



Cuprins

<i>Mulțumiri</i>	9
<i>Cuvânt-înainte</i> de Jordan Rubin	11
<i>Prefață</i> . Descoperirea care a schimbat totul	15
<i>Bazele</i> (Nu treceți mai departe fără a citi!).....	32
Trei „lucruri unice“	32
Partea întâi. Cele șapte secrete ale vieții, sănătății și prosperității	43
Capitolul întâi . Secretul nr. 1 Există o sursă unică a bolilor și a stărilor de rău.....	45
Capitolul doi . Secretul nr. 2 Cauza stresului este o problemă a energiei din organism	72
Capitolul trei . Secretul nr. 3 Problemele sufletești sunt mecanismul de control al vindecării	103
Capitolul patru . <i>Hard drive</i> -ul uman.....	119
Capitolul cinci . Secretul nr. 5 S-ar putea ca programul antivirus să vă îmbolnăvească	128
Capitolul șase . Secretul nr. 6 Cred!	146
Capitolul șapte . Secretul nr. 7 Când sufletul și mintea se ceartă, câștigă.....	158
Capitolul opt . Totul despre rezultate	174
Partea a doua. Soluțiile vindecării oricărei probleme de sănătate, relaționale sau de reușită	195
Capitolul nouă . Ce este Codul vindecării?.....	197

Capitolul zece. „Codul vindecării universale“	
în șase minute.....	220
Capitolul unsprezece. Folosirea Detectorului de probleme sufletești pentru identificarea problemelor	242
Capitolul doisprezece. Impactul imediat: Rezolvarea în 10 secunde a oricărei situații stresante	273
Mai multe despre... Noi și filosofia noastră.....	291
Înregistrați-vă cartea pentru a primi mai multe cadouri ca bonus	293
Mai multe despre The Healing Codes® [Codurile vindecării].....	295

Mulțumiri

Această carte nu ar fi apărut fără ajutorul unui număr de oameni cărora le sunt foarte recunoscător.

Ben Johnson, mulțumiri pentru că ai fost alături de mine ca prieten și frate în această misiune. Lui Tom și Mary Ann Costello, mulțumiri pentru spiritul vostru extraordinar și sprijinul pe care mi l-ați acordat timp de șapte ani. Lui Ken Johnston, îi mulțumesc pentru consecvența și integritatea cu care m-a îndrumat. Lui Lorrie Rivers, care m-a ajutat să inițiez acest proiect și pentru cât am răs împreună. Lui Judith White, pentru iubirea și delicatetea cu care s-a ocupat de detalii în toți acești ani. Lui Diane Eble, pentru ajutorul acordat la finalizarea cărții, dar și pentru multe altele.

Mentorului meu, Larry Napier, îi mulțumesc pentru dragostea lui și pentru că m-a îndrumat pe calea sufletului.

De asemenea, multe mulțumiri soției mele, Hope (Tracey), și fiilor mei, pentru că au suportat momentele ciudate în care îmi notam diverse lucruri. Celui de Sus, mulțumiri pentru că mi-a dat ceva despre care să scriu — sunt al Tău pentru totdeauna!

Tot ceea ce este bun și adevărat în această carte este un dar de la Dumnezeu. Onorurile și creditul pentru această carte I se cuvin, iar eu v-o ofer cu mare bucurie. Tot ceea ce nu este bun sau adevărat în această carte îmi aparține, iar pentru asta vă cer, cu anticipație, îngăduință și iertare. Întocmai precum compania The Healing Codes®, această carte este o chemare și nu o afacere. Avem misiunea de a schimba centrul de interes al lumii spre problemele sufletești — om cu om. Această chemare a început

Bazele

(Nu treceți mai departe fără a citi!)

Cei din mass-media au o vorbă, și anume niciodată, dar niciodată, să nu omiți introducerea. Acest capitol este introducerea. Dacă îl citiți, veți înțelege esența, așa că, citiți-l...

Trei „lucruri unice“

Ciudat titlu, nu-i așa? Să încercăm să explicăm.

În originalul film *City Slickers [Orășenii]* cu Billy Crystal, personajul Curly, interpretat de Jack Palance, era un cowboy bătrân, dur și greoi, care nu vorbea aproape deloc. Însă, sub acel înveliș dur, Billy Crystal a descoperit înțelepciunea vârstei înaintate. Într-o discuție foarte deschisă, greu de imaginat, Curly i-a împărtășit lui Billy secretul vieții. Secretul vieții, a zis el, este un lucru unic. Când a fost rugat insistent să-l numească, Curly a refuzat să dezvăluie ce era acel ceva, spunându-i lui Billy că trebuia să-l descopere singur. Într-adevăr, fiecare trebuie să găsească acel ceva pentru sine.

Pentru că „acel ceva“ poate schimba totul. Ați stat vreodată de vorbă cu cineva despre viața sa și ați văzut cum, deodată, atitudinea i se schimbă dramatic în bine? Cum i se luminează ochii când vorbește despre *o anumită* persoană, *un anumit* moment, *o anumită* întâmplare, *o anumită* șansă, *o anumită* reușită, despre ACEL CEVA.

Dorim să vă oferim, chiar acum, trei astfel de lucruri. Avem convingerea că, în ceea ce privește viețile, sănătatea și prosperitatea voastră, aceste trei lucruri pot schimba totul. Nu numai că vă vom spune care sunt acele trei lucruri, ci vă vom și demonstra că funcționează și vă vom împărtăși o nouă descoperire, care să vă facă ochii să se lumineze pentru tot restul vieții.

Dacă nu veți fi de acord că v-am oferit tot ceea ce am pretins că vom face, vă rog să ne cereți să vă returnăm banii cheltuiți pe această carte.

Trei lucruri unice

Acel ceva nr. 1: *Există ceva pe Pământ care poate vindeca aproape orice problemă.*

Acel ceva nr. 2: *Există ceva pe Pământ care poate face ca Acel ceva nr. 1 să nu funcționeze.*

Acel ceva nr. 3: *Există ceva pe Pământ care poate face ca Acel ceva nr. 1 să funcționeze din nou.*

Acel ceva nr. 1

Există ceva pe Pământ care poate vindeca aproape orice problemă ai avea.

Despre ce este vorba? Sistemul imunitar și autovindecător din organism.

Gândiți-vă sau scrieți pe hârtie două sau trei probleme pe care le aveți, de sănătate, relaționale, financiare — indiferent ce. Cu excepția cazului în care problema este ceva ce tocmai a apărut, se poate presupune că ați încercat deja să o rezolvați total sau parțial. Dacă n-ați făcut-o, și mai bine! Puteți începe acum, folosind ceea ce chiar o va rezolva. Dacă ați încercat diverse soluții, atunci să știți că ați ajuns la finalul căutărilor. Iată

motivul. Închipuiți-vă pentru o clipă că, indiferent ce problemă ați avea, Dumnezeu v-ar putea da pilula, lichidul, secretul minune, harta comorilor... cu alte cuvinte, soluția magică care să funcționeze garantat. Doamne, n-ar fi minunat? Dar, știți, acel ceva chiar există și este deja în posesia voastră!

Fiecare om dispune de un sistem de vindecare miraculos, care poate trata orice problemă de natură fizică sau de alt fel. Este vorba de sistemul imunitar. Ne naștem cu un program de autovindecare proiectat să rezolve tot ceea ce ar putea deveni o problemă. Nu este nimic dacă problema apare totuși. Programul o poate rezolva de îndată ce s-a ivit.

Cu ceva vreme în urmă, calculatorul nu funcționa bine. Nu sunt de specialitate și am fost tare frustrat că tot ceea ce știam și încercasem n-a dat rezultate. Până la urmă, am apelat la un prieten foarte priceput. După ce mi-a pus câteva întrebări simple, mi-a spus că trebuia să defragmentez hard drive-ul. Nu mai auzisem așa ceva, dar am aflat cu bucurie că era doar o chestiune de apăsat niște taste. După ce am făcut acest lucru, calculatorul meu mergea ca nou. Eram uimit că în calculatorul meu exista o funcție atât de grozavă, iar eu nici măcar nu eram conștient de existența ei.

Întocmai ca programul de defragmentare a calculatorului, sistemul imunitar este capabil să vindece orice problemă ați avea cu o viteză și o eficiență uimitoare. Eu, Ben, vă pot spune că, dacă ați putea pune o întrebare importantă oricărui medic sau vindecător din lumea asta, iar ei ar răspunde cinstit, răspunsul lor ar fi „nu“. Care ar fi întrebarea? Iat-o: „Există vreoa boală pe care un sistem imunitar normal să nu o poată vindeca?“ Răspuns: „Nu.“ De fapt, mulți specialiști consideră, iar eu subscriu, că vindecarea oricărei boli se datorează sistemului imunitar.

Poate că vă gândiți cum se aplică asta la problemele financiare, relaționale sau profesionale ori la alte probleme care nu

sunt de natură fizică și cu care vă confrunțați. După cum veți constata mai departe în carte, în subcapitolul *Secretul nr. 3* (dar nu trageți cu ochiul!), descoperiri noi, făcute în cadrul mai multor școli de medicină dintre cele mai bune și mai prestigioase, arată că sursa îmbolnăvirii, precum și a celorlalte probleme din viața noastră este una și aceeași. Mai mult, avem convingerea — și vă vom prezenta dovezi în acest sens — că am descoperit, de fapt, o parte a sistemului vindecător al organismului care nu era cunoscută înainte. Credem că acest mecanism nou de vindecare și modalitatea de a-l pune în funcțiune formează Acel ceva care vă face învingători în bătăliile pe care le dați cu viața.

O persoană cu o inteligență normală care se gândește un timp la ceea ce am afirmat va pune, probabil, următoarea întrebare: „Dacă acest mecanism chiar vindecă orice și se află deja în mine, de ce am aceste probleme? De ce nu le-a vindecat deja sau de ce nu a împiedicat apariția lor?“

Vom fi bucuroși de întrebare, pentru că ne conduce către Acel ceva nr. 2.

Acel ceva nr. 2

Există ceva pe Pământ care poate face ca Acel ceva nr. 1 să nu funcționeze. Despre ce este vorba? Despre stres. (Probabil nu ceea ce credeți voi că este stres.)

Dacă sistemul imunitar și autovindecător al organismului poate rezolva orice problemă ați avea, atunci ceea ce îl face să nu mai funcționeze trebuie să fie cauza tuturor bolilor. Și chiar este. Conform cercetărilor efectuate de dr. Bruce Lipton de la Facultatea de Medicină a Universității Stanford, date publicității în 1998, stresul este cauza bolilor și stărilor de rău în proporție de cel puțin 95%. Dr. Lipton afirmă că restul de 5% este genetic și a fost cauzat, probabil ați ghicit, de stresul cuiva din arborele

genealogic al persoanei respective. Chiar și Guvernul federal al SUA arată, prin intermediul paginilor de internet ale centrelor de control al îmbolnăvirilor, că 90% din numărul acestora se datorează stresului. Aproape orice sursă cu autoritate în domeniul la care ne-am putea gândi, cum ar fi Harvard, Yale, Vanderbilt, Clinica Mayo, iar lista este mult mai lungă, va fi de acord cu acest lucru.

Demn de menționat este raportul publicat de Facultatea de Medicină a Universității Harvard pe pagina proprie de internet: „Excesul de stres într-o perioadă îndelungată de timp duce la ceea ce numim «stres cronic» și se corelează cu bolile de inimă, atacurile cerebrale și poate provoca și apariția cancerului și a bolilor respiratorii cronice. Pe de altă parte, boala este doar vârful aisbergului. Stresul vă afectează emoțional, știrbindu-vă bucuria de a trăi și de a fi alături de cei dragi.”⁵

Cu alte cuvinte, orice problemă ați avea, aceasta este, într-un fel sau altul, legată de stres. Până acum, nu prea știam ce să facem în această privință, pentru că ceea ce este eficient într-o problemă sau la un individ nu va mai funcționa și la o altă problemă și alt individ. Această concluzie a fost dureroasă de clară decenii de-a rândul. Ca să aflăm o cale de a vindeca boala la origine, trebuie să găsim modalitatea consecventă și predictibilă de a vindeca stresul.

Conform raportului Facultății de Medicină a Universității Harvard, boala este doar una dintre manifestările stresului. Dacă dorim să rezolvăm și alte probleme, cum ar fi cele relaționale, de muncă, care afectează dezvoltarea profesională, trebuie să

⁵ „Stress Management: Approaches for Preventing and Reducing Stress” [Gestionarea Stresului. Modalități de prevenire și reducere a stresului], Harvard Health Publications, Harvard Medical School, http://www.health.harvard.edu/special_health_reports/stress_Control.htm.

ajungem la originea lor. După cum vom demonstra, tot stresul se află la baza acestor probleme, ceea ce va reieși clar din faptul că, atunci când oamenii își rezolvă problema de stres, li se îmbunătățesc relațiile, veniturile cresc exponențial, satisfacția este deplină.

Este important de notat că genul de stres de care vorbim, cel aflat la originea bolilor și stărilor de rău, nu provine din circumstanțe pe care ați putea să le schimbați. Este vorba despre stresul care sălășluiește adânc în voi, independent de situația actuală de viață. De fapt, schimbarea condițiilor actuale prin eliminarea a ceea ce vi se pare stresant în viață poate avea un efect redus asupra acestui stres, care anihilează sistemul imunitar. Conform cercetărilor noastre, peste 90% din cei care susțin, înainte de testare, că nu sunt stresați, suferă, de fapt, de stres fiziologic, după cum reiese din rezultatele analizelor. Multe din studiile menționate, efectuate în cadrul unor facultăți de medicină, arată chiar acest lucru — un factor de stres nu afectează pe toată lumea la fel. Depinde de programarea „internă” a fiecăruia.

Întrebarea care trebuie pusă

Aceasta înseamnă că prima întrebare pe care trebuie să ți-o pui atunci când ai o problemă peste care nu reușești să treci este: „Ce factor de stres îmi împiedică sistemul imunitar să rezolve problema asta și ce pot face în acest sens?” Problema este că acest gen de stres este aproape imposibil de identificat, s-ar putea să nu ai nici cea mai vagă idee că există și, chiar dacă îl găsești, el este protejat împotriva rezolvării (despre acest aspect vorbim mai târziu).

Pe de altă parte, nici nu-ți dai seama cât de bună este această veste. De ce spun asta? Pentru că nu este vina ta. Problema și

soluția nu depind de eforturile tale, iar acest gen de stres afectează pe toată lumea, indiferent dacă au fost oameni buni sau nu. Așa că relaxează-te și fii iertător cu tine însuși. Nu trebuie să fii perfect. Am găsit ceea ce căutam. Deci, ce avem acum? Avem...

Acel ceva nr. 3

Există ceva pe Pământ care poate face Acel ceva nr. 1 să funcționeze din nou.

Despre ce este vorba? Este vorba despre vindecarea problemelor sufletului!

Să facem o scurtă trecere în revistă. Sistemele imunitar și autovindecător de care dispun oamenii sunt menite, atunci când funcționează corect, să vindece — și sunt în stare să facă acest lucru — aproape orice. Există însă un gen de stres care dezactivează sistemele imunitar și autovindecător sau le încetinește până într-atât funcționarea, încât începem să avem probleme de sănătate sau de alt fel.

Codul vindecării poate repune în funcțiune sistemele imunitar și autovindecător pentru că se adresează „problemelor sufletești”. Codurile vindecării (The Healing Codes®) reprezintă descoperirea unui sistem care a existat în organismul omenesc de la începuturile timpului. De unde știm că aceste Coduri ale vindecării pot repune cele două sisteme în funcțiune? Știm asta pentru că folosim un test standard⁶ care nu permite nici măcar în proporție de 1% intervenția efectului placebo, iar rezultatele obținute sunt fără precedent în istoria medicinei.

⁶ *Gold standard medical test* (în engleză în original) este un diagnostic, un test, considerat a fi cel mai bun în condiții rezonabile, fără să fie neaparat cel mai bun test posibil în termeni absoluți. (N.t.)

În ce constau, mai precis, rezultatele acestui test? Când se activează Codul vindecării din organism, stresul fiziologic dispare complet sau într-o proporție însemnată. Așadar, logic vorbind, dacă acel ceva de pe Pământ, care poate dezactiva sistemul imunitar și pe cel de vindecare, este forțat să dispară, atunci sistemul imunitar și cel de vindecare vor funcționa din nou. Iar acest ceva este exact ceea ce am avut plăcerea să constatăm în cazuri din întreaga lume încă din primăvara anului 2001. Nu numai că mecanismul Codului vindecării este revoluționar, dar oamenii ne spun că teoria pe care se bazează a avut un impact încă și mai mare asupra vieților lor. Am numit această teorie „Cele șapte secrete”. Cu adevărat uimitor este că niciun cod al vindecării nu „tratează” probleme de sănătate, ci probleme de suflet, despre care vorbea și Solomon în Proverbe 4:23, cu mai bine de 3 000 de ani în urmă: „Păzește-ți inima mai mult decât orice, căci din ea ies izvoarele vieții”. Rețineți, se spune că *toate* problemele de viață își au originea în inimă. De aceea, zeci de oameni relatează că s-au însănătoșit după ce au folosit Codul vindecării.

Înainte de a trece mai departe...

Sunteți, probabil, curioși în ce constă Codul vindecării și ați vrea să ajungeți direct acolo. Foarte bine, puteți trece direct la *Partea a doua* a cărții și veți căpăta toate detaliile. Dar va veni un moment în care veți dori să știți ce este cu cele Șapte Secrete prezentate în *Partea întâi*. Pentru a folosi cât mai eficient Codul vindecării, trebuie să înțelegeți cum apar problemele și cum să ajungeți la originea lor pentru a vă vindeca o dată pentru totdeauna.

Cele șapte secrete din *Partea întâi* sunt la fel de revoluționare precum Codul vindecării însuși, pentru că această teorie nu se