетание техник потребует от вас большей концентрации, и в конечном счете чем больше вы углубитесь в процесс, тем более эффективным он станет. Сочетая излюбленные техники, вы привнесете в вашу работу элемент творчества и сможете определить, какая из техник вам больше подходит.

Вот несколько примеров того, как можно сочетать различные техники, перегоняя энергию из рук и продолжая правильно дышать:

- ▶ Применяйте тонинг, вращая энергию как в Энергетическом Вихре или применяя технику «Воронка». Чем выше тональность звука, тем быстрее вращается энергия.
- ▶ Вращайте чакры одну за другой, используя технику «Что вы любите больше всего».
- ▶ Войдите в исцеляемую ткань, как будет описано в главе 12, применяя тонинг и сохраняя позитивные ожидания.

Полагаю, вы поняли мою главную мысль. Продолжайте работать и использовать комбинации из тех практик, которые вам больше понравятся. Желаю вам делать это с удовольствием!

Запомните ключевые моменты

Верить в процесс необходимо. Целительное воздействие может вызывать временное ощущение боли или другие неприятные симптомы, которые являются частью процесса исцеления. Жизненной силе и процессу исцеления присуща собственная мудрость, которая лежит за пределами обыденного понимания. При возникновении проблем продолжайте направлять энергию.

- ▶ Продолжайте правильно дышать.
- ▶ Согласуйте дыхание с ощущениями рук.

- ▶ На самом деле один человек не может исцелить другого. Ищущий исцеления — это и есть целитель. Практикующий специалист просто под держивает резонанс, чтобы исцеление могло состояться.
- ▶ Энергия следует за природным разумом тела, чтобы осуществить не об ходимое исцеление. Практикующий специалист внимателен к «разуму тела» и «преследует боль».

Новые вопросы и ответы

Должен ли я считать каждый вдох, следя за своим дыханием?

Нет, счет — это только средство управления дыханием, и длится он около секунды. Как только вы ощутите свое дыхание, можете просто привыкнуть к этому ритму. Необходимо сохранять осознание ощущений в руках. С каждым вдохом вы можете следить за тем, как изменяются ощущения ваших рук. Такая информация может быть весьма полезной, и уже сама по себе она нап о мнит вам о необходимости правильно дышать. Со временем каждый находит для себя оптимальный ритм дыхания.

Приходилось ли вам испытывать страх от того, что случилось на ваших сеансах?

Было несколько случаев, когда люди сильно реагировали на энергию. Насколько я помню, это было вызвано весьма бурным течением процесса исцеления в организме.

В одном таком случае я демонстрировал эффективность Квантового Прикосновения при лечении травм, возникающих из-за постоянной нагрузки, таких, как туннельный синдром запястья. Я был тогда в крупной фирме, расположенной в Силиконовой долине, где работали несколько тысяч сотрудников. Пригласившая меня туда женщина (назовем ее Джейн), была директором по вопросам здравоохранения. Она попросила свою коллегу, директора по безопасности этой же фирмы, присутствовать на моих сеансах и следить за тем, как я выполняю работу.

Своим характером Джейн напоминала нервного жителя Нью-Йорка, который только что выпил шесть чашек кофе. Перед началом сеанса для четырех человек, которые жаловались на боли в запястье, я, не подумав, решил, что Джейн будет полезно самой ознакомиться с моей работой. Я заме тил, что ее наружный затылочный выступ был чрезвычайно неровным. Одна из служащих, инженер, страдавшая от боли в запястье, ощу пав затылочный выступ Джейн, подтвердила, что он и в самом деле далеко не ровный.

Встав у Джейн за спиной, я стал касаться ее затылочного выступа, массируя голову с обеих сторон. Несколько секунд спустя я заметил, что Джейн стала наклоняться вперед. В следующий момент колени ее подкосились. Я быстро поймал ее, подхватив под руки, и помог опуститься на **пол**.

И вот Джейн лежит на полу. Глаза ее широко раскрыты. Начальник охраны достает свою рацию и громко объявляет: «Синий код» (сигнал тревоги) в комнате №4». Немедленно вызвать "скорую помощь"». А я продолжаю качать энергию в голову Джейн. Приблизительно через минуту Джейн очнулась и сообщила, что чувствует себя вполне здоровой и весьма посвежевшей, но поинтересовалась, что она делает на полу. Инженер осмотрела затылочный выступ Джейн и поразилась, обнаружив, что он стал совершенно ровным.

Суть моего рассказа заключается в том, что, по моему наблюдению, энергия действует непредсказуемо и даже может вызвать тревогу, когда ее количество не уменьшается, а, наоборот, возрастает.

Эта история закончилась тем, что на следующий день Джейн пошла на осмотр к врачу. Тот спросил ее: «С каким усилием вам массировали затылок?» Джейн объяснила, что я едва касался ее головы. Тогда врач заявил: «В таком случае никакого воздействия на вас быть не могло».

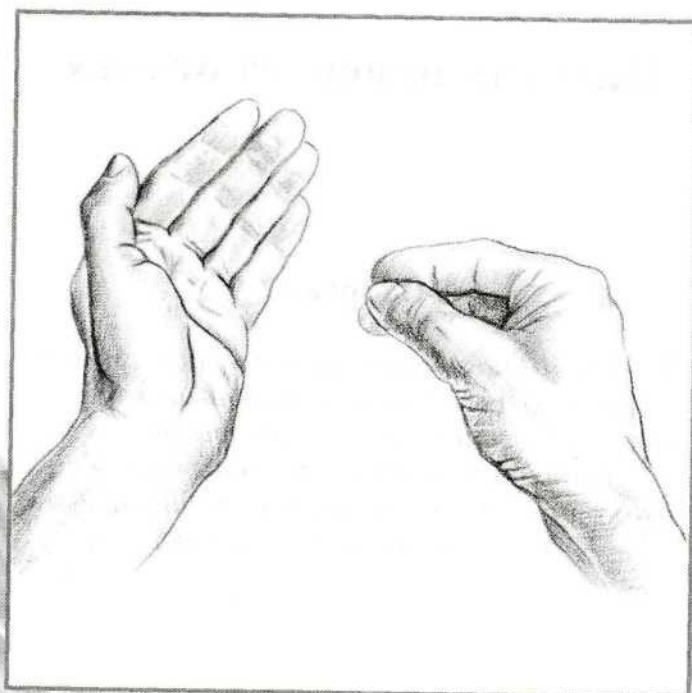
Всю жизнь я мечтал стать таким сильным, чтобы «валить людей с ног». Никогда бы не подумал, что проделаю такое с Джейн. Теперь, демонстрируя перемещение затылочных костей, я предпочитаю, чтобы мои пациенты сидели.

Откуда вы знаете, какую из многочисленных практик следует применить в определенный момент?

Я предоставил вам техник куда больше, чем нужно. Просто найдите такие из них, выполнение которых доставит вам наибольшее удовольствие, и пользуйтесь ими. Я никогда не навязывал людям стремление использовать все многочисленные приемы. Вам необходимо выяснить, какой из них является эффективным для вас, а затем применить его для своего удовольствия. Поняв основные принципы этой работы, попытайтесь найти свои собственные оригинальные приемы передачи энергии. Все ваши попытки окажутся действенными, если вы будете применять дыхательные техники и связывать их с передаваемой энергией. Некоторые приемы окажутся более эффективными, чем другие.

Эта система должна расти и развиваться. Пишите нам и рассказывайте о том, чему вы научились, а мы поместим ваши письма на нашем сайте:

www.quantumtouch.com.



Часть III
ПРАКТИЧЕСКОЕ
ПРИМЕНЕНИЕ

Энергия изменяет осанку

Награни

*Мы стоим на грани выдающихся открытий
в искусстве практического исцеления.
Те способности человека, которые до сих пор
считались «научной фантастикой»,
оказались вполне реальными и устойчивыми
к суровой научной критике.*

Лицом к лицу с «невозможным»

Несколько лет назад я читал лекцию на большой конференции в Сан-Франциско. Я объяснил аудитории, как легко можно научиться использовать Квантовое Прикосновение, и при этом сказал, что даже кости черепа самопроизвольно вправляются посредством легких прикосновений.

По окончании лекции ко мне подошел человек, который заявил:

— Я физиолог, доктор наук, и мне известно, что кости черепа сместить невозможно, поскольку они словно вплавлены и прочно стоят на месте!

— Рад познакомиться с вами, — приветствовал его я. — Пройдемте со мной и позвольте мне объяснить, что я имею в виду.

Через пару мгновений я нашел в аудитории женщину, чьи черепные кости были весьма неровными.

Я расположил большие пальцы рук по обе стороны ее затылочного выступа, надавил ей на затылок и увидел, что одна сторона была значительно выше другой.

— Что вы здесь видите? — спросил я своего собеседника.

Он поместил свои пальцы в те же точки и нажал на затылок. Немного подумав, он сказал:

— Кажется, левая сторона выше.

— Насколько выше? — вновь спросил я.

Он опять поместил большие пальцы на ее затылочный выступ, более тщательно все измерил и сообщил:

— По крайней мере, 1 см. Возможно, даже 1,5 см.

Я подтвердил, что вижу абсолютно то же самое. Затем я слегка коснулся большими пальцами основания ее затылочного выступа, расположил кончики других пальцев по обе стороны от ее головы и начал направлять энергию. Приблизительно через 15 секунд я попросил моего собеседника произвести измерения снова. Он недоверчиво округлил глаза и повторил измерения. На этот раз он тщательно все вымеривал в течение целой минуты. В итоге он заявил, что теперь затылочный выступ кажется совершенно ровным.

— Хотели бы вы исследовать это явление? — спросил его я.

— Нет, я изучаю амфибий, — сказал он в ответ и тут же ушел.

Теперь я докажу вам, что вы легко можете делать то, что традиционная наука считает никак не возможным. Должен предупредить, что, когда вы научитесь делать это, вам, возможно, придется расширить границы своих убеждений. Некоторым это будет неудобно. Я не прошу вас менять убеждения. Просто следуйте указаниям и смотрите, что из этого выйдет.

Если вы практиковали упражнения, приведенные в главе 3, то можете продолжать. На данный момент вы должны уметь:

- ▶ Чувствовать, как энергия течет по вашему телу и перетекает вам в руки.
- ▶ Выполнять дыхательные техники.
- ▶ Связывать дыхание с вашими ощущениями.

О чем следует помнить

Когда вы направляете энергию, намереваясь изменить осанку человека, нужно помнить ряд важных моментов.

Этот тип манипуляций со скелетной структурой человека настолько гармоничен, что кажется, будто кости вновь «вплавляются», принимая правильное положение. В отличие от других приемов хиропрактики, здесь редко можно услышать щелчок или хруст.

- ▶ Вам не нужно решать, смещать ли кости и в каком направлении это следует делать, — за вас это сделает само тело. Разум человеческого тела решает, что должно случиться. Чаще всего человеческое тело само

«решает» поставить кости на нужное место. По причинам, о которых я могу лишь догадываться, телу, видимо, нравится, когда все его составные части находятся в нужном порядке.

- ▶ Кости смещаются легче, когда вы используете легкие прикосновения. Не пытайтесь их направлять или толкать либо применять к ним силу, поскольку это может привести к обратному результату. Люди слишком привыкли управлять любой ситуацией, применяя силу. В данном случае сила не только не требуется, но и неэффективна. Старайтесь, чтобы ваши руки были полностью расслаблены. Многие мои ученики, особенно те из них, кто применял различные виды массажа или осуществлял глубокую мануальную терапию мышечных тканей, склонны держать руки в сильном напряжении. Ваши руки должны быть мягкими и расслабленными. Энергия лучше течет, когда они не напряжены.
- ▶ Исправление скелетной структуры происходит значительно легче, когда человек сидит или стоит. По некой причине перестройка структуры скелета происходит более плавно, когда люди стоят. Это не значит, что вы не сможете осуществить изменения, когда человек лежит, однако все же легче, когда человек сидит или стоит. Это очень удобно, поскольку можно подойти к нему с любой стороны. То же верно, когда человек сидит.
- ▶ Различные виды исцеления могут происходить в то время, когда вы направляете энергию, и перемещение костей — всего лишь часть этого процесса. Поскольку изменение осанки посредством легкого прикосновения рук дает столь сильный и неожиданный результат, мне нравится демонстрировать его перед аудиторией. Многие, кто при этом присутствует, естественно полагают, что перестройка скелетной структуры является конечной целью работы. Однако смещение костей — это только верхушка айсберга, поскольку главные события скрыты от наших глаз. Затрудняясь осознать неисчислимое множество изменений, которые происходят на клеточном уровне, мы замечаем смещение костей, поскольку его отчетливо видно.

Иногда кости перемещаются быстро, иногда медленно, а иногда не смещаются вовсе. Иногда кажется, что тело вполне «счастливо» иметь скелет таким, каков он есть, и сколько бы вы ни прилагали энергии, структура его не изменится. Это только в народе говорят, будто нельзя исправить лишь то, что не сломалось. Работая с людьми, которые страдают хроническими недугами спины, вы можете обнаружить изменения уже через несколько минут, а возможно, пройдет 10, 20 или даже 30 минут, прежде чем изменения станут

заметны. В большинстве случаев исправление осанки происходит в течение 2-5 минут, а порой и в считанные секунды.

Если вы успешно выполнили упражнения, описанные в главе 3, тогда, несмотря на ваше упорное недоверие, вы действительно готовы!

В теле есть два участка, где кости движутся наиболее явно и легко — это бедра и затылочный выступ. Чтобы убедиться в вашей способности легким прикосновением изменять осанку, предлагаю начать с бедер.

Измерение и коррекция положения бедер

Найдите человека, у которого одно бедро выше другого. У некоторых людей просто очень длинные ноги, и эта техника тут не поможет. Если же у человека наблюдается смещение костей, то в подавляющем большинстве случаев это можно исправить.

1. Поместите кончики пальцев на подвздошный гребень (вершина тазовой кости) и слегка на него надавите с обеих сторон. Чтобы увидеть, расположено ли одно бедро выше другого, линия измерения должна проходить на уровне ваших глаз. Я постоянно напоминаю своим ученикам, что им нужно опуститься на колени, чтобы проверить уровень расположения бедер. Во многих случаях разница бывает весьма очевидна, тогда как в других она незначительна. Чтобы



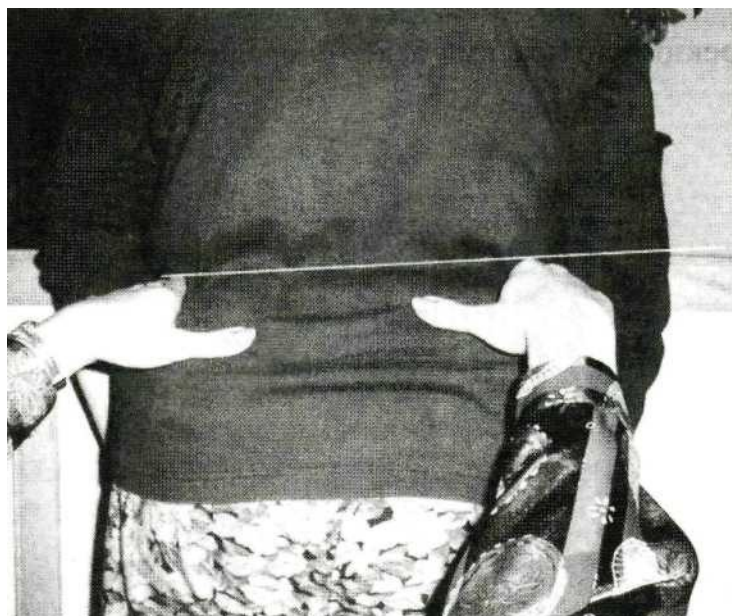
вы могли проверить свои способности, я предлагаю вам подыскать таких людей, у которых одно бедро будет явно выше другого.

2. Определив, какое из бедер расположено выше и насколько, мягко положите ладони на подвздошный гребень. Но не давите, а просто направьте в него энергию. Выполните поглаживание тела одним широким движением, почувствуйте ощущения рук и выполните одну из дыхательных техник. Я бы сказал, что для данной демонстрации весьма эффективной будет

техника «1х4». Поддерживая правильный ритм дыхания, на протяжении 1-10 минут направляйте энергию в подвздошную кишку. Иногда кости перемещаются почти мгновенно, как только к ним прикасаются; порой это занимает больше времени.

3. Не забудьте спросить человека, с которым вы работаете, чувствует ли он что-нибудь, испытывает ли какие-то интересные ощущения. Многие люди могут ощутить энергию, как только вы начнете ее направлять.
4. Выполните те же действия с обратной стороны подвздошной кишки. Подвздошная кишка — удивительно сложная структура, так как она может поворачиваться в стороны, вверх, вниз и во все возможные сложные направления. Иногда одна ее сторона может быть высоко впереди, а другая — высоко позади. Поэтому всегда будет полезно балансировать переднюю и заднюю стороны подвздошной кишки.

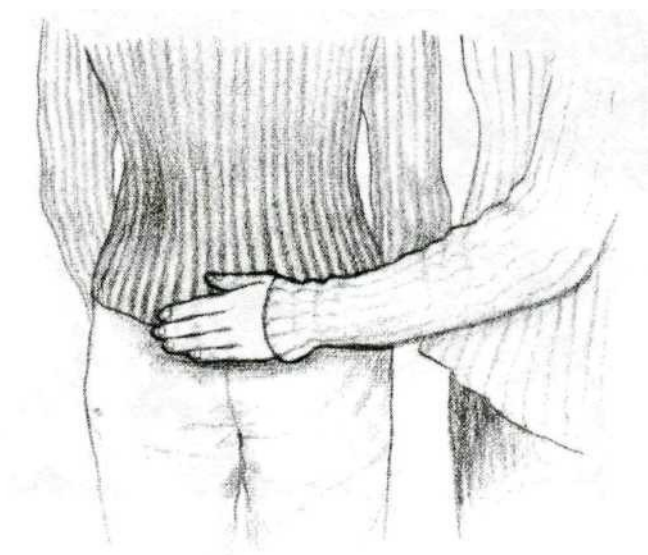




Положениебедердоипослекоррекции.
Изменениямогутбытьтакимиилидажеболеесильными.



Коррекция положения бедер спереди и сзади



Как видно из этих двух рисунков, коррекцию можно осуществлять спереди и сзади.





Чем дольше мы практикуем Квантовое Прикосновение, тем лучше понимаем, что для него не существует пределов.

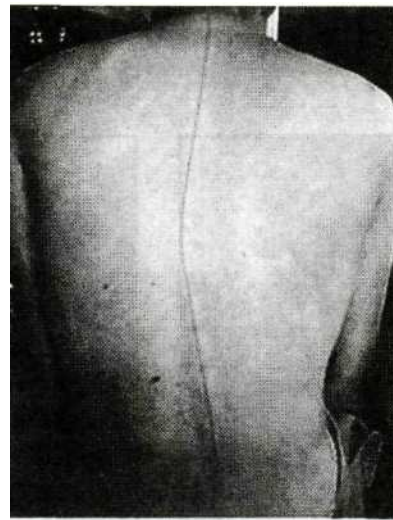
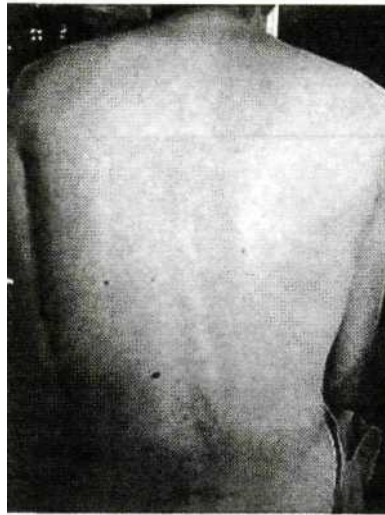


Нога Роберты была искривленной на протяжении шестилет вследствие рассеянного склероза (фото слева).

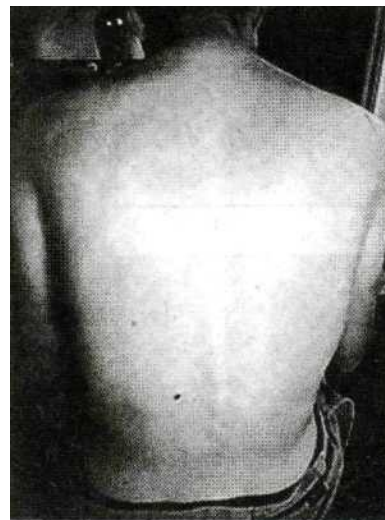
На нижнем фото можно увидеть разительные позитивные перемены, которые произошли после единственного сеанса Квантового Прикосновения (фото внизу). По словам Роберты, ее ноги здоровы, изменения оказались устойчивыми и теперь она ходит гораздо лучше.



До



После

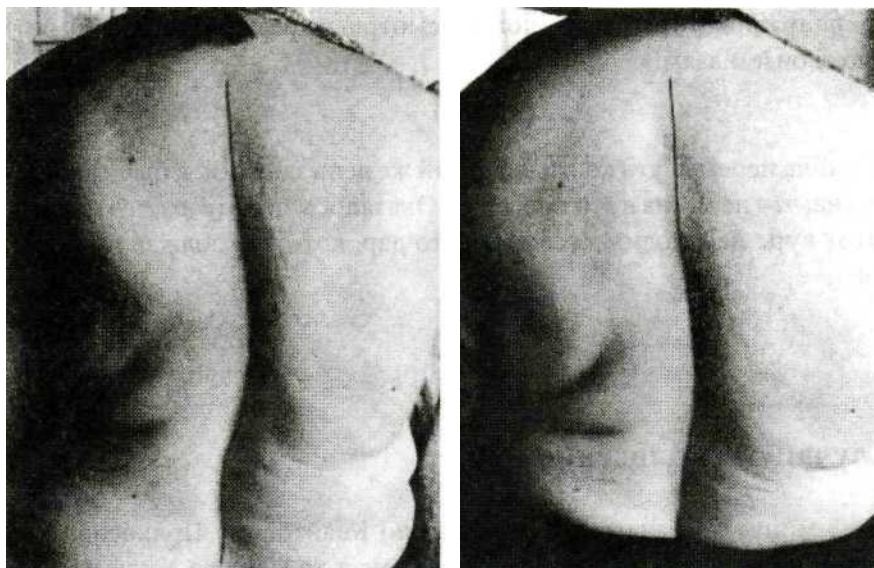


Пример коррекции сколиоза, осуществленной Ричардом Остином, сертифицированным инструктором Квантового Прикосновения, основателем «Центра Жизни и Духа» (AustinCenterforLifeandSpirit):

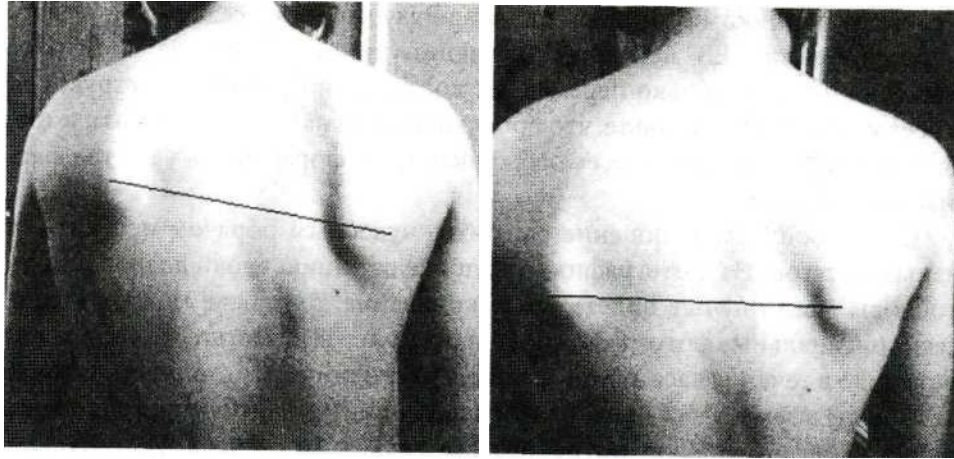
Вот наглядное свидетельство того, как можно преобразовать себя одной лишь энергией жизненной силы. Всем нам изначально присуща энергия трансформации. Мы обладаем феноменальной способностью к исцелению. Герри поступил к нам с сильным искривлением позвоночника, известным как сколиоз. Вот наглядная иллюстрация тех изменений, которые произошли

с его позвоночником благодаря лишь одному часовому сеансу Квантового Прикосновения БЕЗ медицинских манипуляций! Помните: Квантовое Прикосновение не только перемещает кости, но и преобразует структуры на всех уровнях. Представьте, что происходило бы на более глубоком клеточном и молекулярном уровне, если бы такая трансформация осуществлялась физическим путем.

Квантовое Прикосновение способно чудесным образом исцелять от разных недугов. На фотографиях мы провели линию вдоль позвоночника, чтобы вы могли лучше видеть его искривление. Вы также можете видеть здесь оригинальные фотографии без наших пометок. Заметьте, что исцеление наступило в течение часа. Столь быстрые изменения происходят достаточно часто, но не всегда. Здесь представлен наилучший случай. Обычно для такого уровня исцеления может потребоваться несколько сеансов. Удивительно, что это вообще возможно! Даже если для исцеления требуется несколько сеансов, это все равно изумительно.



Иногда при хронических заболеваниях нужно потратить несколько месяцев, чтобы улучшения стали заметны. Вот фотографии женщины, у которой сколиоз возник в 16 лет вследствие полиомиелита. Теперь ей 72. Улучшение произошло за 3 месяца. Она еще не вполне исцелилась, но весьма рада уже достигнутому прогрессу.



«На этой неделе мы с моим мужем Беном получили явный позитивный результат при работе с пациентом, который страдает сколиозом. У него была отчетливая дуга в грудном отделе позвоночника, которая распрямилась всего лишь после одного получасового сеанса, в течение которого мы с мужем вдвоем направляли энергию. Иногда я смотрю на результаты этой работы и не верю своим глазам!»

Никола, Великобритания

«Я стала перемещать кости в первый же день занятий, и была настолько потрясена, что не могла в это поверить. Оказалось, что это элементарно просто. Этот курс необходимо усвоить. Это дар, который должен быть всегда с тобой».

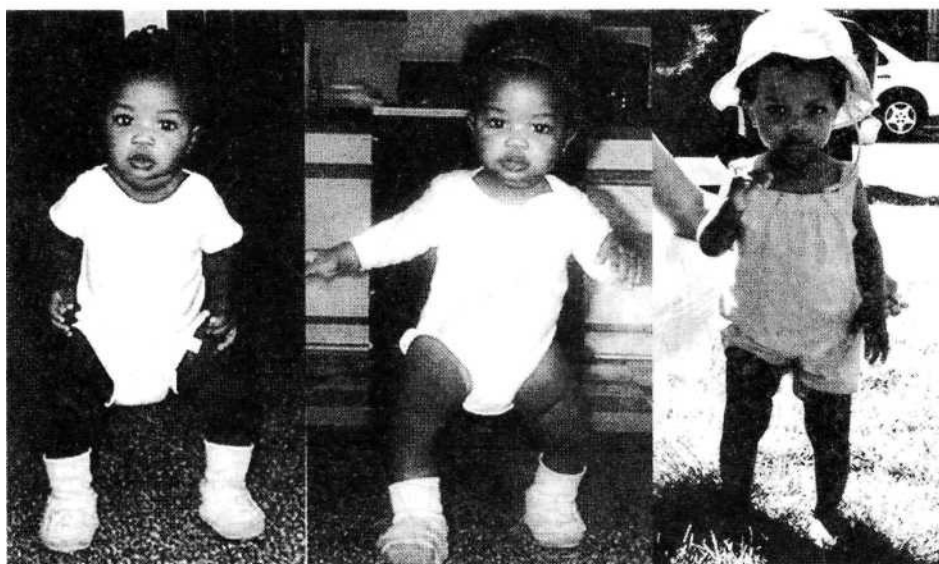
СюзанАдаме, Юнион-Сити, Калифорния

Случай с искривлением ног

«За 5 минут до начала моей лекции по Квантовому Прикосновению в чикагском книжном магазине *Transitions* какая-то мамаша поднесла ко мне свою крохотную дочурку Сэлли, чтобы я постаралась исправить ее кривые ножки. Когда Сэлли стояла, ее коленки были широко расставлены в стороны. Поэтому я поставила девочку на стульчик и в течение 5 минут поработала над ее бедрами. Она просто стояла, спокойно и доверчиво. Через 5 минут я попросила мать Сэлли пройти с ней по магазину, чтобы «все интегрировалось».

Во время лекции мать Сэлли сказала: «Я хочу, чтобы все вы это увидели». Она объяснила, что обе коленки Сэлли были настолько искривлены, что девочке было больно ходить. И смотреть на ее походку было не менее больно. К тому же Сэлли назначили болезненные сеансы физиотерапии, которые она регулярно посещала безо всякого видимого результата. В магазине на двери висела цепочка. Перед началом лекции Сэлли не могла до нее дотянуться. Мама сказала Сэлли, что на следующий год она подрастет и ей это удастся. «Но Сэлли уже сейчас дотянулась до цепочки и, стоя на ровных коленках, смогла ее достать». Мама и бабушка Сэлли были очень взволнованы. Когда мать рассказала эту историю, аудитория зааплодировала и осыпала ее поздравлениями, а у некоторых людей в глазах стояли слезы. В последующие визиты я отмечала, что ножки Сэлли остались ровными. Мне часто приходилось наблюдать исцеления с помощью Квантового Прикосновения, однако не всегда удавалось сделать фотоснимки, чтобы документально подтвердить эти случаи».

ТерриНегри, сертифицированныйинструкторКвантовогоПрикосновения



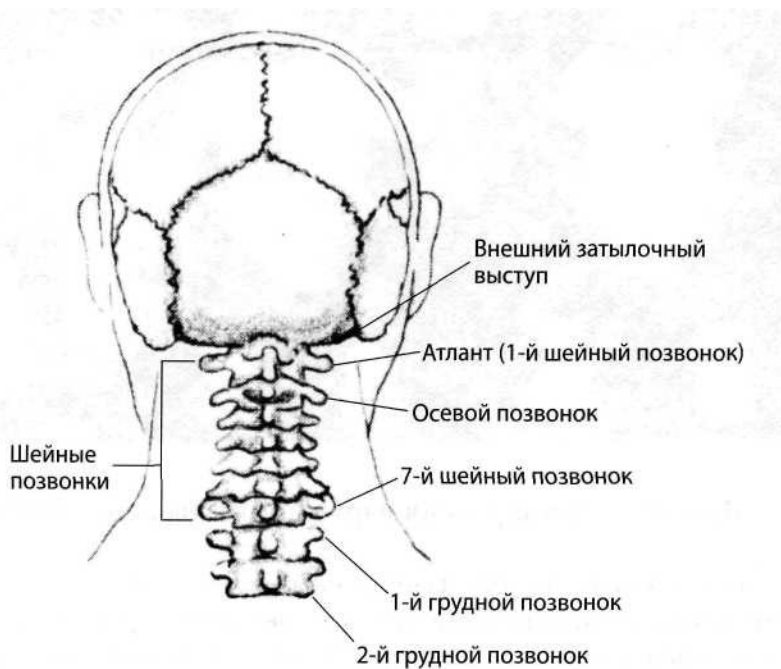
Измерение и коррекция наружного затылочного выступа

Основываясь на собственном опыте более чем 20-летнего знакомства с этим явлением, могу сказать, что человеческий организм исполнен большого желания перестроить структуру своего скелета, и особенно — строение черепа. Наружный затылочный выступ — это, пожалуй, одна из таких

структур, которые легче всего можно перемещать при помощи энергии жизненной силы. Как ни странно, у физиологов и медиков сложилось мнение, что именно эта структура меньше всего способна перемещаться. По некой причине присущий вашему телу разум требует, чтобы вы держали голову прямо.

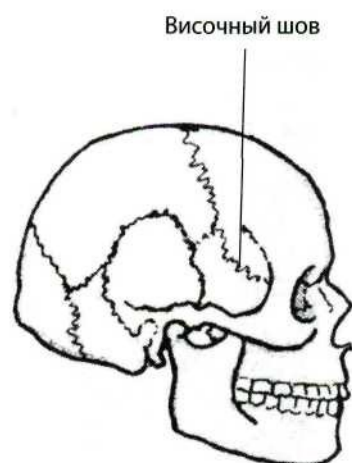
Мой первый опыт оставил у меня незабываемые впечатления. Это был первый сеанс, который мой учитель, Боб Расмуссон, должен был провести со мной. Помню, как я сидел на краешке стола и смотрел в раскрытое окно. Боб легко, без усилий поместил кончики пальцев на основание моего затылочного выступа, и внезапно мне показалось, что окно повернулось градусов на 35. Через мгновение мозг настроил изображение, и все предметы вновь стали ровными.

За последние двадцать лет я наблюдал такие смещения костей черепа раз пятьдесят. Если я нахожу человека, чей внешний затылочный выступ оказывается неровным, я прошу его с полминуты держать глаза открытыми, чтобы прочесть в них те же самые ощущения. Обычно это случается приблизительно с 1 человеком из 10, имеющих сильно неровный затылочный выступ. Из осторожности, чтобы не выказывать свои ожидания, я не

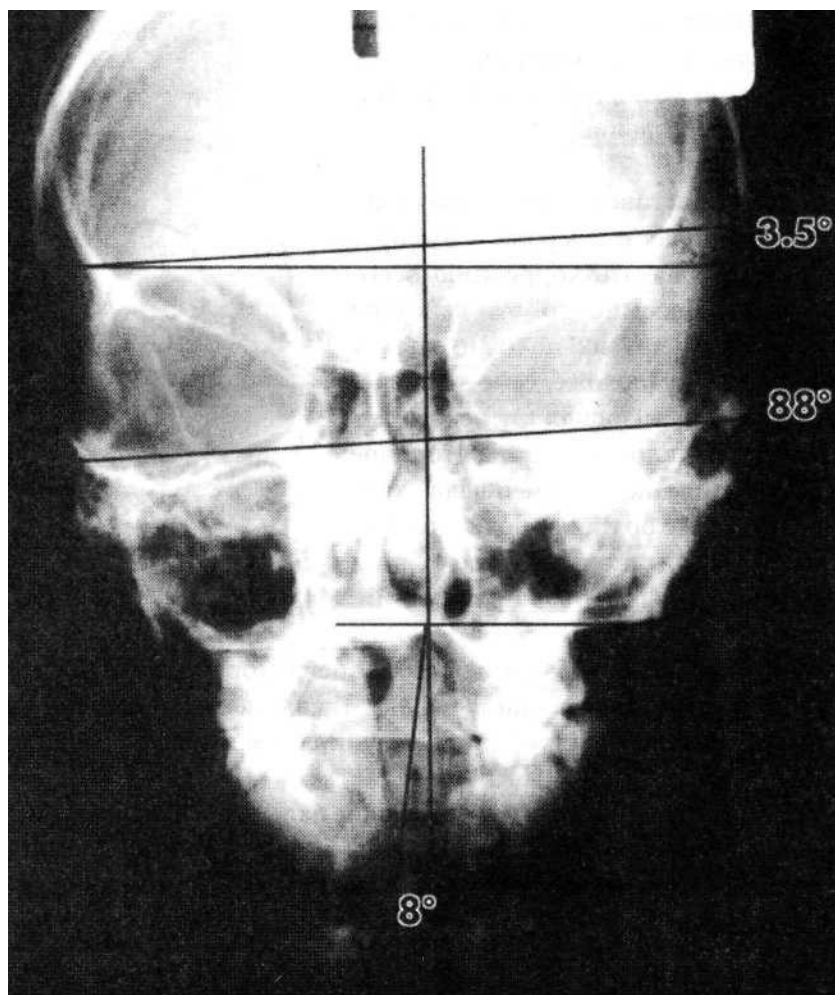


объясняю, почему прошу их держать глаза открытыми, пока кости черепа не встанут на место, — чтобы эти люди получили свои собственные впечатления.

Хирурги говорили мне, что изменение положения костей черепа — это прекрасный способ начать коррекцию всего позвоночника. Несомненно, это действие имеет также ряд других положительных свойств, поскольку, похоже, само тело требует, чтобы это произошло. От некоторых людей мне приходилось слышать, что такое перемещение снимало или уменьшало хронические головные боли или боли в гайморовых пазухах. Обычно исцеление от этих недугов требует гораздо больших усилий.

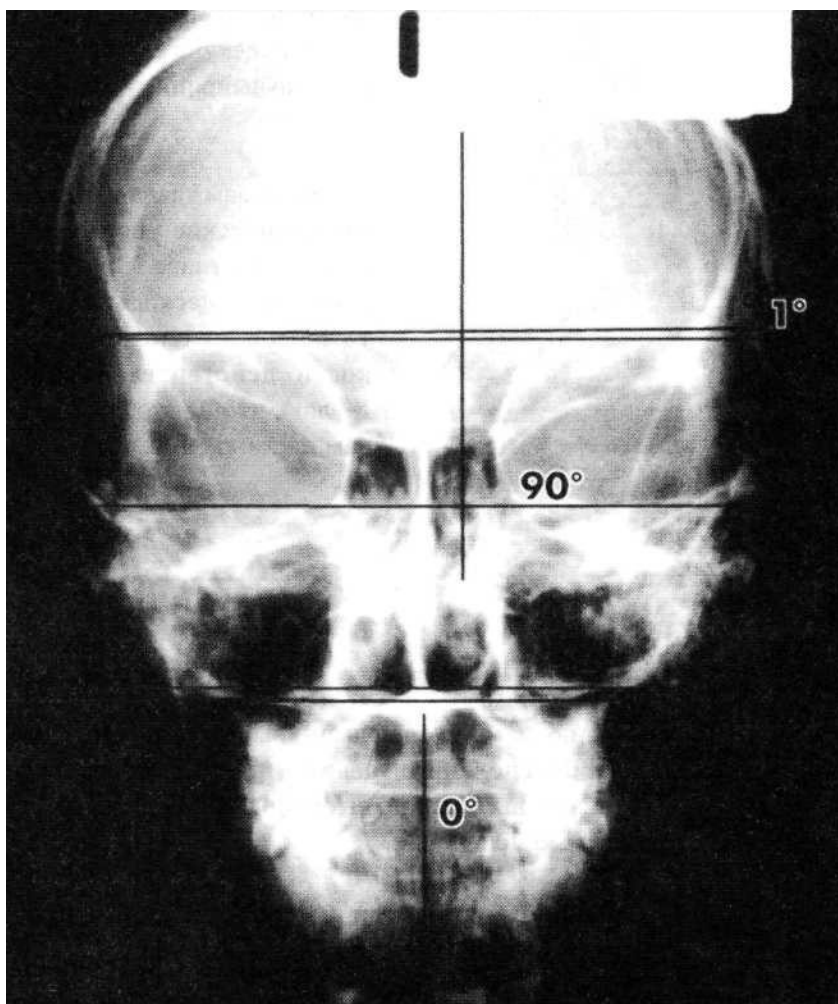


1. Проведя большими пальцами по шее с обеих сторон, слегка на нее нажимая, вы достигнете основания черепа. Ткань здесь не такая мягкая, как в области шеи, поскольку ваш палец упирается в кость.
 2. Попробуйте расположить ваши большие пальцы по бокам от оси позвоночника, чтобы они были равноудалены от центра головы. Здесь, с обеих сторон, обычно имеется небольшой выступ, на который как раз помещается палец.
 3. Не позволяйте обследуемому вами человеку убирать волосы. При этом положение головы изменится и помешает вам определить, насколько ровным является затылочный выступ. Просто положите пальцы на волосы и надавите на них.
 4. Внимательно присмотритесь к точкам расположения ваших пальцев, чтобы определить, находятся ли они на одном уровне. Расположите свое тело таким образом, чтобы затылочный выступ оказался на уровне глаз. Чтобы измерения были точными, ваши большие пальцы должны находиться на уровне глаз.
- Признаюсь, что некоторые мои ученики выполняют эту технику вполне естественно, тогда как другие, видимо, никогда не станут в ней компетентными.



Рентгеновский снимок, сделанный перед сеансом Квантового Прикосновения для черепа и шейных позвонков. Заметьте, что второй позвонок отклонен на 8 градусов в направлении левого носового отверстия.

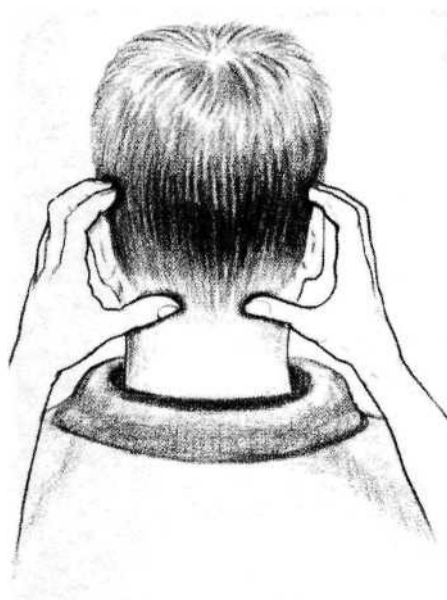
5. При выполнении этой техники ваш пациент должен находиться в положении сидя. Данная техника может обладать весьма сильной энергией. Я был свидетелем случая, когда одна женщина на несколько минут потеряла сознание, а бывает, что некоторые люди при этом впадают в предобморочное состояние. Некоторые могут упасть в обморок, если при выполнении такого сеанса они будут стоять. Такие экстремальные реакции возникают вследствие того, что организм пытается обрести новую



Рентгеновский снимок, сделанный после сеанса Квантового Прикосновения для черепа и шейных позвонков. Заметьте, что теперь второй позвонок расположен вертикально.

точку равновесия. Люди, у которых проявляются подобные реакции, после сеанса чувствуют себя значительно лучше.

6. Когда пациент примет положение сидя, слегка коснитесь большими пальцами основания его затылочного выступа, а кончики остальных пальцев расположите по обе стороны головы. Направляйте энергию из кончиков пальцев и используйте одну из дыхательных техник. Обычно



кости черепа перемещаются в первые 5-20 секунд сеанса. Будет также полезно выполнять это упражнение дольше.

Если вам удавалось выполнять энергетические упражнения, приведенные в главе 3, и приходилось работать с несколькими людьми, то теперь вы сможете видеть, что кости действительно движутся. Желаю, чтобы этот опыт доставил вам наслаждение.

Начало сессии

Часто, начиная сессию, вам будет полезно выполнять описанные ниже техники Квантового Прикосновения. Уделив минуту или две каждому из приведенных здесь пунктов, вы сможете высвободить энергию своего пациента и ускорить процесс его исцеления.

Сбалансируйте внешний затылочный выступ (стр. 120)

Произведите коррекцию шеи (стр. 126)

Произведите коррекцию бедер спереди (стр. 111)

Произведите коррекцию бедер сзади (стр. 113)

Произведите коррекцию участка от поясничной мышцы до пояснично-крестцового отдела (стр. 128)

Кстати, хиропрактики правы, говоря, что тело само стремится выправить кости, придав им нужное положение. Вы можете убедиться, что это не теория, поскольку, когда мы направляем энергию, происходит спонтанная коррекция костной структуры (стр. 108).

Работа над проблемами спины и шеи

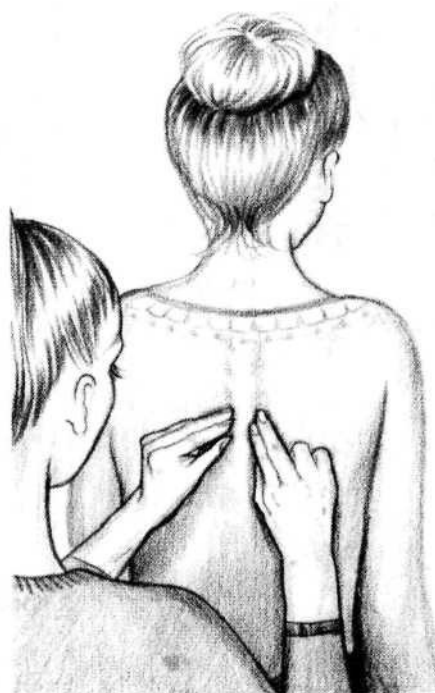
*Любовь может объединить дыхание и намерение,
словно фокусируя свет и зажигая огонь.*

Чаще всего мне приходится наблюдать у своих пациентов такие проблемы, как боли в области шеи и спины. Поскольку эти проблемы столь распространены, я решил посвятить им отдельную главу. Знайте, что работа с этими недугами — лишь одна область применения высокоэффективной методики Квантового Прикосновения. Все эти годы я испытывал огромное удовлетворение, наблюдая за тем, как уже на первых занятиях мои новые ученики помогают облегчить боли в области поясницы и крестца.

Если вы практиковали упражнения, описанные в главе 3, способны ощутить энергию, прогладив себя одним широким движением, и можете сочетать эту энергию с дыханием и ощущениями рук, тогда вы готовы учиться работе по устранению проблем в области спины.

Двусторонняя обработка позвонков

Первое, что следует делать, чтобы помочь человеку справиться с шейной или головной болью, — это

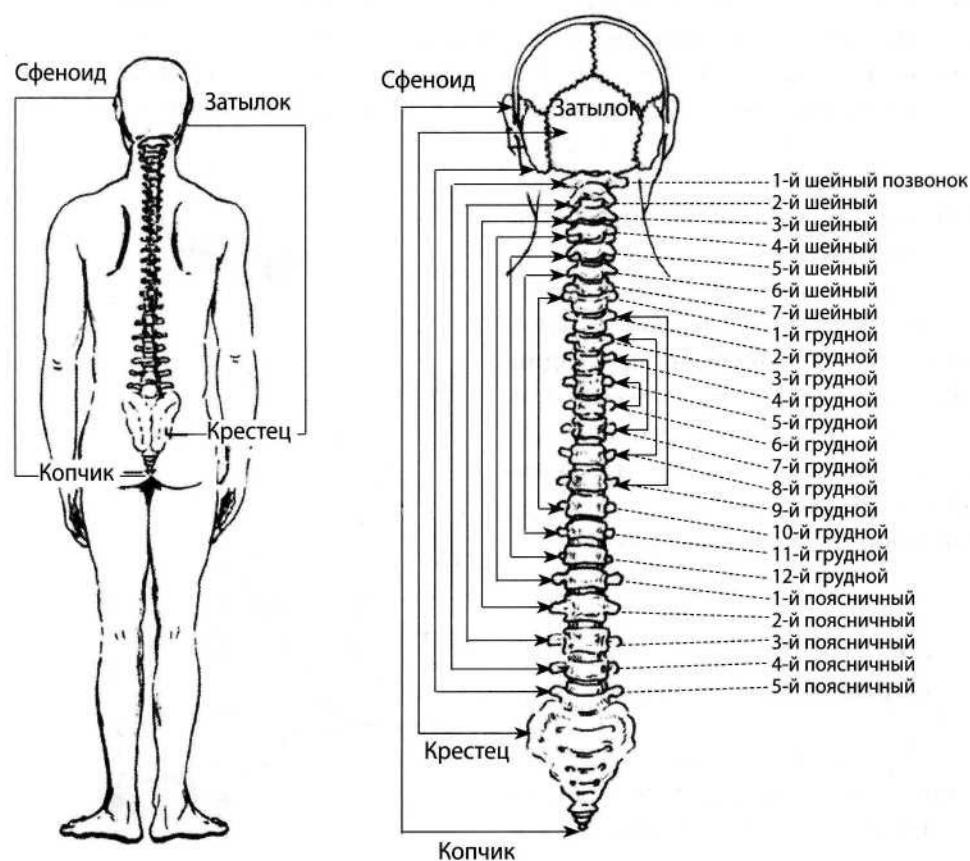


проработать обе стороны спины. При этом лучше всего расположить руки или кончики пальцев с внешней стороны каждого позвонка.

Обрабатывать переднюю сторону тела не эффективно, так как в этом случае вы будете направлять энергию не только в позвоночник, но и во все остальные органы. Общее правило заключается в том, что чем ближе расположены ваши руки к очагу боли, тем более эффективной будет ваша работа. Используя способ размещения пальцев «Трипод» по обеим сторонам позвоночника, вы сможете создать мощный резонанс, который позволит позвонкам спонтанно переместиться в правильное положение.

Компенсация

Если наблюдать спину сбоку, можно увидеть, что она не ровная, а имеет плавный рельеф на всем протяжении от верхней части шеи до верхушки



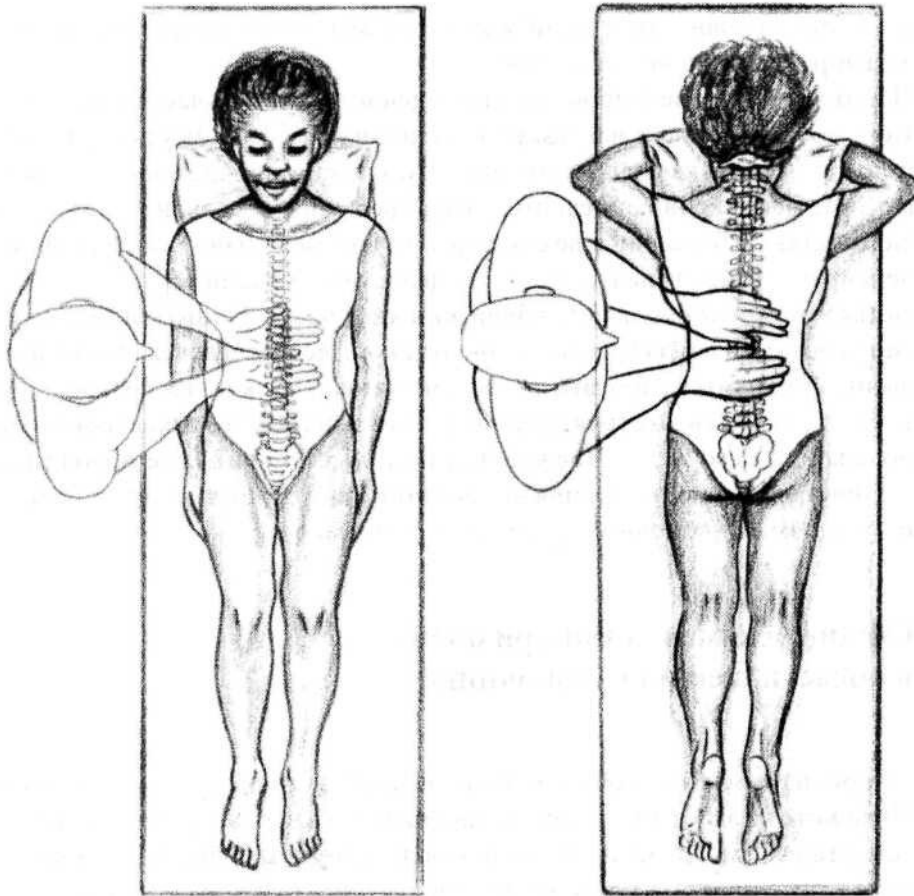
копчика. Эти неровности и изгибы необходимы, чтобы обеспечить устойчивость и равновесие позвоночника.

Часто, чтобы компенсировать повреждение какого-то участка позвоночника, организм переносит нагрузку на другие участки. Поэтому позвоночник стоит воспринимать как цельную структуру, а не как ряд отдельных участков. Существует рефлексивная реакция между верхушкой позвоночника и его нижней частью. В большинстве случаев, при травме или боли, позвоночник компенсирует ее, выступая как единый целостный механизм.

Когда у человека ощущаются боли в нижней части спины, обычно необходимо работать и над его шеей. И точно так же, если у человека болит шея, то обычно приходится работать и с его поясницей. Прежде чем позвоночник сможет выправить свою структуру, он должен «знать», что такое изменение его положения безопасно. Прежде чем шея восстановит свое положение, она «захочет узнать», что нижняя часть спины также в состоянии двигаться. Таким образом, позвоночник приходит в равновесие.

Общие рекомендации при болях в области шеи и позвоночника

- ▶ Попросите испытывающего боль человека точно указать ее очаг. Положите на это место ладони и направляйте в него энергию. Не пытайтесь угадывать, где именно расположен источник боли. Чем точнее вы определите очаг боли, тем быстрее достигнете нужного эффекта.
- ▶ Касаясь вашего пациента, используйте ладони или прием постановки пальцев «Трипод». Прекрасно, если этот прием вам удобен. Если же нет, используйте ладони рук, большие пальцы либо кончики других пальцев рук. Помните: при должной концентрации намерения вы можете перекачивать энергию из любой части вашего тела.
- ▶ Поместите ладони, как это будет наиболее удобно для вас. В случае необходимости подходите к пациенту с разных сторон, чтобы найти удобную позицию.
- ▶ Ни в коем случае не применяйте силу или давление. Ваши руки должны быть расслаблены, чтобы энергия сама выполняла свою задачу.



- ▶ Работая над проблемами шеи или спины, просите ваших пациентов принять положение сидя или стоя. Позиция стоя более эффективна при работе над областью поясницы, тогда как позиция сидя больше подходит для работы с шейным отделом. Если на ткани имеется травма, будет лучше, если ваш пациент будет сидеть или лежать. Прежде всего заботьтесь о том, чтобы во время сеанса пациент чувствовал себя комфортно.
- ▶ Поддерживайте ритмичное дыхание и применяйте по своему выбору любую из дыхательных практик. Удостоверьтесь, что ритм дыхания соответствует вашему ощущению энергии.
- ▶ Не убирайте рук с очагов очаги боли так долго, как это будет необходимо. Обращайте внимание на ощущения ваших рук, как указано в главе 3. Чтобы помочь пациенту, вам может понадобиться всего несколько минут, а возможно, на это придется затратить несколько часовых сеансов.

сов. Простейший способ узнать об этом — направлять энергию пациенту, регулярно справляясь о его самочувствии.

- ▶ Преследуйте боль или неприятное ощущение. Во время сеанса ведите непрерывный диалог с пациентом, чтобы он сообщал вам о возможном перемещении очага боли. Преследуя боль или дискомфорт, меняйте положение рук.
- ▶ Иногда перемещение энергии в тело может вызывать временную боль. Это явление часто служит признаком того, что исцеление действительно происходит. Обычно такая боль очень быстро проходит. При ее нарастании просите вашего пациента глубоко дышать в то место, где чувствуется боль, пока она не пройдет.
- ▶ Повышайте энергетику вашей работы, прося пациента дышать глубоко вместе с вами.
- ▶ При более длительных сеансах, когда приходится работать на особенно трудных участках, можно попросить пациента лечь на массажный стол лицом вниз и положить ладони на его позвоночник. Можно также попросить пациента лечь на массажный стол лицом вверх и подложить свои ладони под его позвоночник.

Работа при болях в области шеи

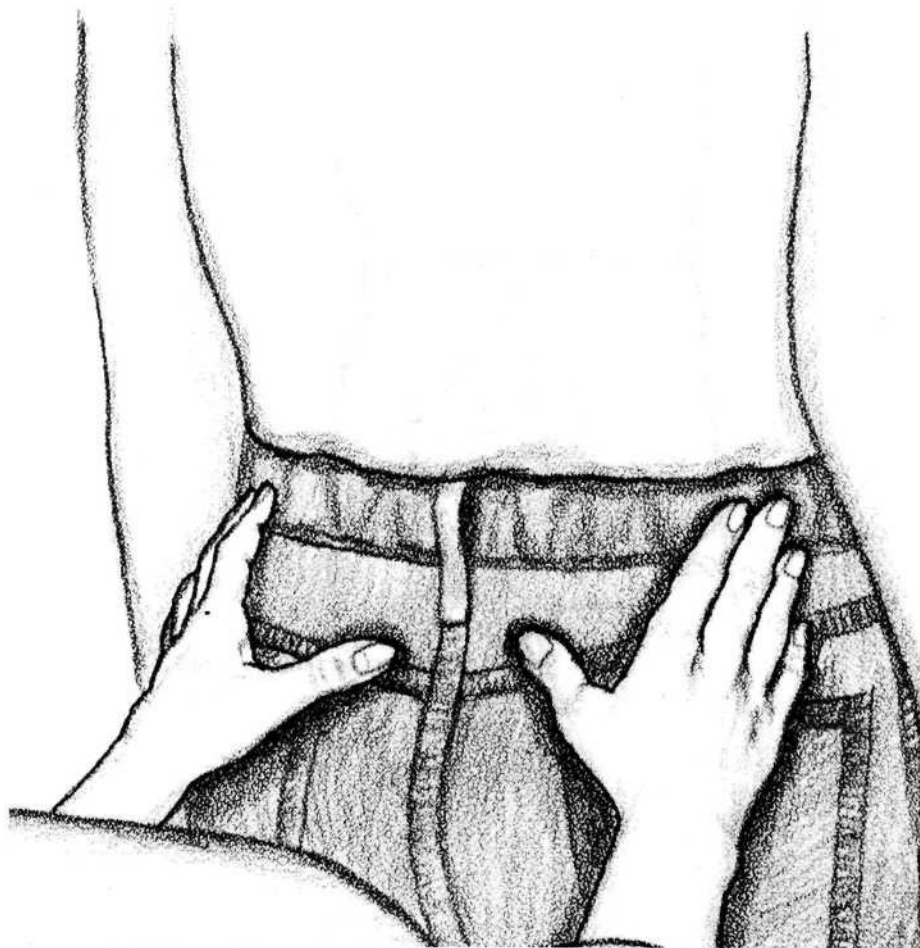
- ▶ В течение 1-2 минут перекачивайте энергию в наружный затылочный выступ, расположив кончики пальцев по обеим сторонам головы, вдоль височного шва (см. стр. 121).
- ▶ Старайтесь работать с обеими сторонами шейных позвонков, уделяя особое внимание любым болезненным участкам.
- ▶ Возможно, вам придется уделить особое внимание таким участкам, как атлант (кольцевидный первый шейный позвонок), осевой позвонок и семь шейных позвонков (см. стр. 120)
- ▶ Старайтесь направлять энергию в те участки поясницы вашего пациента, где ощущается напряжение или боль. Это может быть связано с болью в области шеи.



- ▶ Произведите переднюю и заднюю коррекцию бедер, как было описано в предыдущей главе.
- ▶ Поддерживайте диалог с пациентом и преследуйте боль или неприятное ощущение.

Работа с болями в области поясницы

- ▶ Произведите переднюю и заднюю коррекцию бедер, как было описано выше.
- ▶ Направляйте энергию в те участки, где ощущается боль.
- ▶ Направляйте энергию в шею, особенно в те ее участки, где ощущается напряжение или боль. См. рекомендации по работе с областью шеи, изложенные в предыдущем разделе.

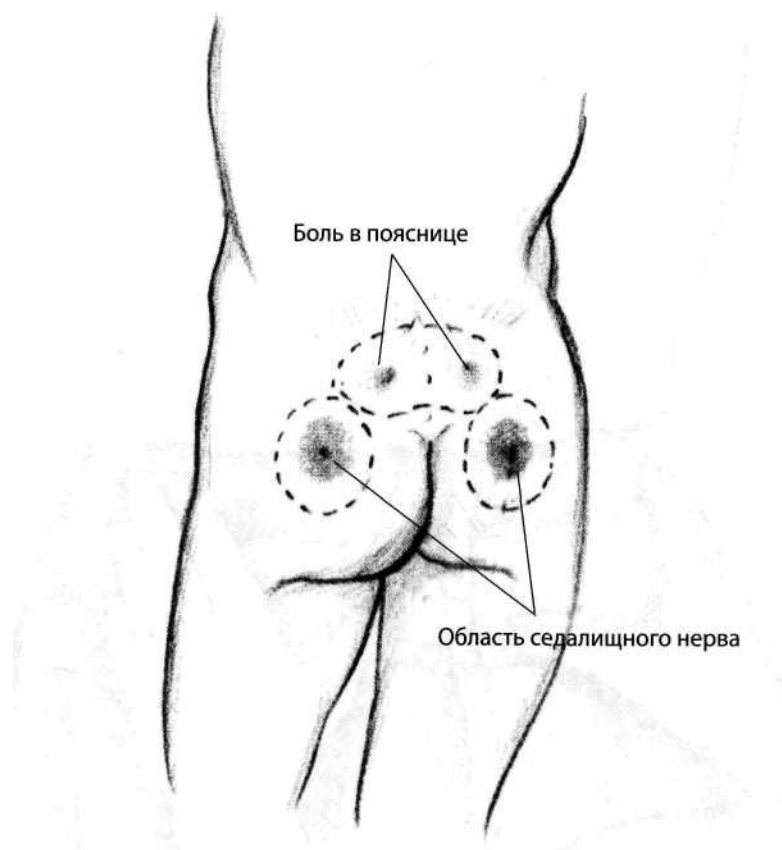


- Поддерживайте диалог с пациентом и преследуйте боль или неприятное ощущение.

Работа с пояснично-крестцовым отделом

Следуйте указаниям по работе с поясничным отделом, учитывая следующие дополнения:

- Работайте большими пальцами рук, уделяя особое внимание области ягодиц, как указано на рисунке. Работайте с обеими ягодицами, уделяя больше внимания той из них, где ощущается боль.



- ▶ Направляйте энергию в любой из участков бедра или ступни, где ощущается боль. Продолжайте работать, преследуя боль или неприятное ощущение везде, где потребуется.
- ▶ Работайте над любым другим участком, где может ощущаться боль до или после сеанса.

Снятие радикулитных и ишиалгических болей

Квантовое Прикосновение — прекрасное средство для снятия напряжения в седалищной мышце и ослабления ишиалгических болей. Положите одну руку над поясничной мышцей, как указано на рисунке, а другую — на область седалищного нерва.



Боли в средней части спины

При возникновении проблем в средней части спины обычно требуется расслабить шею и поясницу. Это можно проделать так:

- ▶ Направляйте энергию в затылочный выступ и шею.
- ▶ Качайте энергию в поясницу и произведите коррекцию бедер.
- ▶ Обработайте болезненную область.

Эти простые советы способны творить чудеса в применении ко многим болевым синдромам в области спины, которые могут быть вызваны травмами и смещением позвонков.

Однако эта техника не предназначена для лечения от болей в спине, вызванных проблемами почек.

Работа со всем телом

*Раскрой глаза, остановись в удивлении,
и ощути благоговейный трепет, созерцая
истинную природу своих даров¹.*

Целительные руки

Приходилось ли вам удивляться, почему люди, стоит им почувствовать боль, сразу же автоматически начинают глубоко дышать и прикладывать руки к больному месту или ране? Похоже, эти действия универсальны и встроены в нашу нервную систему. Возможно, что-то внутри нас инстинктивно знает, что таким способом мы поможем себе и другим справиться с болью. Забавно, но теперь, после двадцатилетней практики, когда я встречаю страдающего от сильной боли человека, то автоматически начинаю качать энергию. Я чувствую, как она переливается по моему телу и приливает к рукам. Возможно, так проявляется сострадание или просто я так воспитан, но, быть может, это естественная реакция человека на чужую беду.

Прежде чем мы окунемся в широкое разнообразие положений рук, давайте немного ознакомимся с каждым из этих рабочих положений. За многие годы я видел учеников, которые расстраивались и даже приходили в уныние, поскольку не знали, как им расположить руки. Оно и не удивительно, поскольку многие учебные предметы изложены тем сложным специальным языком, которым владеют лишь профессионалы. Иное дело — практическое целительство и в частности — Квантовое Прикосновение.

¹Здесь слова автора перекликаются со знаменитым высказыванием А. Эйнштейна: «Тот, кто перестал удивляться и ощущать благоговейный трепет, просто живой мертвец; его глаза закрыты». — *Прим. перев.*

Если вы сомневаетесь, как расположить ваши руки, делайте то, что проще и легче всего избавит вас от всяких проблем, а именно — выполняйте советы, приведенные в главе 3: окружите ладонями исцеляемый очаг боли, как сэндвич. Так можно исцелять большинство различных недугов.

**Основная позиция: делаем сэндвич из рук
(только без майонеза!)**

Это сэндвич из наших рук, которые мы кладем с обеих сторон исцеляемой части тела.

Главное, что следует помнить: если расположение рук будет неточным, то, скорее всего, неприятное ощущение или боль переместится в другой участок тела пациента. Поддерживая открытый диалог с пациентом, вы узнаете, в каком направлении следует перемещать руки. Это тот самый случай, когда огромную пользу приносит вера в процесс.

Конечно, вы могли бы положить одну руку на голову пациента, а другую — ему на колено и при этом достигли бы неплохих результатов, так как тело само бы направило энергию жизненной силы туда, где она необходима. Однако будет гораздо лучше, если вы расположите руки как можно ближе к очагу боли или недуга. Теперь ознакомьтесь с главными правилами работы в



технике «Сэндвич», после чего я покажу вам несколько менее впечатляющих позиций для рук.

- ▶ Как можно точнее окружите руками с обеих сторон ту часть тела, которая нуждается в исцелении. Если можно, поместите руки непосредственно на эту область. Но, разумеется, придерживайтесь здравого смысла. То есть не нужно класть руки на открытую рану или касаться места ожога. Окружить руками болезненный участок — значит положить руки на, под или по обеим сторонам от той точки, в которой вы намерены сосредоточить энергию.
- ▶ Используйте кончики пальцев или прием «Трипод», направляя энергию в небольшие участки. При этом очень полезно концентрировать энергию. Это также поможет вам разместить руки как можно ближе к центру участка, который нуждается в исцелении.
- ▶ Преследуйте боль. Поддерживайте диалог с пациентом и следите за болевыми или неприятными ощущениями в его организме.
- ▶ Старайтесь, чтобы вашему телу было комфортно в процессе работы.
- ▶ Поддерживайте правильный ритм дыхания во время сеанса.



Направляйте энергию в исцеляемый участок или как можно ближе к нему

Бывают случаи, когда окружение болезненного участка с помощью рук не столь эффективно, как перекачивание энергии непосредственно на пораженную ткань организма. Работа непосредственно с пораженным участком более эффективна при укусах, ожоге ядовитого дуба¹ или обычном ожоге. Предлагаемый прием позволяет лечить глаза, пазухи носа, десны, почки и надпочечники. Принцип заключается в том, что вы можете работать с тканью, которая находится не слишком глубоко под кожей.

Из ваших рук энергетическое поле распространяется непосредственно над телом и может творить чудеса, если ему не придется спускаться больше,



¹Ядовитый дуб (poisonoak) — североамериканское растение семейства сумаховых, которое стелется по земле, как плющ. Листки напоминают листья дуба, но растут всегда по три. После прикосновения на теле сначала остаются линии, а затем начинается зуд. Когда человек начинает чесаться, яд из царапин проникает во все тело и появляется ощущение, что оно горит, как в огне. — *Прим. перев.*

чем на несколько сантиметров. В **ином** случае предпочтительней будет построить сэндвич из рук.

Поскольку во время практики меня рядом с вами не будет, еще раз напоминаю: продолжайте дышать!

Особые случаи

Головные боли

Головные боли — это, пожалуй, одна из наиболее распространенных проблем. И в большинстве случаев можно успешно справиться даже с мигренью. Я рекомендую, чтобы во время сеанса ваш пациент сидел или лежал. Разумеется, старайтесь, чтобы вашему телу было удобно работать в любой из выбранных вами позиций.





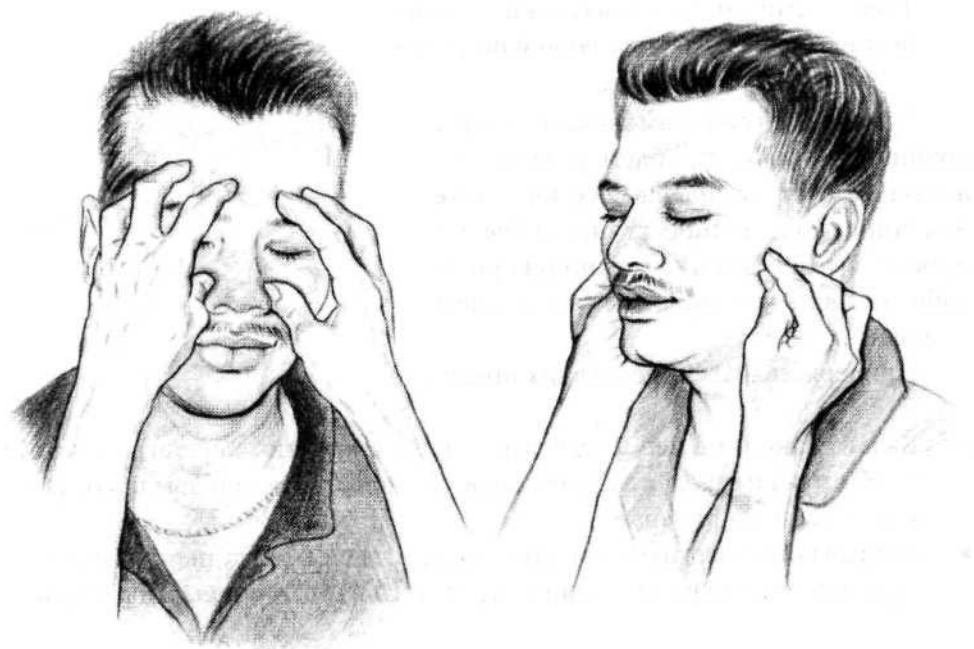
- ▶ Сложите сэндвич из рук, окружив болезненный участок.
- ▶ Произведите коррекцию наружного затылочного выступа (см. стр. 120)
- ▶ Направляйте энергию в черепные швы.
- ▶ Возможно, вам также придется качать энергию в атлант¹ и в осевой позвонок.

¹Атлант — первый шейный позвонок, сочленяющийся с затылочной костью черепа.
— Прим. перев.

Проблемы глаз

Просто прикройте глаза руками и направляйте энергию. Старайтесь не давить на глаза — пусть свое дело делает энергия. Наберитесь терпения, поскольку, возможно, вам придется провести несколько сеансов, чтобы исцеление протекало успешно. Я был свидетелем многих случаев, когда зрение явно улучшалось.





Проблемы околоносовых пазух

Такие проблемы удастся решить очень быстро, направляя энергию непосредственно в пазухи носа. Делайте это при помощи кончиков пальцев или ладоней.

Височно-нижнечелюстной сустав

Используйте положение пальцев «Трипод» и поместите кончики пальцев непосредственно на сустав. Его можно легко обнаружить, так как он представляет собой костистую поверхность лица, которая движется при открытии или закрытии рта. В большинстве случаев энергия снимает боль или напряжение в суставе.

Горло

Мягко положите ладони на горло. Эту процедуру невозможно выполнить неправильно.

Туннельный синдром запястья и травмы, возникающие из-за постоянной нагрузки

Туннельный синдром запястья может возникнуть из-за проблем в запястье, локтевом суставе, плече, шее или даже пояснице, колене либо ступне. Обычно процесс выздоровления можно ускорить, работая над запястьем, локтем, плечом или шеей.



Придерживайтесь следующих правил:

- ▶ Качайте энергию непосредственно в лучезапястные суставы. Следите, чтобы рука пациента находилась в удобном вертикальном положении, как указано на рисунке.
- ▶ Направляйте энергию в область 7-го шейного и 1-го грудного позвонков.
- ▶ При наличии боли в пояснице старайтесь направить энергию и туда.

Проблемы в области плеч

- ▶ Направляйте энергию непосредственно в очаг боли. Попросите пациента помочь вам точно найти болезненное место, чтобы применить к нему технику «Сэндвич».
- ▶ Дополнительно постарайтесь направить энергию в плечо из подмышки, как указано на рисунке.



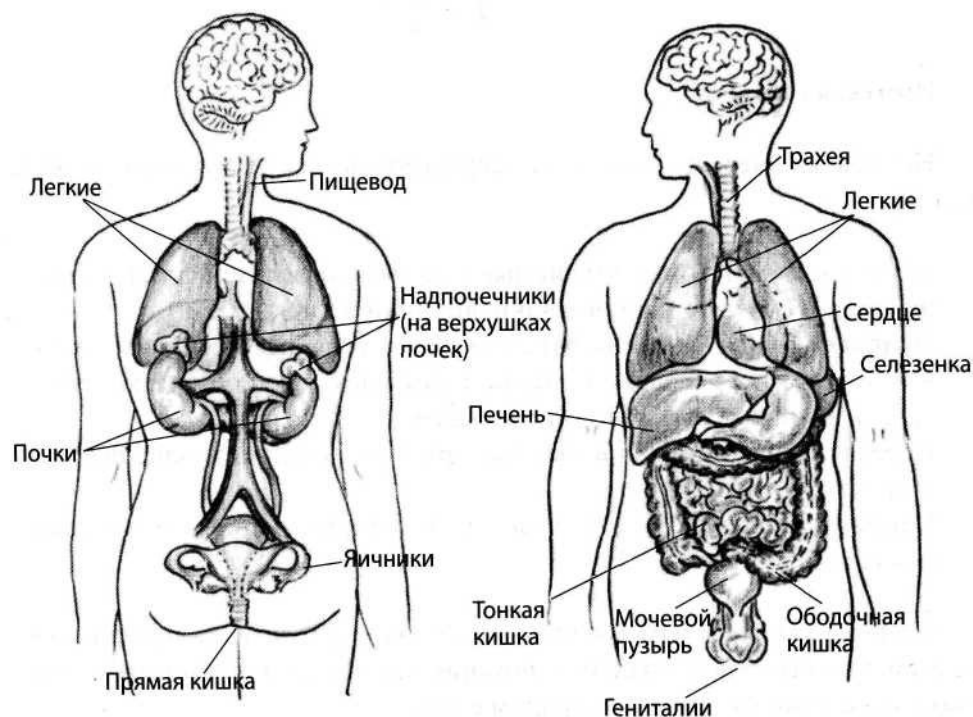
- Если эти действия не увенчались успехом, поработайте над черепными швами, затылочным выступом, шеей, поясницей, бедрами, а затем снова вернитесь к плечу.

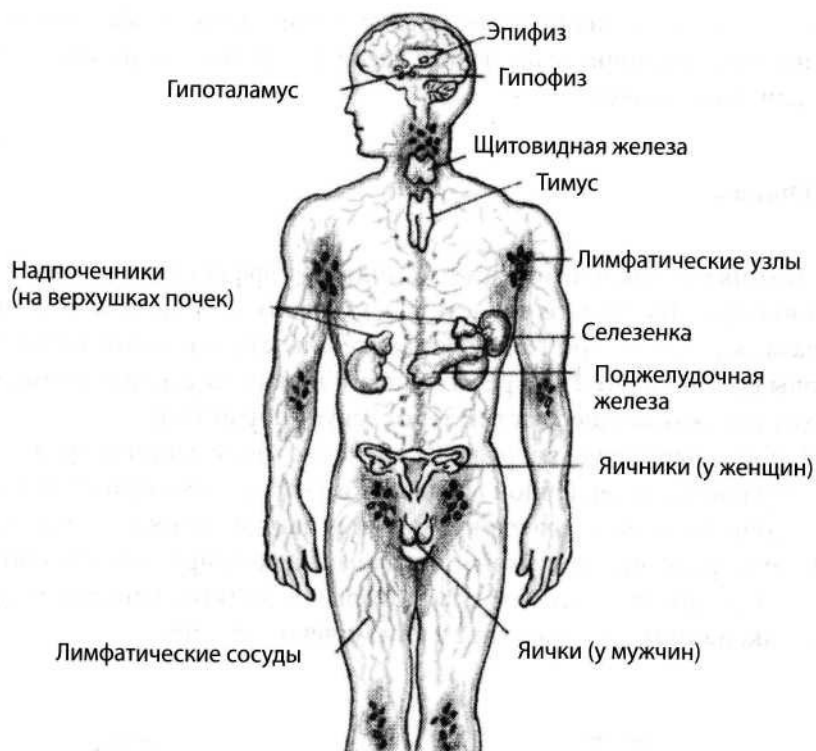
Органы

Техника расположения рук «Сэндвич» эффективна для большинства органов тела. Вы просто кладете руки с обеих сторон тела, чтобы энергия текла между ладонями. Поддерживайте диалог с пациентом, чтобы узнать, каковы его ощущения во время сеанса. Такая информация, возможно, подскажет вам, какие еще участки тела следует обработать.

Просто направляя энергию в сердце, можно улучшить кровяное давление, справиться с сердечной аритмией и учащенным сердцебиением.

Чтобы направить энергию в почки и надпочечники, лучше всего работать непосредственно с этими органами. Такой прием эффективен и для других органов или частей тела, которые находятся ближе к поверхности тела, как, например, глаза, горло или мочевого пузыря.





Иммунная система

Направляя энергию, вы можете перестроить или исцелить иммунную систему.

- ▶ Направьте энергию в эндокринные железы: эпифиз, гипофиз, щитовидную железу, тимус, надпочечники, яичники и яички.
- ▶ Направьте энергию в лимфатическую систему, которая расположена в основном вокруг шеи, в районе подмышек, грудной клетки, груди, желудка и на внутренней стороне бедер.
- ▶ Перекачивайте энергию в главные органы — сердце, легкие, печень и почки.
- ▶ Направляйте энергию в те участки, в которых пациент испытывает боль.

Следуя этим простым советам, вы сможете достигнуть невероятных успехов в целительной практике, помогая членам семьи, друзьям и всем, кому посчастливится оказаться рядом с вами.

Самоисцеление

Сердце — вот центр исцеления.

Направьте энергию на себя

Сеанс самоисцеления посредством Квантового Прикосновения может оказаться весьма полезным. При этом стоит честно сказать, что перекачивание энергии в самого себя обычно не дает столь мощного результата, как сеанс, получаемый от кого-то другого. Поскольку мы уже привыкли к вибрации нашей энергии, то, направляя ее в себя, мы вряд ли получим столь же яркие впечатления, как если бы мы получали энергию другого человека. Один мой друг так говорит об этом: «Исцеление энергетикой чем-то похоже на секс. Можно заниматься им с самим собой, но это совсем не то».

Принимая чью-либо любовь, мы не можем предвидеть этот процесс или его контролировать. Это верно как в энергетическом плане, так и в плане наших эмоций. Я считаю, что существует множество проявлений любви — много оттенков, если хотите. Каждый человек выражает свое собственное, неповторимое сочетание этих качеств. Некоторые могут выражать свою любовь на уровне вибраций — заботой, состраданием, отвагой, преданностью, надежностью, сочувствием, честностью, ранимостью, интимной близостью, стремлением обеспечить защиту и т. д. Этих тонких, изысканных оттенков бывает так много, что все они едва ли умещаются в коротеньком слове «любовь». Что, если для вашего исцеления требуется тот оттенок любви, который вы не можете себе дать?

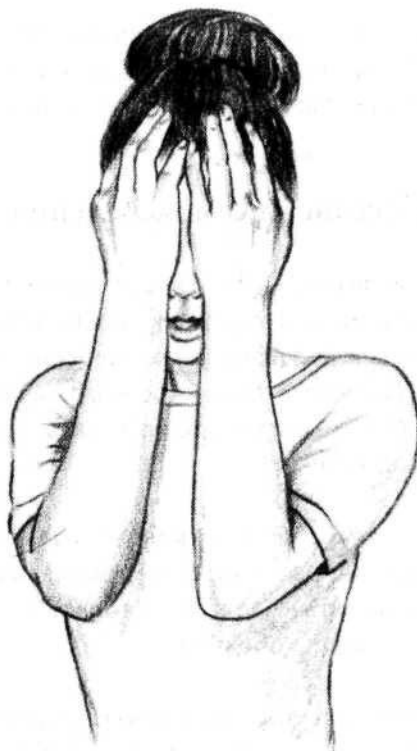
Направляя в себя энергию, лично мне одни свои недуги удавалось излечить, а другие — нет. К примеру, мне удавалось корректировать зрение и залечивать раны, но я никак не мог поправить структуру скелета. Помните, что все люди разные и моих недостатков может не быть у вас.

Несколько лет назад я вдруг обнаружил, что, когда я смотрю на луну, она становится все более мутной и туманной, и я удивлялся, почему астрономы молчат об этом странном явлении. Мне также приходилось все дальше отодвигать от глаз книги при чтении. Начав направлять энергию в глаза (дважды в день, по 5-10 минут), я почувствовал в них сильное жжение, которое длилось в течение первых двух недель. Приблизительно через месяц ежедневных занятий однажды вечером я вышел во двор и посмотрел на полную луну. Я увидел ее очень четко, без туманностей по краям. Гораздо больше времени мне понадобилось, чтобы вернуть способность читать книги, держа их на обычном, удобном для меня расстоянии от глаз.

Возможно, это просто свойство человеческой натуры, но лично я ленился работать над своими глазами. При регулярной практике я могу читать книгу, держа ее на расстоянии 25-30 см от глаз. Но стоит мне прекратить заниматься, как через пару месяцев я замечая, что читаю книгу с расстояния 33-35 см. Тогда мне приходится начинать все сначала, и за несколько дней я восстанавливаю свое зрение.

Где-то год назад мне сделали операцию на полости рта. Не успел я покинуть кабинет зубного врача, как мое лицо изрядно распухло. За домом, где был кабинет, протекала река. Я сел на берегу и, глядя на воду, стал перекачивать энергию в ту щеку, на которой мне сделали операцию. За час мне удалось снять воспаление почти на 90 %. Следующий мой визит был к налоговому инспектору. (Вот какой веселенький мне выдался денек!) Тот даже не поверил, что мне только что лечили зубной канал: ведь я совсем не чувствовал боли, а от воспаления не осталось и следа. Боль вновь напомнила о себе, когда я вернулся домой. Едва выйдя из автомобиля, я внезапно почувствовал острую боль. Она длилась какие-то доли секунды и прошла, как только я опять приложил к щеке руку. Дантист оперировал мне этот зуб в течение трех сеансов. При этом мне не понадобилось болеутоляющее и лишь иногда я испытывал некое подобие боли. Это неприятное ощущение тут же исчезало, стоило мне начать качать энергию.

Вспоминается еще один случай, когда друзья помогали мне с переездом на другую квартиру. Приподнимая с земли какую-то коробку, я резко разогнулся и ударился головой о деревянный дверной косяк. От удара я рухнул на колени и тут же «увидел все звезды небесные». Первым делом мне захотелось потереть макушку, но вместо этого я заставил себя мягко приложить к больному месту кончики пальцев и начать качать энергию. Через две минуты



боль прошла, и я вновь приступил к работе. По прошествии минут двадцати я поинтересовался, не возникла ли на моей голове такая же огромная шишка, какие рисуют персонажам мультяшек. С большой осторожностью я коснулся макушки — и не почувствовал никакой боли. Я стал давить на макушку сильнее, но не нашел никаких следов травмы.

И знайте: не один я могу это делать. Как-то раз одна моя ученица резала овощи и разрезала себе палец до кости соскользнувшим ножом. Зажав палец в здоровой руке, она тут же стала качать в него энергию. Через несколько минут боль и кровотечение прекратились. Боль больше не возвращалась, и женщине не пришлось накладывать на палец швы или применять к нему другое лечение.

Похоже, что свежие раны заживать самостоятельно куда легче, чем системные заболевания, поскольку наш организм, на уровне вибраций, еще не отождествил себя с возникшей проблемой.

В момент моих размышлений над тем, какие из многочисленных примеров самоисцеления мне следует описать в этой книге, я получил письмо от подруги. Она пишет: «Между прочим, все эти дни я активно использую Квантовое Прикосновение. Во время занятий танцами я поскользнулась и поставила на

колени огромный синяк. После занятий я в течение нескольких часов направляла в синяк энергию. Теперь он чуть розоватый, припухлость почти прошла, да и размером он стал поменьше. Слушай, у меня получается!»

Рекомендации к сеансам самоисцеления

- ▶ Качайте в себя энергию регулярно и часто. Самоисцеление может потребовать многих сеансов, поэтому, практикуя поглаживания тела одним широким движением и перекачивание энергии, следует направить ее в себя. Можно практиковать, просматривая телепередачи и даже читая книгу. В случае необходимости можно качать энергию всего из одной руки, держа в другой книгу.
- ▶ Обработайте приемом «Сэндвич» любую доступную часть вашего тела, а над другими участками работайте с помощью пальцев. К примеру, вам вряд ли удастся применить «Сэндвич» к области сердца. Поэтому можно просто положить на сердце обе руки.
- ▶ Чтобы обработать недоступные места вроде средней части спины, можно использовать техники дистанционного исцеления, о которых я расскажу в главе 12.
- ▶ Чтобы сеансы Квантового Прикосновения были как можно более эффективными, дышите так, словно качаете воздух насосом, форсируя дыхательные техники. Находясь в положении лежа, вы можете практиковать Огненное Дыхание значительно дольше, не испытывая при этом головокращения. Таким образом вы сможете существенно изменить вашу вибрацию и повысить эффективность сеансов. (Это не рекомендуется делать людям с определенными сердечными заболеваниями. Если у вас возникнут сомнения, проконсультируйтесь с врачом.)
- ▶ У вас есть прекрасная возможность испробовать различные сочетания техник; то есть вы можете выполнять сразу несколько техник за раз. Например, занимаясь самоисцелением, выполняйте Тонинг вместе с Техникой Усиленного Резонанса (см. главу 13).
- ▶ Будьте настойчивы. Многие люди признают, что легко могут потратить 40-60 минут на работу со своим другом, но при этом им трудно найти 5 минут, чтобы заняться собой.

Квантовое Прикосновение и физическая подготовка — новый крупный успех

*Одна миля за четыре минуты — раньше
такая скорость казалась невозможной.
Пределы человеческих возможностей
по-прежнему неизвестны.*

Квантовое Прикосновение преобразует процесс физической подготовки

Все спортсмены преследуют общие цели: стать еще сильнее и быстрее, обрести лучшую физическую форму при меньших затратах времени на восстановление сил после тренировок, соревнований и травм. Я хочу рассказать о том, какую беспримерную пользу может принести Квантовое Прикосновение всем спортсменам независимо от уровня их мастерства, позволяя оптимизировать процесс тренировок и повысить работоспособность.

Спортивные травмы

Самой очевидной сферой применения Квантового Прикосновения в спорте является восстановление после травм. Не так давно, в 1998 году, я провел 97 документально оформленных сеансов Квантового Прикосновения для спортсменов Калифорнийского университета в городе Санта-Круз и в

колледже Кабрильо, в городе Аптос, Калифорния. Результаты показали, что обычный 10-минутный сеанс позволял уменьшить боль на 50 %. Спортсмены оценивали и фиксировали уровень ощущаемой ими боли и записывали свои наблюдения до и после каждого сеанса. Некоторые сеансы — к примеру, такие, где мне приходилось работать с выбитыми пальцами баскетболистов, — длились всего две минуты, тогда как в случаях растяжения лодыжек сеансы длились до часа и более.

Тренер мужской баскетбольной команды Дуэйн Гарнер писал мне по поводу этих сеансов: «В моем обширном опыте нет ничего, что могло бы сравниться с позитивными результатами Квантового Прикосновения».

Если направить энергию в травмированный участок, исцеление наступает удивительно быстро. Многие травмы исцеляются почти мгновенно, тогда как иные требуют большего времени и многих повторных сеансов. Здесь нет никаких строгих и жестких правил, но я рекомендую проводить сеансы по мере необходимости, помня о том, что невозможно отдать слишком много энергии.

Иногда, чтобы снять воспаление, мне приходилось просить спортсменов убирать пакеты со льдом с мест растяжения. В ряде случаев я наблюдал, как воспаленная отечность вокруг мест растяжения связок почти исчезала в течение часа, после чего на теле вновь проступали прежде скрытые отечностью мышцы. Я расспрашивал спортсменов, у которых случалось растяжение лодыжки, в каком месте боль ощущается сильнее всего, а затем направлял в эту область энергию. Через 5-10 минут этот спортсмен или спортсменка обычно говорили мне, что боль оставила прежнее место и перешла в другое. Когда проходила первая боль, за ней могла появиться вторая и третья. Имея дело со спортивными травмами, обычно приходится преследовать боль (см. список используемых терминов).

Внимание! При работе со спортивными травмами излишняя осторожность не помешает. Так, при сильном растяжении может казаться, что боль отступила, но только до момента, пока вы опять не дадите полную нагрузку на связки. Действуйте мягко и аккуратно, чтобы достигнуть полного исцеления, а не нанести себе повторную травму. Исцеление после спортивных травм при условии выполнения серии сеансов Квантового Прикосновения протекает в 2-3 раза быстрее обычного. Результаты могут быть ошеломительными.

Крупное достижение в методике тренировок

Живя на Гавайях, я работал с Данте Сернобори, персональным тренером с 20-летним стажем, который учил меня делать физические упражнения на полу, используя вес собственного тела. После двух тренировок он признался, что мои гибкость, телосложение, сила и выносливость его впечатлили. И тогда я предложил ему идею сочетать Квантовое Прикосновение и тренировки с использованием веса собственного тела. Результат оказался впечатляющим и неожиданным. Так, Данте велел мне выполнить серию очень медленных приседаний, после чего мои мышцы буквально горели, а затем стал качать в одно из моих бедер энергию.

Через несколько секунд я с удивлением почувствовал, как по моим ноющим от боли мышцам распространяется освежающее тепло. Прошло несколько минут, и я заметил, что мое бедро ожило и готово к новой серии приседаний. Сравнив это бедро с другим, необработанным, я увидел, что они похожи между собой, как день и ночь. Данте направил энергию в мое другое бедро, и во второй серии я сделал приседаний на 30 % больше, чем в первой. После того как Данте снова направил в меня энергию, третья серия оказалась более продолжительной и сильной, чем вторая. На следующий раз число моих приседаний увеличилось на 100 % по сравнению с первой серией, а в пятой серии я выполнил столько же приседаний, сколько и в первой. Такого Данте еще никогда не видел.

К тому же тренироваться с Квантовым Прикосновением намного интересней. Обычно, выполнив три или (кхе-кхе) четыре серии тяжелых упражнений, ночью и в течение всего следующего дня я ощущаю сильную боль, которая убивает во мне желание тренироваться. Но когда я заряжаюсь энергией во время и по завершении упражнений, моя «крепатура» или «послетре-нировочная закрепощенность и болезненность мышц»¹ существенно слабеет. После этих сеансов я испытываю слабую «крепатуру» либо не ощущаю ее совсем. Кстати, боль чаще всего ощущалась в неосновных группах мышц, куда Данте не направлял энергию.

Поскольку нам с Данте пока еще непонятна физиология такого явления, мы выдвинули теорию о том, что энергия, вероятно, воздействует на содержащуюся в мышцах молочную кислоту. Быть может, энергия заставляет организм быстро избавляться от накопившейся молочной кислоты. Либо трансформирует молочную кислоту— подобно тому, как Квантовое

¹В специальной спортивной литературе за рубежом это явление обозначают общепризнанной аббревиатурой DOMS (DelayedOnsetMuscleSoreness). — *Прим. перев.*

Прикосновение изменяет качество вина, делая его менее кислым (см. главу 15). Мы этого просто не знаем. Данте написал следующее:

Ричард принялся делать то, что профессиональным языком я бы назвал «квантовыми скачками в осознании тела». Я сделал карьеру, потратив 20 000 часов на индивидуальные сеансы и никогда не видел ничего подобного. За несколько тренировок благодаря воздействию Квантового Прикосновения Ричард добился истинного прогресса. Он начал с одной серии отжиманий, которая давалась ему с трудом, а закончил, исполнив четыре серии, причем удвоил количество отжиманий. И это еще не все! Последнее отжимание четвертой серии он выполнил более точно, с большей интеграцией ума и тела и с большим осознанием по сравнению с первым его отжиманием в первой серии.

Полное осознание этой сферы применения Квантового Прикосновения пришло ко мне, когда на другой день после тренировки Ричард позвонил и сказал, что не чувствует боли. Совсем! Еще днем позже он позвонил опять, чтобы сообщить, что снова готов к тренировке. Я-то думал, что после тренировки он едва ли встанет с постели, и еще меньше верил, что ему хватит воли, ума и сил проделать все то же снова два дня спустя.

Потрясенный увиденным, я начал экспериментировать, внедряя Квантовое Прикосновение в процесс занятий с другими клиентами, и в некоторых случаях их результаты оказывались еще более впечатляющими, чем у Ричарда. Более того, я обнаружил, что результаты, полученные при применении Квантового Прикосновения, у всех моих клиентов оказались устойчивыми. Тут-то мне стало ясно, что нам удалось открыть нечто более чем ВЕЛИКОЕ! Это было нечто такое, что могло изменить традиционную методологию и подходы ко всем сферам развития здравоохранения и физической культуры.

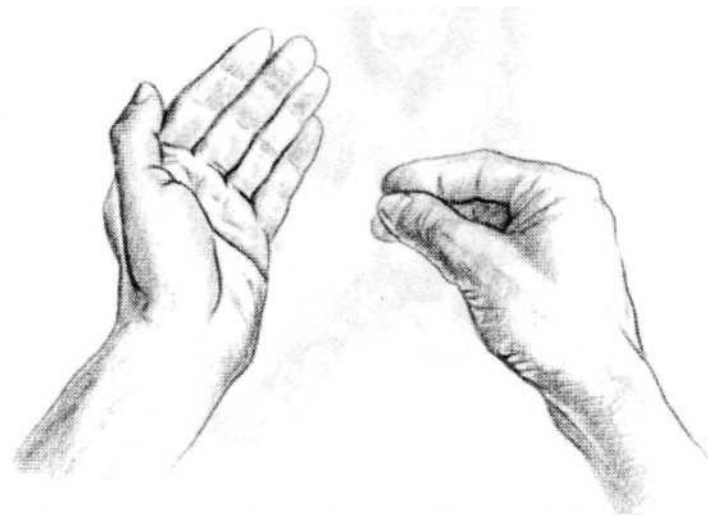
Теперь мы наконец сможем использовать тот потенциал, который ранее был доступен исключительно «суператлетам». С помощью Квантового Прикосновения каждый человек обретает возможность работать на пике своих максимальных возможностей. Кто знает, насколько высок может быть этот пик?

- Штангист сможет делать больше подходов и выжимать штангу большее количество раз, ощущая лишь небольшую «крепотуру» мышц либо полностью избавившись от нее, поскольку мышечные ткани будут самовосстанавливаться в процессе тренировки.

- ▶ Йог сможет раскрыть и выправить структуру тела, поскольку сумеет глубже уйти в свою позу и достичь более высоких уровней осознания.
- ▶ Великолепный бейсбольный питчер сможет подавать мячи на протяжении целой игры, и последняя его подача будет столь же быстрой и точной, как первая.
- ▶ Гимнаст сможет в секунды исцелиться от незначительной травмы, не сходя с помоста, и затем продолжить состязание.

Короче говоря, любой, кто желает освоить новый вид спорта или разработать режим тренировок, сможет применить эту технику и работать в ускоренном темпе.

Данте Сернобори, частный тренер



Исцеляем животных

Обезьяны — мои любимые люди.

Изречение неизвестного автора



Работа с животными может доставлять необычайную радость, поскольку они весьма любвеобильны и щедро дарят нам свою привязанность. Наши домашние любимцы и прочие животные не судят о нас по возрасту, весу, расе или образу жизни. Более того, у них нет предвзятого благоговения

перед западной аллопатической медициной — они просто отвечают на нашу любовь.

Квантовое Прикосновение чудесно воздействует на разных животных: собак, кошек, лошадей, мышей, черепах и даже на маленьких кроликов. Похоже, различий здесь не существует. Все любят истории о животных, так что я расскажу вам несколько из них.

Прибыв в прошлом году в штат Мэн, чтобы вести там класс, я остановился в доме моей подруги Билли. Еще раньше она хвасталась мне, что держит 10 котов и кошек длинношерстной мэнской породы. Из беседы с Билли я узнал, что Джулиус, любимый кот Билли, вот уже два месяца сильно хворает. Несколько раз Билли возила кота к ветеринару, но ей так и не смогли помочь или хотя бы сказать, в чем заключалась проблема. Едва я вошел в дом Билли, как отовсюду сбежались коты. Но в стороне я заметил кота, чья шерсть выглядела свалявшейся, а самого кота можно было спутать с диванной подушкой. Я сразу понял, что это и есть Джулиус.

Я поставил на пол чемоданы, тут же направился к Джулиусу и представился ему (на кошачьем языке это значит, что я дал ему обнюхать мою руку). Джулиус казался ужасно вялым и слабым. Шерсть его была влажной от пота, и создавалось впечатление, что он едва может держать голову. Я стал направлять энергию в его брюшко, и уже через пару минут осознал, что мне пришлось иметь дело с тем, что я называю «заблокированным состоянием энергии» (см. главу 3). Я качал энергию около пяти минут, а вибрация, казалось, только начинала набирать силу. Тогда я позвал Билли и Хезер и попросил их помочь мне. Обе женщины прошли полный курс обучения практике Квантового Прикосновения, а групповые сеансы обычно проводятся легче и гораздо быстрее.

Втроем мы качали энергию еще 10 минут, после чего Джулиус встал на лапы, потянулся и соскочил на пол. Тогда я не слишком представлял себе результаты сеанса. Двумя минутами позже я нашел кошачью игрушку — палочку со шнурком, к концу которого был привязан мячик. Стоило мне протащить этот мячик по полу, как меня тут же окружила стая котов и кошек, терпеливо выжидавших момента, когда мячик приблизится к ним на расстояние, достаточное для удачной атаки.

Когда Джулиус увидел эту игру, он выкинул нечто такое, чего, как утверждала Билли, за ним никогда прежде не водилось. Он подпрыгнул, почти как газель, и пролетел в прыжке около двух метров. Он проделал это трижды или даже четырежды, как будто стараясь прыжками приблизиться к центру игры. Пробравшись туда, он сразу взял верх над остальными котами, скачками гоняясь за мячом по всему кругу. Какое-то время спустя, когда Билли открыла дверь, Джулиус первым выскочил наружу.

После того единственного сеанса у Джулиуса больше не было проблем со здоровьем. Вернувшись где-то через 7 месяцев, чтобы вести очередной класс Квантового Прикосновения, я имел возможность повидать его снова. Похоже, он признал меня и был со мной чрезвычайно нежен. Я решил направить ему энергию и посмотреть, что случится на этот раз. Джулиусу это весьма понравилось и все больше и больше его волновало. Он обнял лапами мою кисть и стал облизывать ее, покусывать и царапать, играя, отчего мне стало немного больно. Через несколько секунд Джулиус посмотрел на меня и, когда понял, что его ласки не доставляют мне удовольствия, немедленно прекратил кусаться. Он поднялся и вышел вон.

Часом позже Билли сказала мне, что Джулиус снова сделал нечто такое, чего никогда не делал прежде, — он поймал птичку. Видимо, оба эти сеанса «пробудили в котенке тигра». Я часто слышал подобные рассказы о том, как хороший сеанс Квантового Прикосновения пробуждал у котов и кошек охотничий инстинкт.

А вот еще один случай. Мой друг держал пса породы ньюфаундленд, у которого были проблемы в крестцово-подвздошной области. Бедняга не мог ходить, и хозяин был вынужден вызвать санитарную машину, чтобы отвезти его к ветеринару. Врач сказал, что в большинстве подобных случаев собаку приходится усыплять. Когда я увидел пса, тот был уже дома и по-прежнему не мог ходить. После пары сеансов, проведенных в течение двух дней, пес снова начал ходить без всяких проблем.

Возможно, вы помните мой рассказ из первой главы о том, как я качал энергию в испуганного маленького кролика, а тот переворачивался на спинку и вытягивался во всю длину, как только мог. Весьма похожий результат наблюдал мой друг Генри, когда работал со своей черепахой. Это была африканская пеломедуза, 20 см в длину, которая в силу своей природы чрезвычайно заботилась о надежном укрытии. В естественной среде обитания она жила бы у кромки воды, в сени нависающих папоротников, или зарылась бы в ил, чтобы избежать встречи с хищником. Она боится появляться на свет и никогда не греется на солнце. Генри пишет: «Когда я качаю энергию в мою черепаху, она лежит у меня на коленях. Одну ладонь я кладу поверх ее панциря, а вторую — под низ. Проходят секунды, и она закрывает глаза. Пока я качаю энергию, черепаха совершенно расслаблена. Она вытягивает шею, ее передние и задние лапы распластаны. Так мы можем сидеть многие минуты или даже часы».

Для затравки, чтобы вызвать у вас желание работать с животными, расскажу еще одну историю. Подруга попросила меня провести сеанс Квантового Прикосновения с ее лошадыю. Я не большой любитель лоша-

дей, но мне казалось, что новый опыт придется мне по душе. Воскресным вечером я стал качать энергию лошади в спину, на что моя подруга сказала, что я «усыпляю лошадь».

— Надеюсь, не в ветеринарном смысле, — попытался уточнить я.

— Нет, просто ты нагоняешь на лошадь сон, — сказала подруга.

— Откуда ты знаешь? — спросил ее я.

— А ты загляни ей в глаза, — отвечала она.

Я заглянул в глаза лошади. Ее веки опускались вниз и постепенно сомкнулись, а нижняя губа отвисла и дрожала. Еще мгновение, и голова лошади просто упала, как у человека, когда тот засыпает сидя. Лошадь снова проснулась и теперь положила голову на металлическое ограждение стойла. Пока я снабжал лошадь энергией, ее голова трижды соскальзывала с ограждения.

То же самое происходит на моих сеансах с людьми. Я не знаю, что делает с ними энергия. Я просто верю, что с ними творится нечто удивительное.



Советы по работе с животными

- ▶ Старайтесь применять технику «Сэндвич» или качайте энергию непосредственно в область, которая, по вашему мнению, нуждается в исцелении. Диагноз ветеринара поможет вам точно определить проблему.
- ▶ На протяжении всей работы не забывайте о дыхательных техниках.
- ▶ Поскольку животное не может говорить, пристально следите за ощущениями ваших рук, как указано в главе 3. Так вы сможете узнать, как долго ваши руки должны оставаться на определенном месте.
- ▶ Поймите, что эту технику невозможно выполнить «неправильно». Энергия сама идет туда, куда ей нужно, и делает то, что нужно.
- ▶ Если нужно, проведите серию сеансов.
- ▶ Расчесывая шерсть животного, старайтесь в то же время качать в него энергию. Это годится для любого ласкающего движения — будь то почесывание за ушами или потирание брюшка.
- ▶ Попробуйте направлять в животных энергию перед купанием или во время него. Для большего удовольствия зарядите также и воду, в которой будете купать животное (см. главу 15). Это особенно эффективно, если купание для животного — занятие не из приятных.
- ▶ Вы можете также качать энергию в пищу и питье, включая ваш собственный рацион (см. главу 15). Для тех животных, которые в основном потребляют консервы, эта процедура существенно повышает энергетическую ценность продукта.

Уверен, что результаты по-настоящему удивят и обрадуют вас.

Дистанционное исцеление

*Бесконечно быстрее, чем скорость света,
со скоростью любви движутся
наше сострадание и наши молитвы.
Любовь передается мгновенно!*



О нашей взаимосвязи

Я верю, что мы больше связаны друг с другом, чем нас может уверить в том наше сознание. На личном уровне — благополучие семьи и друзей часто для нас гораздо важнее, чем мы себе в том признаемся. Внезапная утрата заставляет нас чувствовать это с особой остротой. Хотя, возможно, многие люди сделались безразличными или утратили энергию жизни, оглушенные гулом распространяемых СМИ плохих новостей, однако порой известие о смерти ребенка или известного лидера, которых мы лично не знали, трогает нас весьма глубоко.

В экономике можно видеть, как проблемы одного континента влияют на мировые рынки. В глобальном плане — на всех нас один океан, одна вода, один воздух и одна земля. Наши жизни и судьбы связаны неразрывно. Возможно, вы не сознаете, что даже самые малые частицы связаны удивительно тесными узами.

Многие книги рассказывают о странном и почти магическом мире квантовой физики. В чудесной книге «Танцующие мастера ВуЛи» ее автор Гэри Зукав, пишет:

Теорема Белла — это математическая конструкция, которая, как таковая, остается невразумительной для нематематика. Однако ее выводы могли бы существенно повлиять на наше видение мира. Некоторые физики уверены, что это, возможно, наиважнейшая работа в истории физики. Одно из положений теоремы Белла заключается в том, что на глубинном, фундаментальном уровне «отдельные части» Вселенной связаны между собой тесным и непосредственным образом... Допустим, мы имеем то, что физики называют «системой двух частиц нулевого спина». Это значит, что спины каждой из частиц системы нейтрализуют друг друга. Если одна из частиц такой системы имеет спин, направленный вверх, то другая частица имеет спин, направленный вниз. Если у первой частицы спин правосторонний, то у второй он будет левосторонним. Независимо от того, как ориентированы эти частицы, их спины всегда равны и противоположны.

Многие квантовые физики недоумевают, размышляя над тем, как пары фотонов, которые движутся вдали друг от друга со скоростью света, могут мгновенно реагировать друг на друга бесконечно быстрее, чем со скоростью света.

Если эти две частицы посланы в различных направлениях, то, как бы далеко они ни находились друг от друга, между ними по-прежнему сущест-

вует взаимосвязь. Между ними могут быть тысячи световых лет, но когда одна из частиц проходит через магнитное устройство, которое изменяет ее спин (к примеру, с «верхнего» на «нижний»), то другая частица, независимо от ее удаленности, будет немедленно и спонтанно менять спин с «нижнего» на «верхний». Я полагаю, что воздействие нашей любви совершает подобный путь.

Я часто думал о нашей взаимосвязи в интеллектуальном или духовном смысле, но истинный смысл взаимной физической связи дошел до меня во всей его глубинной и интимной сути, когда я посетил доктора философии и медицины Нормана Шили в его клинике в Спрингфилде, штат Миссури. После того как я продемонстрировал ему воздействие Квантового Прикосновения на осанку человека и показал, сколь эффективно эта техника исцеляет самых тяжелых пациентов, страдающих от хронической боли, доктор Шили решил посмотреть, как эта техника может дистанционно воздействовать на структуру волновых колебаний головного мозга. Такого я еще никогда не делал и, сказать откровенно, не был уверен в результате.

Доктор Шили попросил престарелого джентльмена полежать в течение часа, чтобы измерить волновые колебания его мозга. Мы не сказали ему, что я собираюсь провести с ним сеанс дистанционного исцеления. Под словом «дистанционного» я понимаю отсутствие физического контакта между практикующим специалистом и пациентом. В данном случае я находился всего в 3,5 метрах от него, но исходя из собственного опыта и опыта других специалистов я знаю, что расстояние не имеет значения, даже если бы нас разделяли 12 000 миль. В течение получаса мы измеряли волновые колебания мозга нашего пациента, приняв эту информацию за основу для эксперимента. Затем один из помощников Нормана хлопнул меня по плечу, подав сигнал, что я могу приступить к дистанционному исцелению. В течение следующих 30 минут я качал энергию, а когда закончил, мы продолжили мониторинг волновых колебаний мозга в течение 5 минут, чтобы посмотреть, не возникли ли при этом чрезвычайные ситуации.

Результаты весьма удивили меня. В первые пять минут после того, как я начал качать энергию, активность дельта-ритмов пациента сильно возросла. В левой и правой лобных частях его мозга дельта-ритмы подпрыгнули с 11,7 и 12,6 соответственно до 23,2 и 23,3. Показания средней части головного мозга подскочили с 18,8 до 58,7, а затылочные показатели поднялись от 18,8 и 15,0 до 25,0 и 26,3. К концу сеанса лобные показатели дельта-ритмов удивительным образом упали до 3,6 и 4,4. Колебания среднего мозга снизились до 5,1, а затылочные соответственно опустились до уровня 8,2 и 10,4.



Приведенные выше данные показывают базовую активность волновых колебаний головного мозга после того, как пациент пребывал в покое в течение получаса.



Через 5 минут после начала сеанса дистанционного исцеления. Обратите внимание на существенный рост активности дельта-ритмов.

пия.
га-ритмов.



Через 30 минут после сеанса дистанционного исцеления вся волновая активность мозга существенно снизилась.

Доктор Шили сказал мне, что за 30 лет наблюдения волновых колебаний головного мозга он никогда не видел столь ровной структуры. Он также добавил, что не знает, кто мог бы достигнуть лучших результатов, а когда он увидел данные последних измерений, то ему показалось, что мозг пациента мертв. Очень занятно услышать такое от бывшего нейрохирурга!

В те несколько недель, которые последовали за нашим экспериментом, я снова пережил потрясение, осознав огромную широту поля моей деятельности. В глубине души я не верил, что мои мысли обладают столь сильным воздействием. Но это было действительно так. Размышляя над происшедшим, я вдруг понял, что дистанционное исцеление демонстрирует нашу общую тесную взаимосвязь, и оно позволило мне ощутить огромную силу нашей любви.

Прикасаясь к человеку во время сеанса, мы непосредственно способствуем изменению вибраций его тканей. Вследствие близости практикующего специалиста к пациенту я стал называть это «локальным исцелением». При «нелокальном исцелении» практикующий специалист может находиться в 1,5-3 метрах от пациента или хоть на Луне, а его воздействие останется таким же сильным, поскольку поле образуется мыслью.

Одно из отличий дистанционного исцеления от локального заключается в том, что поле, образуемое при работе на расстоянии, с трудом изменяет строение нашего скелета. То есть кости при этом не могут мгновенно принять правильное положение, как при локальном исцелении. Выходит, что дистанционное исцеление образует поле иного типа, чем при локальном исцелении. Мне подумалось, что, удерживая одновременно дистанционное и локальное поле, мы могли бы вызвать взаимодействие вибраций, подобное взаимодействию двух людей. Это дало бы весьма важные и удовлетворительные результаты.

Обучая Квантовому Прикосновению, я предлагаю проводить групповые сеансы дистанционного исцеления со всеми, кто присутствует в аудитории. Результат проявляется мгновенно и мощно, поскольку почти каждый ощущает эту энергию.

Как и все в этом мире, дистанционное исцеление имеет свои сильные и слабые стороны.

Приведу лишь несколько примеров, чтобы вы могли ощутить, что такое техника дистанционного исцеления.

Джон, один мой ученик, рассказал мне о своей тетушке, у которой возникла опухоль. Он очень беспокоился о тете. Ровно в 7 часов вечера Джон стал направлять в нее энергию. Он глубоко сосредоточился, выполняя дыхательные техники, и продолжал работать в течение получаса. Вскоре после 8 часов вечера он позвонил домой тетушке и по обычаю начал расспраши-

вать: «Как ваш супруг, как дети, как дела...» Где-то минут через 10 Джон справился о ее самочувствии, а вернее — о ее опухоли. Внезапно тетушкин голос оживился и сделался взволнованным. Она сообщила, что чрезвычайно удивительная история случилась с ней ровно в 7 вечера. По ее словам, тетушка почувствовала, как «вся эта энергия проникла в опухоль». При этом тетушке показалось, что опухоль стала таять и уменьшаться в размерах. Племянник спросил, сколько это продолжалось, и тетушка ответила, что это длилось ровно 30 минут, но теперь ей тепло и приятно и она уверена, что скоро пойдет на поправку. Племянник признался тете, что намеренно не захотел говорить ей о сделанном, поскольку не думал, что она его поймет. Думаю, тетушка все же сумела понять — пускай не объяснение племянника, но то, что он ее любит.

Однажды вечером я говорил по телефону с моей подругой Лори. Она призналась, что страдает от сильного приступа аллергии, а еще у нее неприятная боль в спине. Лори училась на курсах медсестер и собиралась принять лекарство, но с неохотой, поскольку знала, что таблетки «выбьют ее из колеи» на несколько дней и она не сможет нормально работать. Я пригласил ее к себе, чтобы поработать с ней, но она отказалась, сославшись на то, что уже слишком поздно и у нее не хватит сил вести машину.

— Тогда давай полечу тебя на расстоянии, — предложил я.

Она была непреклонна в своем намерении принять лекарство, а я протестовал. Наконец мы договорились, что если через час ей не станет лучше, тогда она примет лекарство. Я начал направлять ей энергию, а через 25 минут у меня зазвонил телефон. Это была она, и ей хотелось сказать, что у нее не только прошли все симптомы аллергии, но и исчезла боль в спине.

Направление наших намерений

При проведении сеансов дистанционного исцеления необходимо, чтобы ваше внимание было приведено в соответствие с ожидаемым результатом. В ходе исследований, посвященных молитвам, оказалось, что их существует два вида — эффективные и неэффективные. Когда человек молился, чтобы кто-то не пьянствовал и не вел себя оскорбительно, результат был неблагоприятным. Но если человек молился о чьем-либо здоровье и просил за кого-то, смотря на него глазами, исполненными любви, то в этих случаях результат был весьма позитивным.

Когда вы говорите ребенку, что нельзя выбегать на дорогу, какая, по-вашему, картина возникает у него в уме? Что он стоит на тротуаре? Нет, что он выбегает на дорогу. Наше подсознание все отражает очень буквально, и

когда мы рисуем себе картину того, чего мы не желаем, то получается, что мы даем себе только эту картину. Профессиональные игроки в гольф стараются заметить все опасные места на поле, после чего сосредотачиваются на тех участках, куда желали бы направить мяч. Сосредоточившись на нежелательном, вы направляете ум туда, а не на нужный вам результат.

Наши мысли обладают силой воздействия, и чистые, позитивные мысли могут существенно все изменить. Когда я спрашиваю людей, чего они хотят, обычно в ответ я слышу пожелания отрицательного свойства. К примеру, не болеть, не иметь проблем с супругом, работой или не делать долгов. Но погодите, я-то вас спрашивал не о том, чего вам не хочется, а о том, чего вы хотите! Сказать «Я хочу "X", но у меня нет этого "X"» — значит иметь противоречивое желание. Оно означает, что хоть я и желал бы иметь «X», но эмоционально я отождествляю себя с мыслью о том, что у меня нет этого «X» и, возможно, что этого «X» у меня никогда не будет.

Возможно, иногда, чтобы лучше понять наше истинно позитивное желание, нам нужно посмотреть на то, чего мы не хотим. Например: «Я не хочу иметь работу, которая вызывает у меня такой стресс».

Опять перед нами картина чего-то нежелательного. Ладно, чего же ты хочешь? «Хочу работу, которая бы меня радовала».

Это последнее заявление и есть истинно позитивное желание, без всяких противоречий. Ясные желания обладают очень сильным позитивным воздействием в процессе дистанционного исцеления, если вы умеете чувствовать те позитивные эмоции, которые в них содержатся.

Занимаясь дистанционным целительством, позвольте себе стать той любовью, которую вам хотелось бы дать другому человеку. Будьте тем благом, которым он, по-вашему, хотел бы обладать. Будьте тем комфортом, который, как вам хотелось бы, он должен испытывать. Вот почему техника «Что вы любите больше всего» так эффективна. Когда вы сосредоточены на том, что действительно желательно для вас, вы не противодействуете вашей энергией и не противитесь тому, чего вы не хотите.

Все дело в ваших внутренних чувствах. Если желание заставляет вас чувствовать радость — вы на верном пути. Если желание несет с собой страх, беспокойство, ощущение утраты или горя, то очевидно, что вы не создаете и не привлекаете к себе желаемый результат.

Если вы не можете найти в себе добрые чувства по поводу желаемого результата, представьте себе, какое облегчение вы ощутите, когда узнаете, что исцеление свершилось. Позвольте себе проникнуть в это чувство облегчения, и тогда исцеление может стать эффективней. Облегчение может быть вашим мостом между тем, где вы есть сейчас, и тем, где вы желаете быть. Лучше всего позволить себе оказаться в том месте, где вы ощущаете благополучие,

любовь или благодарность, чтобы вы могли стать той радостью, которой вы желаете другим.

Вам не нужно убеждать других людей присоединиться к вам, чтобы быть сильным дистанционным целителем. Если вы просто будете сохранять вокруг себя очень чистую эмоциональную атмосферу, то лишь очень немногое будет вам не под силу. Пусть эмоции подсказывают вам, как идут ваши дела. Если вы чувствуете себя непринужденно, радостно, ощущаете любовь окружающих, тогда знайте, что все хорошо и вы на верном пути.

В конце концов, вам не нужно пытаться кого-то исправить, вам не следует никого исправлять. Попытка исправить других уводит нас от собственного благополучия. Придя в свое самое истинное, наивысшее состояние, вы привлечете к себе тех людей, на которых сосредоточите ваше внимание. Как я уже говорил, верьте в процесс. Помните, что «целитель» — это тот, кто болел и поправился. Наша задача — поддерживать резонанс в надежде на лучшее.

Рекомендации к дистанционному исцелению

- ▶ **Получите разрешение.** Всегда стоит попросить разрешения на то, чтобы провести сеанс дистанционного исцеления. Если по той или иной причине вы не сможете получить разрешение, просто попросите, чтобы энергия была использована для высшего блага, и направьте ее человеку. Всегда бывает полезно направить энергию на высшее благо.
- ▶ **Установите контакт с исцеляемым человеком.** Направляя энергию человеку, животному или растению, вы должны точно знать, кому ее адресуете. Если вы не знаете пациента лично, то желательно, чтобы у вас было фото, на котором вы могли бы сосредоточиться и на которое направили бы энергию.
- ▶ **Установите контакт с вашим духовным началом.** Это бывает полезно тем, кто привык так поступать. Просьба о помощи только поможет делу.
- ▶ **Чтобы сосредоточиться, используйте какой-либо предмет, принадлежащий исцеляемому человеку.** Это поможет вам сосредоточиться. Общеизвестно, что дистанционное исцеление требует большей концентрации. Здесь не удастся просто касаться человека руками и сосредоточиться на своем дыхании; вам придется поддерживать в себе намерение

направлять энергию на нужный вам объект. По этим причинам многие люди предпочитают держать в руках предмет — например, игрушечного медведя, подушку или одеяло, чтобы они служили им физической точкой концентрации. Использовать такой предмет не обязательно, но возможно, если вы того пожелаете.

- ▶ **Направьте ваше внимание на то место, которому необходима энергия, и вообразите, что оно находится между ваших ладоней.** Используя свое воображение, вы можете работать непосредственно над органами или тканью. Главное, чтобы вы не просто направляли внимание в то место, куда хотите направить энергию, но чтобы вы удерживали внимание на этом месте все время, пока будете направлять в него энергию.
- ▶ **Направляя энергию, используйте свое дыхание.** Как в любой технике Квантового Прикосновения, продолжайте дышать и мощным потоком направляйте энергию из ваших рук.
- ▶ **Сочетайте разные техники.** Дистанционное исцеление предоставляет широкое поле для эксперимента и сочетания разных техник во время сеанса.
- ▶ **Не спешите.** Сеансы дистанционного исцеления могут длиться 30, 35 или 60 минут. Они требуют от практикующего специалиста большой ответственности.
- ▶ **Не привязывайтесь к результату.** Как и в других техниках Квантового Прикосновения, здесь необходимо помнить, что вы просто поддерживаете резонанс, а исцеляют себя сами пациенты.

Как чудесно осознавать, что наша любовь действительно может воздействовать и быть ощутимой людьми, которым мы ее направляем. Теперь, прежде чем сказать в чей-то адрес: «Передайте ей мою любовь», я вдруг думаю: «Э нет! Лучше я сам передам!»

Техника Усиленного Резонанса

Техника Усиленного Резонанса — это практическая техника, в которой также используются приемы дистанционного исцеления. Поэтому я помещаю ее в данную главу. Это очень мощная техника, и она стала одним из моих

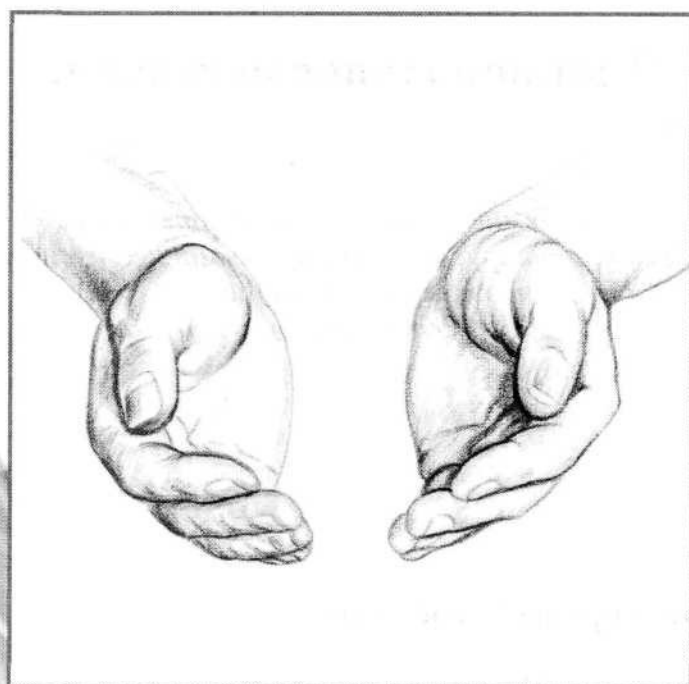
любимых приемов передачи энергии. Техника усиленного резонанса требует основательных навыков и концентрации, поскольку вам приходится делать две вещи одновременно:

1. Класть ладони на тело пациента (как мы обычно делаем) и качать энергию.
2. Направляя энергию из ваших ладоней, вы вместе с тем подключаете ум, чтобы «проникнуть» в исцеляемую ткань. С каждым вздохом вы должны удерживать концентрацию ума в пределах обрабатываемой вами ткани, одновременно качая энергию из ваших рук.

Предлагая использовать ум, чтобы проникнуть в ткань, я имею в виду, что вам нужно сосредоточить центр своего внимания на обрабатываемом участке тела. Вам не нужно специально заниматься визуализацией, чтобы понять, что происходит в ткани: нужно только использовать намерение,



но можете
ию, напол
энергии,
окажется
внимание
престанно



Часть IV

ВАЖНЫЕ ДОПОЛНЕНИЯ

Эмоциональное исцеление

*Под темными водами нежелательных
и неконтролируемых эмоций лежит несметное,
но скрытое сокровище —
наша истинная сущность.*

Эмоции и процесс исцеления

Нас было пятеро. Мы вместе проводили сеанс для Эллен. Страдавшая от хронических болей, она была одной из наиболее тяжелых пациенток доктора Нормана Шили. Никакие средства традиционной и нетрадиционной терапии не действовали на нее. Приблизительно через 20 минут после начала сеанса ей стало очень плохо. Когда мы спросили ее, что с ней происходит, она сказала:

— У меня возникают нежелательные эмоции. Они очень мрачные, и, ощущая их, я боюсь, что уже никогда не поправлюсь.

Это было в августе 1998 года. Я демонстрировал доктору Шили и персоналу его клиники эффективность Квантового Прикосновения при исцелении пациентов, страдающих от хронической боли. В сеансе кроме меня принимали участие сам доктор Шили и трое его сотрудников. В последующие минуты страдания пациентки все усиливались. Доктор Шили поддерживал разговор с пациенткой, а все остальные держали нужный ритм дыхания.

Очень мягко, с огромной заботой доктор Шили уговаривал Эллен до конца прочувствовать возникающие у нее эмоции.

— Нет, нет, нет, — протестовала она, — если я позволю себе эти эмоции, то не смогу избавиться от них до конца моих дней.

После нескольких минут сострадательных и мягких убеждений доктор Шили все же помог пациентке обрести достаточную уверенность, чтобы она могла отпустить от себя мрачные эмоции. При этом она очень громко кричала, и этот крик продолжался почти пять минут. И вскоре после этого она стала чувствовать себя превосходно. Прошло еще 15 минут сеанса, и на пациентку вновь нашла волна печали. Она опять начала возражать, что если позволит себе все эти эмоции, то утонет в них навсегда. Доктор Шили еще раз успокоил ее, сказав, что это вовсе не так и что с ней все будет хорошо. Но волна охватившего ее горя была сильнее прежней. После нескольких минут безутешных слез радость снова вернулась туда, где прежде царил боль.

По словам пациентки, к концу сеанса ее боль уменьшилась более чем на 70 %. А ведь эта боль не покидала женщину целых 10 лет, ей не помогали никакие традиционные или альтернативные методы терапии. Когда мы спросили, что за эмоции обуревали ее, она призналась, что сокрушалась, поскольку знала, что в этой жизни ей не суждено иметь ребенка. Так или иначе, когда она позволила себе сполна пережить всю силу своих эмоций, вместе с ними улетучилась и большая часть ее боли. Эллен даже сказала, что теперь она с восторгом смотрит в будущее и, даже не имея ребенка, может воспринимать себя как творческую и состоявшуюся личность.

В этом всплеске эмоций во время сеанса Квантового Прикосновения нет ничего необычного.

Лично меня восхищает здесь то, что очищение нам приносят все те же эмоции, которые мы, вероятно, чаще всего подавляли в себе, противились им или старались прогнать их от себя. Как часто, позволив этим эмоциям проявиться в полной мере, мы обретаем единственный путь к избавлению от недугов или к трансформации нашего физического состояния!

Я убежден, что наибольшим препятствием для человека является его нежелание испытать всю остроту своих эмоций.

Большинству людей особенно трудно и страшно выражать свой гнев. Нам часто бывает нелегко проявить такие разные эмоции, как боль, унижение, стыд, ужас, ярость и ненависть. Увы, но позитивные эмоции мы тоже подавляем. Многие люди живут жизнью, наполненной болью, стыдом, гневом и ужасом. Они избегают чувствовать нечто такое, от чего у них и впрямь захватило бы дух: к примеру, ощутить всю прелесть и глубину собственного великолепия.

Если на тень пролить свет, она исчезнет.

Попытка разобраться в основных принципах эмоциональной причинности отнюдь не является целью данной книги. Здесь вы найдете лишь несколько практических советов, которые сможете использовать в своей практике Квантового Прикосновения.

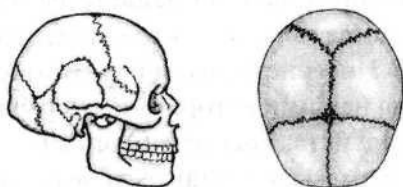
Что делать с эмоциями, которые возникают во время сеанса

- ▶ **Верьте в процесс.** Понятно, что больно видеть человека, который переживает сильные эмоции. Мое самое главное, годами проверенное средство — это вера в процесс. Я просто качаю энергию, пока ситуация не решится сама собой. Худшее, что вы можете сделать, — это испугаться и прекратить сеанс. Лучше всего, если вы ласково убедите вашего пациента в том, что это нормальные чувства, и при этом будете продолжать дышать и качать энергию.
- ▶ **Заземление.** Поддерживайте в своем теле ощущения, описанные мною в главе 3. Это поможет вам оставаться «заземленными» и готовыми помочь пациенту (описание заземления приведено в главе 4).
- ▶ **Продолжайте дышать.** И убедите вашего пациента дышать вместе с вами. Это может ускорить процесс и защитит тех из вас, кто склонен принимать на себя симптомы и эмоции другого человека.
- ▶ **Направляйте энергию в ту часть тела, где особенно сильно ощущаются эмоции.** Эта чудесная техника поможет вашему пациенту обрести эмоциональное равновесие и справиться с возникающими чувствами. Образуйте «сэндвич», окружив эту область ладонями спереди и сзади, словно баюкая пациента в своих руках. Если пациент сидит, попросите его нагнуться вперед, чтобы при этом вы удерживали его вес. (Я знаю многих физиотерапевтов, которые используют этот прием, чтобы помочь пациенту сосредоточиться и более ответственно относиться к своим эмоциям.)
- ▶ **Направляйте энергию в черепные швы и мозг.** Швы расположены там, где кости черепа соединяются друг с другом. Вследствие эмоционального дисбаланса кости на стыках швов могут смещаться. Потратьте 5-15 минут, чтобы направить энергию в эти швы. Так вы поможет пациенту обрести эмоциональное равновесие. Боб Расмуссон любил рассказывать историю о женщине, которая не могла сдержать свою скорбь по умершему ребенку. После того как в ее швы направили энергию, всплески эмоций прекратились. Нет, она не перестала скорбеть, но при этом смогла ощутить благодарность за то, что знала свое дитя.
- ▶ **Направляйте энергию в чакры.** Это прекрасный способ, который позволяет уравновесить эмоции, а также помогает освободиться от них.

Можно наполнять энергией каждую чакру в отдельности, уделяя особое внимание тем из них, которые ближе всего расположены к частям тела, где эмоции проявляются особенно сильно. Будет очень полезно окружить чакру ладонями спереди и сзади, словно сэндвич. В большинстве случаев людям бывает неудобно и они стесняются, когда прикасаются к их первой и второй чакрам. Чтобы не трогать промежность, которая расположена между задним проходом и гениталиями, можно касаться точки, что находится приблизительно на 2,5 см ниже пупка. Эта точка служит проекцией первой чакры. Другая рука может касаться копчика. Таким образом, обе руки обеспечат хороший контакт с первой чакрой. Контакт со второй чакрой можно установить, если расположить кончики пальцев на самой верхушке лобковой кости. Если и это не нравится пациенту, можно направлять энергию во внутреннюю и внешнюю сторону пяток. Слегка надавив на пятки с обеих сторон, вы, скорее всего, сможете обнаружить чувствительные точки. Через них можно прекрасно направлять энергию.

- ▶ **Направляйте энергию в затылочный выступ.** Это помогает разрушить прежний образ мышления и сломать структуру привычных эмоций, а иногда даже помогает избавить человека от вредных привычек.
- ▶ **Используйте дистанционное исцеление.** Это помогает при работе с людьми, страдающими психическими расстройствами, когда прикосновение не дает терапевтического эффекта, противопоказано или физически невозможно.

Необходимо помнить, что цель работы с эмоциями состоит не в том, чтобы исцелять такие эмоции, а в том, чтобы помочь этим людям энергетически избавиться от чего-то ненужного либо позволить им естественным путем прийти к эмоциональному равновесию. Как массы воды стремятся сохранить свой уровень, так и эмоциональное тело стремится обрести баланс. Не ваше дело — исправлять кого-то, ведь имея человек возможность, он естественным образом сумеет себя исцелить.



Давайте развлечемся

*Жизнь — это дар, и ваша тоже,
только научитесь его принимать.*

Лазарис

Помню, еще в школе я мечтал о том, чтобы изобрести или открыть что-нибудь по-настоящему замечательное. Но вторая мысль приводила меня в смущение: так много замечательных вещей уже открыто и кто я такой, чтобы предлагать что-то новое?

Один из аспектов Квантового Прикосновения, который меня очень радует, заключается в том, что любой, кто захочет поэкспериментировать и поиграть с энергией жизненной силы, может открыть и изобрести новые сферы применения или техники. Такое экспериментирование будет не более чем веселым развлечением, однако при этом мы можем обнаружить и усвоить много полезного.

Я поделил эту главу на три раздела: «Игры с неживыми предметами», «Игры с водой и пищей» и «Игры с людьми». Мне нравится думать о творчестве как об открытии, о развлечении, но к этому развлечению я отношусь вполне серьезно. Открытия, сделанные волей счастливого случая, часто приводят к большим достижениям. Поэтому, проще говоря, я приглашаю вас поиграть в те игры, которые вы здесь найдете. Развлекайтесь и делайте собственные открытия, а когда узнаете что-то новое, напишите нам и расскажите о том, что узнали. В Интернете мы публикуем бесплатную ежемесячную рассылку, где делимся нашими историями, открытиями, идеями и, конечно же, новостями. Пожалуйста, посетите наш сайт www.quantumtouch.com и подпишитесь на нашу рассылку. Итак, если вы готовы, начинаем игру.

Игры с неживыми предметами

Ремень и перчатки

Возьмите обычный кожаный пояс, обвяжите им голову вашего партнера в районе висков вроде повязки. Слегка придерживайте пояс непосредственно на висках большим, указательным и безымянным пальцами обеих рук (позиция «Трипод»). В течение двух минут направляйте энергию в пояс. Прodelав это, снимите пояс с головы партнера и направьте энергию непосредственно ему в виски. Я проделывал этот маленький опыт несколько раз и обнаружил, что люди, способные ощущать энергию, когда к ним прикасаются, не могут чувствовать ее, когда она поступает через ремень.

Загадочное и весьма любопытное свойство кожи заключается в том, что она, как видно, поглощает энергию жизненной силы, но не отпускает ее. Сколько бы энергии вы ни качали в обычный кожаный пояс, мой опыт подсказывает, что вам не удастся «наполнить его до конца». Сколько ни качайте энергию в кожу, она не течет через край и не излучается с обратной стороны.

Столь краткая и на первый взгляд незначительная информация может оказаться весьма ценной при проведении исследований. Просто предложив нетренированным людям надеть кожаные перчатки, можно надежно заблокировать действие целительных свойств окружающей жизненной



силы. Преимущество такого «сеанса в перчатках» заключается в проверке на эффект плацебо.

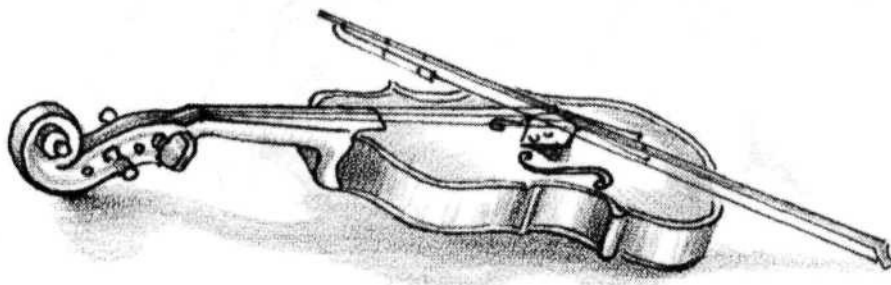
Мы исследовали перчатки точно так же, как кожаные пояса, и обнаружили, что лишь часть энергии способна проникнуть сквозь них. Не могу сказать точно, но согласно общему мнению, через перчатки проникает не более 1/3 энергии. Кстати, замечу, что плотный нейлон и полиэстер блокируют энергию, подобно коже. Не уверен, значит ли это, что те, кто носят изделия из плотного нейлона, полиэстера или кожи, должны опасаться за свое здоровье, но думаю, что нет.

Так как кожа когда-то была «живой», возможно, она поглощает энергию вследствие ее весьма неэффективного стремления к исцелению. Возможно, это звучит несколько неправдоподобно, и все же, прочитав о моем опыте с гитарой, вы, быть может, измените свое мнение.

Фокус с вашей старинной гитарой или скрипкой Страдивари

У меня есть старая, 35-летней давности гитара. Ее нейлоновые струны имеют очень чистый и ясный звук. Однажды мне в голову пришла мудрая мысль направить энергию в деревянное тело моей гитары. Как вы, наверное, уже поняли, я люблю придумывать что-нибудь новое. Возможно, это покажется вам сумасшествием, но меня обвиняли и в более тяжких грехах.

Я качал энергию 6 или 8 минут, но так и не почувствовал энергетической связи. Точнее сказать, мне казалось, что дерево не реагирует на энергию. Именно это я имел в виду, когда говорил о «заблокированном состоянии». Потом наконец я начал чувствовать постепенно растущее поле между моими руками и деревом. Где-то на 50-й минуте я стал направлять энергию в гитару как с передней, так и с тыльной стороны. Мне не терпелось сыграть на ней и проверить, сильно ли улучшился ее звук. Я перевернул гитару и сыграл аккорд. Вместо того чтобы издать чистый и ясный звук, моя гитара тяжело и глухо брякнула, как будто ее наполнили водой. Что



бы я ни пытался исполнить, гитара звучала как 20-долларовая подделка, струнам которой лет 10.

Вначале я испытал волнение и с радостью подумал, что смогу вызвать у дерева мощный эффект резонанса. Теперь я поверить не мог, что все это было на самом деле. Я почистил гитару, пошел и купил новые струны, надеясь, что все это только игра моего воображения. Через три дня, после того как гитара привыкла к новым струнам, я тщательно настроил ее специальным электроприбором и решил, что теперь она будет звучать хорошо. Ведь я сделал для нее все, что мог. Новые струны звучали процентов на пять лучше старых. На этот раз я испытал настоящее горе: «Помилуй бог, ведь я убил свою гитару!»

Узнав, сколько стоит новая гитара, я понял, что такой вариант мне не подходит. Пойдя на крайнюю меру, я применил трюк старых гитарных мастеров. Прислонив гитару к динамику музыкального центра, я включал музыку всякий раз, когда уходил из дома. После нескольких месяцев реверберации внутри ее деревянного корпуса гитара снова стала звучать вполне прилично. Пожалуй, сейчас она звучит чуточку лучше, чем прежде, но это только мое предположение.

Как часто бывает с открытиями, в этом случае я получил больше вопросов, чем ответов. Моя лучшая теория объяснения происшедшего такова: энергия каким-то образом изменила взаимное расположение молекул воды, а значит, и резонанс древесины. Из-за этого гитара сипела раскисшим от воды голосом. Возможно, как и в случае с кожаными перчатками, энергия пыталась снова вдохнуть жизнь в сухую древесину.

И еще один, последний комментарий. Заметьте, что заглавие этого раздела звучит так: «Фокус с вашей старинной гитарой или скрипкой Страдивари». Слово «вашей» я поставил здесь преднамеренно. Со своей гитарой я такого больше делать не стану.

Игры с водой и пищей

Заряжаем воду

Если вы хотите направить энергию жизненной силы в каждую из сотен триллионов ваших клеток, то для этого вам всего-навсего нужно зарядить энергией воду и выпить ее. Зарядить воду или иную жидкость довольно легко. Просто возьмите стакан или бутылку двумя руками (ладонями или кончиками пальцев), но чтобы одна рука не касалась при этом другой. Затем

пару минут или дольше качайте энергию в воду. Такое положение рук направляет энергию в жидкость, которая находится между ними.

Двое знакомых физиков как-то объяснили мне, что вода способна изменять свои водородные связи и может поддерживать бесчисленное множество различных структур. Думаю, что Квантовое Прикосновение воздействует на воду на субатомном уровне, поэтому оно работает.

Вода меняет свой вкус, когда вы качаете в нее энергию, и степень изменения вкуса часто зависит от источника воды и силы заряда. В течение нескольких лет я тайком, чтобы никто этого не видел, заряжал один из двух стаканов с водой и предлагал их людям, прося попробовать воду из каждого стакана, а затем рассказать мне, что они при этом заметили. Без всякой предварительной подготовки люди, все, как один, характеризовали заряженную воду одними и теми же словами. В подавляющем большинстве случаев они называли такую воду «более бархатистой», «более гладкой», «более мягкой», «более вкусной», «с меньшим металлическим вкусом», «с меньшим привкусом хлора». А порой люди называли эту воду «более плотной» и даже «густой».

Несколько лет назад я документировал сеансы Квантового Прикосновения, которые проводились для мужской и женской баскетбольных команд Калифорнийского университета в Санта-Круз. В ходе сеансов, длившихся в среднем по десять минут, нам удавалось уменьшить боль на 50 %. Как-то вечером две спортсменки громко выразили свое недовольство ужасным качеством водопроводной воды. Отпивая воду из пластиковых бутылок, которые они наполнили из питьевого фонтанчика, девушки корчили жуткие гримасы и высказывали нелестные комментарии. Обратившись к одной из спортсменок, я предложил свою помощь. Держа бутылку в обеих руках, на протяжении двух или трех минут я направлял в нее энергию. Когда я закончил, девушка взяла из моих рук бутылку и отпила из нее.

— Плохая вода, — сказала она.

Потом она взяла бутылку у своей подруги, сделала глоток, скривилась и высказала еще менее лестное замечание, которое я не решаюсь здесь привести. Ее подруга отпила из обеих бутылок, и ее реакция была точно такой же.

Девушки решили самостоятельно провести небольшой эксперимент. Они позвали еще двух спортсменок, которых до этого не было на спортивной площадке, сказав им:

— Попробуйте воду из этих двух бутылок и выскажите свое мнение.

Обе девушки попробовали воду из этих бутылок и отреагировали точно так же, как те, которые присутствовали, когда я заряжал воду. Каждая из девушек сказала, что заряженная вода была не слишком вкусной, но стоило им отведать незаряженной воды, как тут же они начинали корчить жуткие мины, сопровождая их нелестными комментариями.



Зарядите воду вместе с тем, кого вы любите

Вот еще один, несколько измененный способ зарядки воды. Возьмите стакан с водой и зарядите его совместно с вашим другом. Используйте технику взаимного наложения рук, о которой я рассказывал раньше. Когда вы заряжаете воду совместно с партнером, возникает удивительный синергетический эффект, результат которого превосходит сумму его компонентов. Когда вы зарядите воду, попробуйте ее вместе. Это действие может стать вашим маленьким ритуалом, благословением или молитвой.

Как зарядить вино

Заряжать вино весьма интересно. Я выяснил, что мне легче демонстрировать процесс зарядки белого вина, чем красного. Задолго до этого мне приходилось слышать, что, заряжаясь, белое вино в значительной степени теряет свое послевкусие, а большинству людей, с которыми я говорил, очень нравится это отличие. Однажды, из любопытства, я пришел на винный завод и попросил там женщину, которая разливала вино, объяснить мне, что особого люди находят в вине, когда его пробуют. Она выставила передо мной

различные образцы вин и предложила мне оценить их букет, сложность вкуса, послевкусие и т. д. Я попросил ее попробовать заряженное мною вино и высказать свое мнение. Сначала она отказалась, поскольку была уверена, что вкус вина не изменится. В итоге я упрямился и удовлетворить мой каприз, дабы избавить меня от иллюзий по поводу моей способности изменить вкус вина.

Женщина дважды тщательно пробовала каждый образец, сравнивая заряженное вино с незаряженным. Второй раз она пробовала вино специально, чтобы удостовериться в своих ощущениях. Потом она обратилась ко мне с вопросом:

— Вы понимаете, что натворили? Понимаете или нет?

— Нет, пожалуйста, поясните, — попросил ее я.

— Вы же разрушили сложный вкус этого вина и почти полностью уничтожили послевкусие.

— А это хорошо? — робко поинтересовался я.

— НЕТ! Это очень и очень плохо!

Чтобы убедиться в искренности ее слов, я решил ее немного помучить. Для большего эффекта воздев руки к небу, я произнес:

— Если хотите, я мог бы сейчас же зарядить все эти бутылки с вином.

Женщина тут же стала кричать и размахивать руками, выражая свой непреклонный протест:

— Нет, не делайте этого!

Грейпфрутовый сок

Качать энергию в грейпфрутовый сок весьма интересно, поскольку при этом его резковатый привкус слегка притупляется. Большинство людей любят этот жгучий привкус и не любят пить сок с изменившимся вкусом. И все же забавно ощущать эту разницу.

Газированные напитки

Некоторые дети показывали мне, как, направляя энергию, они могут уменьшать содержание газа в напитках, причем те становятся менее сладкими. Мы обнаружили, что то же самое способны делать и некоторые взрослые.

Направляйте энергию в пищу, напитки и витамины

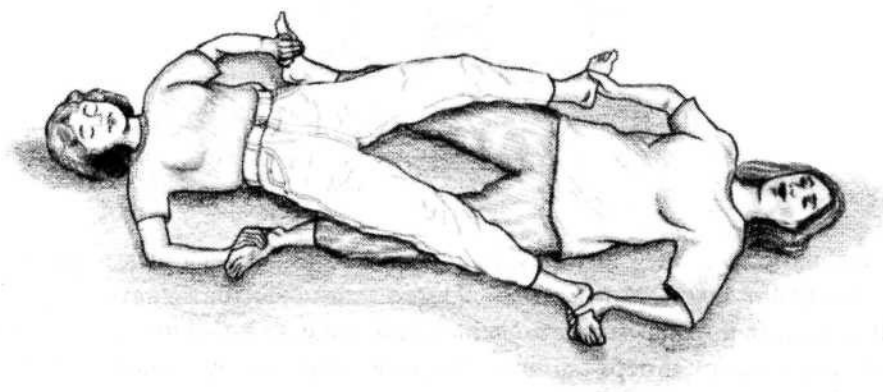
Продолжайте экспериментировать и заряжайте вашу пищу, напитки и пищевые добавки. Просто поднесите ладони к продуктам и направляйте энергию. Поле изменит качество продуктов. Продолжайте в том же духе и точно так же заряжайте витамины. Если перед едой вы благословляете пищу, то пусть это станет частью вашего ритуала.

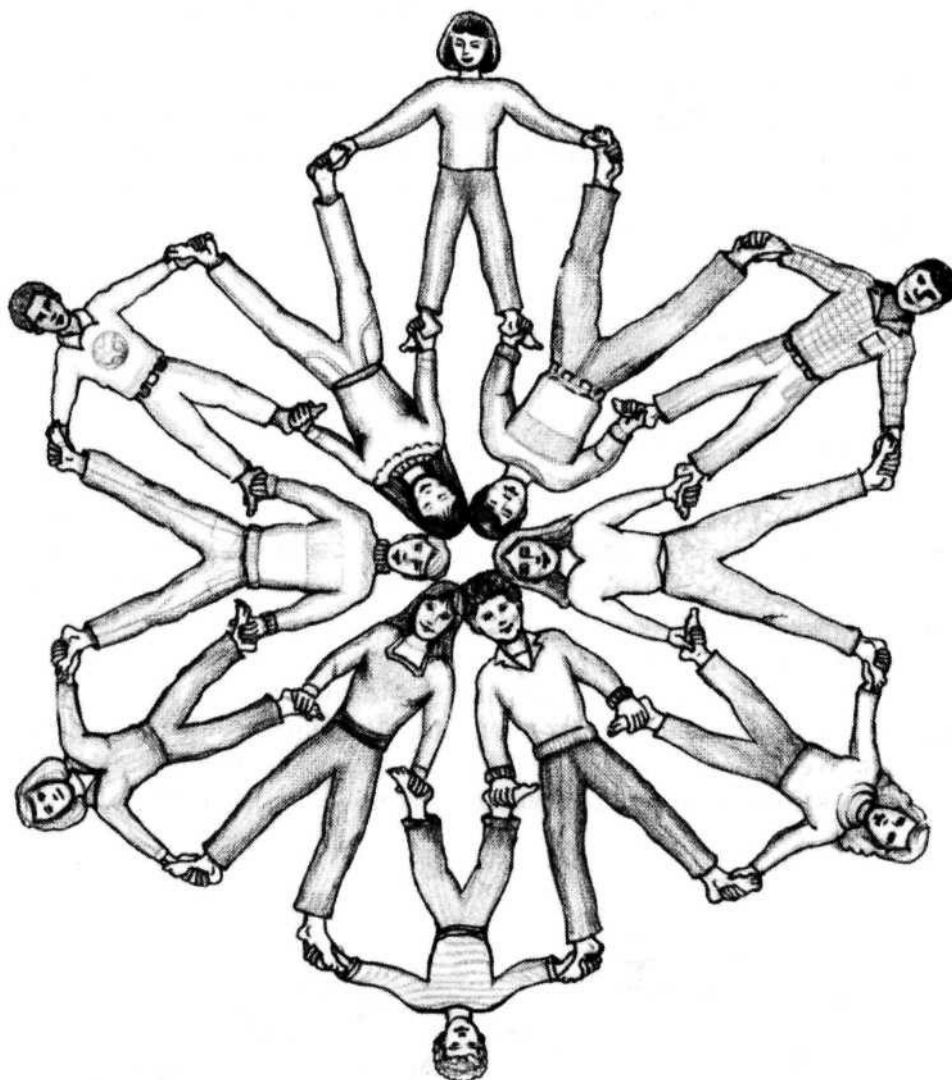
Игры с людьми

Как заряжать чакры в паре

Это прекрасная техника для исцеления и обретения равновесия, где оба человека одновременно принимают и отдают энергию. Взаимная зарядка чакр — это замечательный способ поделиться любовью с другим человеком, расслабиться, испытать исцеление или погрузиться в удивительное измененное состояние сознания.

При наличии небольшой практики эта техника может стать для супружеских пар излюбленным средством испытания новых возможностей. Для успешного ее выполнения оба человека должны уметь направлять энергию и работать с чакрами, как описано в главах 5-6. Чем мощнее будет поток





энергии, направляемый каждым из вас, и чем дольше вы будете работать (пока это будет вам удобно), тем большего успеха вы достигнете.

В позиции, которая представлена на рисунке, каждый человек вращает свою первую чакру и перекачивает энергию из своих рук в ноги партнера. Когда оба они ощутят в себе накопившийся сильный заряд, им можно будет перейти ко второй чакре. Продолжайте точно так же работать со всеми 7 чакрами, а затем поработайте с 8-й по 12-ю чакрами.

Если вам неудобно, можете время от времени двигаться. Долгое пребывание в неудобной позе может вызвать боли в спине. Поскольку лежать в таком положении несколько сложно, здесь не существует определенного положения для ног и рук.

Помните о дыхании!

Пристегните ремни безопасности и приготовьтесь к старту. Я предлагаю групповую целительную технику, которую называю «Солнечный круг». Те, кому приходилось ее испытать, получили удивительные и сильные впечатления. Многие утверждали, что этот опыт перенес их в состояние невероятно спокойного сознания, духовных или внетелесных переживаний. Некоторые признавались, что в первые пять или десять минут происходившие в их телах изменения вызвали у них ощущение сильного дискомфорта, но потом они начинали чувствовать себя замечательно.

Для выполнения этой техники требуется четное число людей, которые располагаются, как показано на рисунке на предыдущей странице. Каждый человек направляет энергию через собственные руки в ноги своих партнеров. При этом можно применить групповой Тонинг, Энергетический Вихрь, Вращение Чакр, техники Усиленного Резонанса и, конечно же, Огненное Дыхание. Чем большим опытом и зарядом энергии будет обладать каждый член вашей группы, тем более поразительным будет достигнутый результат. Это синергия многих различных вибраций, сливающихся в один невероятный и радостный опыт. Кроме этого, «Солнечный круг» — это еще и очень забавное развлечение.

Взаимные объятия

Столь простая вещь, как взаимные объятия (стоя или лежа), может обрести новый смысл и качество ощущений, если при этом оба партнера будут направлять энергию друг в друга через все свое тело, а также из рук. Чем дольше будут длиться объятия, тем большим количеством энергии вы сможете обменяться.

Помните о дыхании!

Секс — как хорошее сделать еще лучше

Выполняя эти техники с любимым человеком, вы можете привнести в вашу практику совершенно новое измерение наслаждения. Это великолепный способ установить взаимный контакт, снять ощущение стресса и

настроиться друг на друга, чтобы уровни ваших вибраций стали более совместимыми. Когда оба партнера умеют направлять энергию по собственному телу и друг другу, Квантовое Прикосновение сможет продлить чувственное наслаждение и усилить интимные оргазмические ощущения, делая секс более динамичным и волнующим. Качать энергию также весьма полезно во время прелюдии. Главное здесь — совместная практика. Она приносит вам естественное исцеление и возможность обмениваться энергией.

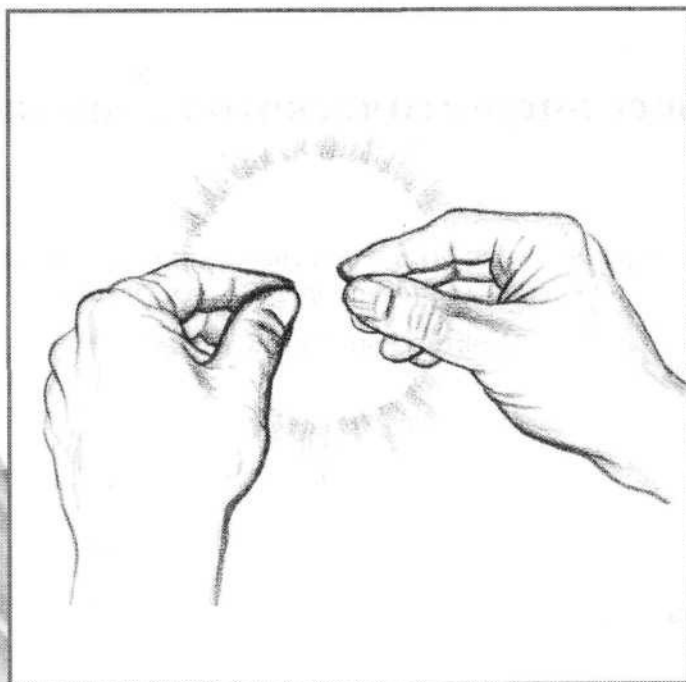
Групповые объятия

Даже обычные крепкие «групповые объятия» могут стать чем-то очень особенным, если люди используют Квантовое Прикосновение, направляя энергию своих рук. Не забывайте постоянно дышать. Эта техника действует еще лучше, если вы снимете обувь и мягко поставите ступни на ноги рядом стоящего человека, чтобы каждый из вас ощущал взаимный контакт. Попробуйте опустить руки на позвоночник у основания шеи или на среднюю часть поясницы.

Работайте с тем, что вы знаете

Любую целительную технику сочетайте с Квантовым Прикосновением. Иглотерапевты говорили мне, что таким образом им удавалось невероятно усилить свою практику, направляя энергию пациентам после того, как им ставили иглы. Те же впечатления испытывали и рефлексотерапевты, когда сочетали Квантовое Прикосновение с воздействием на соответствующие точки. Используйте то, что вы знаете.

Цель этой главы — дать волю фантазии, чтобы вы могли увлеченно экспериментировать с энергией. Одна моя знакомая сказала мне, что ее сослуживцы завидуют ей, потому что, когда их шеф каждый месяц преподносит сотрудницам розы, ее цветок живет дольше других. Ее секрет заключается в том, что она направляет энергию в цветок и в воду. Так давайте экспериментировать. Веселитесь и проявляйте изобретательность. А потом расскажите мне о ваших открытиях.



ЧАСТЬ V

ПРЕДВИДЕНИЕ

Будущее энергетического целительства

*Энергия — это реальная субстанция, скрытая под
внешним видом и формами материи.*

Доктор Рэндольф Стоун

Вообразите

Полагаю, мне представился удачный случай поделиться с вами той мечтой, которую я лелею целых двадцать лет. И, кажется, настал поворотный момент, когда эта мечта укоренится и начнет осуществляться. Где-то в глубине души, в самом сердце, словно сокровенную молитву, я издавна храню предвидение. Мне видится будущее, в котором существование жизненной силы стало общепризнанным реальным фактом — таким же реальным, каким мы считаем магнетизм и гравитацию. Несмотря на то что сейчас в научных кругах стремительно развивается осознание силы, именуемой Ки, Ци или праной, существование жизненной силы считается едва ли не мифом или элементом фольклора.

Так разделите со мной, если хотите, мое восхищение этим чудом. И давайте вместе поразмышляем над тем, каким бы мог стать этот мир, если бы все мы сошлись на том, что жизненная сила — это реальность. Новый прибор для измерения воздействия жизненной силы был бы таким же необходимым атрибутом человека, как очки. Каждую грань нашей жизни мы могли бы рассматривать в плане того, увеличивает ли она жизненную силу или уменьшает ее. И это определяло бы целый ряд наших решений. Приведу лишь несколько примеров.

- ▶ Когда люди признают реальность жизненной силы, я предвижу, что появится новая отрасль в нашей науке, которую назовут «Наукой о Жизненной Силе», которую будут прилежно изучать в каждом престижном колледже и университете. Открытия посыплются одно за другим, а существование той самой энергии, которая отличает живое от неживого, станет наконец общепризнанным. Понимание того, что сознание влияет на вещество посредством действия жизненной силы, даст мощный толчок исследованиям в области физики, химии, биологии, медицины и психологии.
- ▶ Когда люди признают реальность жизненной силы, я вижу, что в каждой больнице, в каждом кабинете экстренной помощи и в каждой санитарной машине будут трудиться целители. Группы целителей будут работать с пациентами по нескольку раз в день. Доктор Норман Шили высказывался за то, чтобы для пациентов отделений реанимации проводили круглосуточные сеансы Квантового Прикосновения. Сеансы исцеления до, во время и после хирургических операций стали бы обычным явлением. В сравнении с нынешними стандартами, практика восстановления здоровья пациентов была бы чем-то из разряда научной фантастики. Если бы страховые компании подсчитали, сколько средств они могли бы сэкономить благодаря сеансам Квантового Прикосновения, я уверен, что еще в этой жизни мы бы увидели, как это дело претворяется в жизнь.
- ▶ Я предвижу тот день, когда каждый ребенок будет с детского сада учиться целительству. Когда ребенок вдруг упадет или поранит себя, другие дети естественно подбегут к нему и проведут сеансы исцеления. Встретив гиперактивного ребенка, который создает проблемы в классе, учитель не станет наказывать его, а вместо этого спросит у других детей, кто пожелает дать свою любовь этому ребенку. Ко времени окончания школы каждый ребенок станет замечательным целителем.
- ▶ Когда существование жизненной силы признают, я предвижу тот день, когда все естественно и непринужденно будут проводить взаимные сеансы исцеления, когда это будет необходимо и где бы они ни находились — в очереди у кинотеатра, в книжном магазине, на вечеринке, на вокзале — повсюду, где могут быть люди.
- ▶ Когда существование жизненной силы признают, я надеюсь, что на все спортивные состязания вместе с командами будут ездить опытные

практикующие специалисты. Несомненно, что труд этих людей ускорит исцеление от травм.

- ▶ Я предвижу, что исцеление посредством жизненной силы получит широкое распространение как в развитых государствах, так и в странах третьего мира.
- ▶ Наконец, я представляю, что в будущем дело целительства достигнет таких успехов, какие мне трудно вообразить сегодня.

В те времена ученые, видимо, станут чем-то вроде современных священников, которые расскажут миру, что так, а что не так. Скептически настроенные ученые поспешно могут сказать, что эта «так называемая энергия», о которой мы изволим говорить, вовсе и не энергия, поскольку в физическом плане она не выполняет никакой «работы». «Работа» — это точный термин, который физики используют для описания воздействия энергии на материю. Многочисленные исследования, проведенные в 1960-х годах доктором Бернардом Градом в университете Макгилла в Монреале, показали, что среди прочих воздействий целителям удавалось незначительно, но вполне измеримо ослаблять силу поверхностного натяжения воды. Изменение водородных связей молекул воды и воздействие на силу поверхностного натяжения наглядно демонстрирует «работу» в физическом плане.

Не так давно доктор философии Глен Рейн и директор Исследовательской лаборатории квантовой биологии в Нортпорте (штат Нью-Йорк) провели подобные эксперименты, которые показали способность целителей по своему желанию заставлять образцы спиралей ДНК скручиваться то сильнее, то слабее. Полагаю, это лишь вопрос времени, и мы непременно докажем: то, что мы называем «энергией», таковой и является. Даже с точки зрения физики.

Полагаю, также необходимо доказать, что жизненная сила — это не психологический феномен. Чтобы проверить это, мы обратимся в университеты и скажем им, что у нас есть «плацебо-терапия», которая дает невероятно хорошие результаты, и мы хотели бы понять ее «психологический механизм». Мы можем провести простой опыт, где мы будем работать с людьми, которым только что удалили зуб мудрости. С одной группой мы проведем настоящий сеанс, прикасаясь руками к участку лица чуть ниже челюсти. В другой группе мы проведем такой же сеанс, где в роли специалиста выступит необученный человек. И в третьей группе сеанс не будет проводиться вовсе.

Существуют новые виды медицинских препаратов. Они способны блокировать часть мозга, которая обеспечивает действие внушения, плацебо

или привыкания. Некоторые из участников эксперимента получают эти препараты. Я полагаю, результат эксперимента покажет, что исцеление не является следствием действия психологических механизмов. Когда же потребуется выяснить, какой механизм обеспечил эти результаты, мы можем повторить опыты Бернарда Града или Глена Рейна и доказать, что здесь задействована «физическая» сила.

Если окажется, что феномен возник не вследствие физиологического механизма, а вызван силой энергии, у нас появится аргумент для учреждения новой отрасли в нашей науке. Мне бы хотелось назвать ее «Наука о Жизненной Силе», поскольку название универсально и может объять мириады модальностей естественного исцеления.

В то время как практикующим энергетическим целителям эти понятия кажутся вполне очевидными и не требующими доказательств, в силу политических, религиозных, социальных и экономических причин они остаются загадкой для нашей культуры. Воображаю, насколько чудесно будет жить в таком мире, где жизненная сила не только получит признание, но будет воспринята и любима.

Когда жизненную силу признают реальной, мы сможем по-новому смотреть на мир: все, что мы сеем и что едим, мы будем оценивать по его воздействию на нашу жизненную силу.

О системе образования мы будем судить по тому, насколько творчески и с какой любовью она развивает жизненную силу ребенка.

Медицинские методы будут оцениваться по их способности увеличивать жизненную силу пациента.

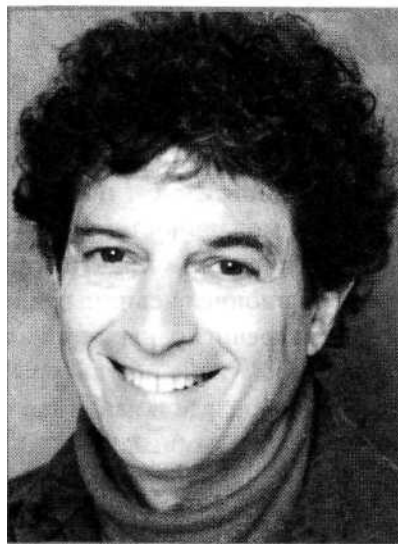
Ценность физических упражнений, йоги, пранаямы, тайцзи и других техник развития тела станет общепризнанной. Мы увидим, как смех, искреннее выражение эмоций и воздействие любви, заботы, нежности и прикосновения умножают жизненную силу. Признав, что жизненная сила реально существует, мы станем жить в мире, способном трансформировать свои ценности. Такой мир сможет нас исцелить и стать местом, более пригодным для реализации возможностей всех людей.

Я предвижу день, когда целительство станет общепринятым навыком, а сила страданий и боли будет сведена до минимума в сравнении с тем, что мы наблюдаем сегодня. Я видел семьи, которые становились сплоченней благодаря сеансам взаимного исцеления.

Я предвижу день, когда человечество станет более сплоченной семьей благодаря природной и универсальной силе любви друг к другу и посредством этой целительной энергии.

Об авторе

Ричард Гордон — один из признанных пионеров в области энергетического исцеления. Его труд «Ваши целительные руки. Опыт полярности» (YourHealingHands—ThePolarityExperience) — бестселлер, который переведен на 9 языков и является классическим руководством по работе с энергией. В настоящее время Ричард Гордон, основатель практики Квантового Прикосновения, выступает как всемирно известный оратор на конференциях, в медицинских центрах, хиропрактических колледжах и холистических институтах здоровья. Р. Гордон преподавал в Хартвудском институте и в Холистическом институте здоровья.



За информацией о технике Квантового Прикосновения, о планируемых семинарах, встречах, сертификации практиков и инструкторов, по вопросам приобретения других материалов, рассказывающих о технике Квантового Прикосновения, относительно подписки на бесплатную ежемесячную электронную рассылку, а также по иным вопросам посетите наш сайт в Интернете или обратитесь к нам в офис:

Quantum-Touch
P.O. Box 512
San Luis Obispo, CA 93406

888-424-0042
(001)-805-781-9227

mail@quantumtouch.com
www.quantumtouch.com

**«ЭТА КНИГА — МОЩНЫЙ ПРОРЫВ
В ПРАКТИЧЕСКОМ ЦЕЛИТЕЛЬСТВЕ».**

Журнал «Alternative Medicine Magazine»

**«Сила исцеления» — чрезвычайно эффективный
и доступный метод генерации мощной целебной
энергии... Я настоятельно рекомендую прочитать
эту книгу».**

Уильям С. Эйдельман, доктор медицины

**«Квантовое Прикосновение — это мощная техника
практического исцеления, которую могут
успешно применять как люди неискушенные,
так и профессионалы.
Я настойчиво рекомендую ее».**

Патриция Варкус, доктор медицины

**«Чтобы узнать, насколько эффективен этот метод,
вам нужно увидеть его в действии.
От легкого прикосновения становятся на место
кости, и при этом ускоряется процесс исцеления».**

Дарла Парр, доктор хиропрактики

СОФИА

