



Cuprins

<i>Introducere</i>	9
Capitolul unu. Ce este medicina energetică?	25
Capitolul doi. Cum să-ți lărgеști câmpul de conștiință	44
Capitolul trei. Vindecarea de-a lungul veacurilor	64
Capitolul patru. Examinează-ți convingerile	84
Capitolul cinci. Dincolo de cele cinci simțuri primare.....	100
Capitolul șase. Cum se împletesc firele căii șamanului	121
Capitolul șapte. Armamentul războiului psihic.....	146
Capitolul opt. Tehnici de vindecare	164
Capitolul nouă. Inițierea	181
Capitolul zece. Călea vindecătorului	201
<i>Epilog</i>	216
<i>Anexă</i>	218
<i>Mulțumiri</i>	220

Îți respect credința

De asemenea, este important să știi că nu-ți voi încălca convinerile religioase și nu le voi viola, indiferent care ar fi ele. Ai putea să fii evreu, creștin, musulman, hinduist, budist, adept al celor 12 pași sau să crezi în forțele Naturii. Ori ți-ai creat poate propriul sistem de credințe, care încorporează elemente din mai multe tradiții diferite, așa cum am făcut eu. Oricare ar fi credința ta, sper că se află într-o continuă evoluție și te încurajez să o aprofundezi și să o practici cu pietate.

Vei descoperi că studierea tehnicilor de vindecare te va duce inevitabil la legături spirituale mai profunde și că nu poți să-ți sporești capacitatea de conștientizare fără să fii mai puternic legat de Sursă. Vei ști întotdeauna când cineva are sau nu sentimente pozitive față de tine, căci vindecarea este, pur și simplu, o extensie naturală a relației corecte cu tine însuși și cu lumea naturală.

Bine ai venit la punctul de pornire pe drumul pe care vei deveni propriul tău șaman! După cum spun rugăciunile tradiționale ale indienilor navajo, „fie să pășești prin frumusețe în asocierea ta cu universul“!

Capitolul unu

Ce este medicina energetică?

Am scris această carte dintr-un motiv simplu: *vreau să știi că ești capabil să vindeci*. Poți învăța cum să te vindeci pe tine însuși și chiar să-i ajuți pe alții să se vindece.

E adevărat! De fapt, vindecări cu bună credință se petrec chiar acum, în secolul al XXI-lea. Cancerul se face nevăzut. Artrita dispăre. O viață întreagă apăsată de o depresie adâncă, întunecată, zdrobitoare revine pe neașteptate la lumină. Am luat personal parte la vindecări care au fost uluitor de spectaculoase. Deși aceste vindecări pot părea miraculoase, e bine să nu uiți că un miracol este, pur și simplu, ceva pentru care nu avem încă explicație... dar asta nu înseamnă că nu există.

Medicii nu se simt prea bine în prezența cuvântului „miracole“. În loc să-l folosească, se referă la el spunând „remisii spontane“ și își clatină capetele la unison a uimire. Convingerile lor se referă la tratarea simptomelor unei boli cu ajutorul medicamentelor și al chirurgiei, în loc să coboare mai adânc și să înceapă prin a vindeca situația care a provocat problema de sănătate. Să luăm de exemplu diabetul. Doctorii te vor ajuta să-l ții sub control, dar nu au leac pentru el. Cu toate acestea, diabetul poate fi tratat cu ajutorul medicinei energetice. *Toate* bolile pot fi tratate astfel. De fapt, „miracolele“ ei nu se limitează la vindecarea fizică. Medicina energetică poate vindeca tot ce ne tulbură, în oricare domeniu al vieții noastre.

Sunt convinsă că suferi de ceva ce ai dori să fie vindecat. Cu toții suferim de ceva. Starea de sănătate, greutatea corporală, situația financiară, o relație sau chiar absența unei relații. Și

poate că nu dorești doar să vindeci părțile disfuncționale din viața ta, ci incită, așa cum m-a incitat pe mine, și ideea de a fi capabil să-i ajuți pe alții. Lucrul fascinant este că aceste două țeluri, să te vindeci pe tine și să-i vindeci pe alții, sunt inextricabil legate: pe măsură ce înveți cum să-i vindeci pe alții, ești vindecat și tu însuși. Este efectiv *imposibil* să studiezi medicina energetică fără să simți și tu însuși schimbări pozitive.

Energia ca medicină

Ce este medicina energetică? Este un proces dinamic care unește, după cum arată și denumirea ei, două lucruri foarte puternice: *energia* și *medicina*. Cu toate că în mod obișnuit n-o putem vedea, energia se află peste tot în jurul nostru, existând într-o mare varietate de lungimi de undă și frecvențe. Ea include radiațiile cosmice, razele X, undele radio, razele infraroșii, precum și o formă mult mai subtilă, care se infiltrează în întregul univers și înglobează tot ce există în el, inclusiv pe tine și pe mine. Acesta este fundamentul medicinei energetice și subiectul despre care vom vorbi aici. Această forță, prin care funcționează universul nostru, este inteligentă, vie și constituie sursa a tot ce înseamnă viață. În acest câmp infinit de potențial, creativitatea nu cunoaște limite și totul e posibil. Este inepuizabilă, nu are început și nici sfârșit.

Anticii cunoșteau totul despre această energie conștientă și creativă: cum pătrunde în tot spațiul, cum curge de la un obiect la altul și leagă un lucru de toate celelalte. Numim acest câmp al tuturor posibilităților *câmpul universal de energie* sau, mai simplu, *câmpul unificat*.

În mod ironic, ceea ce simplitii clarvăzători considerau de la sine înțeles cu mii de ani în urmă, oamenii de știință din zilele noastre abia încep să înțeleagă. Cercetătorii de azi sunt pe

punctul de a putea să folosească instrumente științifice pentru a înregistra câmpul unificat. Este posibil ca știința modernă să descopere curând că energia care constituie câmpul unificat este o substanță cu mult deosebită de tot ce s-a cunoscut până acum.

Până atunci, este posibil ca această forță magnifică — invizibilă pentru aproape întreaga rasă umană — să rămână un mister. Și totuși, cu studiu și exercițiu, se poate ajunge la ea. De fapt, aproape tot ce știu despre acest câmp am aflat în mod experimental — adică în timpul rugăciunilor, al meditației sau atunci când canalizăm energia în cadrul unei vindecări. Câmpul unificat conține fiecare lucru și aspect al universului, de la începutul timpurilor până în prezent și, apoi, către un viitor fără limite, împreună cu energia care poate fi utilizată în scopul efectuării unei schimbări, aici incluzându-se acele transformări petrecute la nivelul celulei în corpul uman.

Așadar, pentru scopurile noastre, medicina energetică înseamnă folosirea acestui câmp inepuizabil ca factor de tratare a bolii — asta înseamnă *medicină*. În aplicarea ei la nivel Divin, *energia este medicină*. Și, atunci când te afli în conexiune cu acest câmp universal, atrăgând, conducând și transmițându-i energia pentru a efectua o vindecare asupra ta și a celorlalți, devii vindecător. *Devii șaman*.

Deși această medicină, în variatele ei forme, datează din zorile istoriei umanității, ea este, în același timp, la fel de nouă ca și cea mai nouă tehnologie medicală din cel mai modern spital de pe Pământ. Medicina energetică este în întregime naturală; este extrem de sigură și, în opinia mea, cel mai incitant domeniu nou de studiu, perfect și practic pentru o carieră. În primul rând însă, este o modalitate incredibil de puternică de a-ți însănătoși propria viață.

Spațiul de lucru al unui șaman: câmpul uman de energie

Așa cum am văzut în exemplul cu Anna, pe care ai întâlnit-o în primele pagini ale acestei cărți, unul dintre locurile unde șamanul își desfășoară munca este *câmpul uman de energie*. Numit și *aură*, el este o manifestare a *câmpului universal de energie*, care reprezintă temelia a tot ce e viață. Capacitatea mea de a vedea câmpul uman de energie în starea lui extinsă a apărut când eram destul de tânără, în perioada în care mă angajam în discuții cu icoanele și statuile sfinților, cu diferitele reprezentări ale Divinității. Toate aceste figuri apăreau cu halouri de lumină ce le înconjurau capetele. Mai târziu, adultă fiind, când am studiat religia și filosofia orientală, am descoperit că și sfinții acestor tradiții sunt înfățișați cu o lumină în jurul capului. Aceste reprezentări arată câmpul uman de energie în cea mai conștientă formă a lui. În zilele noastre, aceeași lumină poate fi văzută de clarvăzători în jurul capetelor celor avansați pe calea spiritualității.

Câmpul uman de energie înconjoară întregul corp, structurat în ceea ce apare ca niveluri diferite. Totuși, spre deosebire de foile cepei, aceste straturi pătrund în corpul uman și se întrepătrund, extinzându-se în afară până la o distanță de câteva zeci de centimetri sau chiar mai mult în afara pielii. În majoritatea sistemelor de gândire există șapte niveluri principale, precum și numeroase niveluri minore. În plus, există mai multe încă deasupra capului. Fiecare nivel ascendent al câmpului are frecvență și vibrații mai mari decât cel de sub el. Folosind o metaforă din muzică, putem spune că fiecare dintre ele este echivalent cu o octavă mai înaltă.

Câmpul uman de energie precede existența corpului omenesc. De fapt, trupul tău ia naștere direct din câmpul tău de energie. O analogie folosită frecvent pentru a ilustra acest

fenomen este efectul membrului fantomă. Oamenii care pierd un membru pot deseori să și-l simtă chiar dacă nu mai există, pentru că el *există* încă la nivelul de la care a apărut inițial.

Te poți gândi la câmpul uman de energie ca la un tipar viu al corpului, care oglindește, în consecință, ceea ce se petrece în interiorul câmpului. Astfel, orice distorsiune și dezechilibru din corpul tău va avea, mai devreme sau mai târziu, impact negativ asupra stării tale fizice. La fel, dacă operezi o corecție în câmp, în corp se va manifesta o schimbare corespundență. Este imperativ să înțelegi că nivelurile câmpului tău nu sunt doar la fel de reale ca trupul tău fizic, ci, în anumite privințe, sunt chiar mai reale. Din acest motiv, vindecarea câmpului prin restructurarea, reechilibrarea și reîncărcarea lui este atât de importantă.

Asemenea câmpului unificat din care provine, câmpul uman de energie este inteligent și viu. Deoarece acesta este domeniul în care au loc procesele psihologice, el se schimbă constant ca reacție la starea conștiinței tale. Nivelurile lui diferite corespund diferitelor aspecte ale vieții tale, iar experiențele și reacțiile tale emoționale vor determina starea câmpului. Acesta, la rândul lui, îți afectează sănătatea corpului. Dacă te gândești atent la acest aspect, vei ajunge, la fel ca mine, la concluzia că toate problemele vieții, inclusiv bolile fizice, sunt de natură psihosomatică — adică au fost provocate de gânduri și sentimente. Nu uita însă că acest câmp nu *crează* el însuși un eveniment, ci este vehiculul prin care starea de conștiință îți afectează corpul, ca și alte zone ale vieții.

Dacă unu sau mai multe niveluri ale câmpului tău sunt sărace în energie, experiențele de viață ce le corespund pot fi la fel de sărace. Dacă aceste niveluri nu se sincronizează o perioadă mai lungă de timp, s-ar putea foarte bine să ai probleme de sănătate în zona fizică aferentă lor. Persoanele mai intuitive pot percepe o boală în câmpul de energie al cuiva cu mult înainte ca

afecțiunea respectivă să se manifeste. Astfel, indispozițiile fizice sau bolile pot fi adesea evitate prin efectuarea de „ajustări” necesare în câmpul de energie înainte ca acestea să se manifeste. Ajustările constituie o latură de maximă importanță în activitatea medicinei energetice.

Centrele de energie ale corpului omenesc: chakrele

Câmpul uman de energie este organizat, pe lângă niveluri, și în centre de energie, numite *chakre*. Despre chakre și despre influența lor incredibilă în viața noastră s-a scris enorm de mult, așa că voi include aici doar o trecere succintă în revistă.

Chakra înseamnă în sanscrită „roată de lumină” și fiecare dintre ele seamănă puțin cu o pâlnie sau cu un vârtej, care se rotește atunci când funcționează în mod optim. În timpul rotirii, se petrece un schimb constant de energie cu mediul înconjurător — energia iese prin chakre spre lume și intră din câmpul unificat în interiorul corpului. Energia care intră hrănește și susține câmpul individual și corpul fizic al fiecăruia dintre noi.

La fel ca nivelurile propriului tău câmp, aceste centre de energie care se rotesc corespund cu diferite aspecte ale vieții tale și le influențează puternic. De exemplu, dacă chakra a patra, cea a inimii, este disfuncțională, nu vei fi capabil să dăruiești sau să primești iubire și s-ar putea să suferi de hipertensiune arterială, iar dacă a cincea chakră, cea a gâtului, nu este operațională, vei avea dificultăți în finalizarea proiectelor și s-ar putea să suferi de hipotiroidism. În consecință, este esențial, atât pentru sănătatea ta fizică, cât și pentru cea emoțională, ca aceste chakre să funcționeze în mod adecvat.

Și, tot la fel ca nivelurile propriului tău câmp, chakrele sunt afectate de starea ta de conștiință. Dacă ceva îți provoacă

sentimente negative, aceste centre de energie se distorsionează și își pierd echilibrul — ar putea să devină asimetrice sau să înceapă să se învârtă în direcția greșită. Când se întâmplă așa ceva, ele pot înceta să mai aducă spre interior energie proaspătă, trimițând-o doar spre afară, lăsându-ți câmpul epuizat și făcându-te sensibil la probleme de sănătate. În mod ideal, este de dorit ca chakrele să se rotească într-un ritm potolit și constant, efectuând schimbul de energie, și să aibă toate formă și mărime similare.

Corpului uman îi corespund șapte chakre majore și douăzeci minore. De obicei, ne concentrăm asupra celor șapte principale, care încep de la baza coloanei vertebrale și urcă până în vârful capului. În plan fizic, fiecare dintre ele este situată în apropierea unui ganglion nervos important, care iese din coloana vertebrală. Chakrele sunt conectate la *fluxul de curent vertical*, pe care îl poți considera o coloană vertebrală energetică — diferența fiind că acest flux se lărgește efectiv și permite circulația unei cantități mai mari de energie, pe măsură ce înaintezi pe calea unei conștiințe superioare și te pui în slujba celorlalți.

Fiecare chakra reprezintă un aspect al câmpului de conștiință, esențial pentru viața ta. Organizate în sistem, ele îți înglobează mintea, corpul și spiritul; fiecare dintre ele are o componentă fizică, emoțională, creativă și celestă. Pe măsură ce o chakră se deschide mai mult, dezvolti o stare mai profundă de conștiință față de acel nivel. Poate că ai o chakră care este mult mai deschisă decât celelalte — de exemplu cea a inimii. În consecință, vei fi mai conștient de tine și de ceilalți în domeniul „iubire și compasiune”.

În plus, fiecare chakră își are propriul scop în relație cu zona de conștiință pe care o influențează; ea are tendința să te facă să iei o anumită decizie sau să te îndrepti într-o anumită direcție. E aproape ca și cum chakra și-ar dezvolta o minte proprie.