

# ENERGIA UNIVERSALĂ

O cercetare sistematică și științifică

dr. Bedri C. Cetin

## CUPRINS

Despre autor	1
1. Rezumat	2
2. Introducere	2
3. Ce este Energia Universală?	3
4. Ce este Câmpul de Energie Universală ?	3
5. Ce fac „Superstring”-urile (sau Câmpul de Energie Universală)?	4
6. Ce este în esență ființa umană ?	4
7. Este Câmpul de Energie Universală o formă a Câmpului Electromagnetic ?	5
8. De ce nu putem observa Câmpul de Energie Universală („Superstring”-urile), direct?	5
9. Ce este energia și care sunt diferitele ei forme ?	6
10. Ce dă viață corpului omenesc ?	7
11. Dacă corpul uman este un corp energetic, atunci totuși de ce noi ne îmbolnăvim ?	7
12. Care este principala cauză a bolilor ?	8
13. Ce este „reacția la stres” și cum conduce ea la boli majore ?	8
14. De ce este „reacția la stres” atât de puternică în crearea bolilor ?	10
15. Ce trebuie făcut pentru a îndepărta „reacția la stres” și care este rolul tratamentelor cu Energie Universală ?	11
16. Care sunt factorii „reacției la stres”, ce determină cele mai multe boli	12
17. Ce este tratamentul cu Energie Universală și cum vindecă el bolile ?	14
18. Cum poate conștiința – un produs al minții – să exercite controlul asupra Câmpului de Energie Universală ?	15
19. Ce este terapia prin atingere (cu mâinile) și ce este vindecarea la distanță?	15
20. Este terapeuții un canal pentru Energia Universală sau un vehicul ?	16
21. Ce sunt chakrele? Care este rolul lor în tratamentul cu Energie Universală?	16
22. Când sunt folosite chakrele ?	19
23. De ce, în general, chakrele sunt închise și cum pot fi ele deschise ?	19
24. Odată ce chakrele sunt deschise, se pot închide ele din nou ?	20
25. Poate o persoană să se vindece singură sau este întotdeauna necesar un terapeut ?	20
26. Ce semnifică vibrațiile și senzațiile simțite în corp în timpul tratamentului cu Energie Universală?	20
27. Poate tratamentul cu Energie Universală să încetinească procesul de îmbătrânire ?	20
28. Care sunt alte tehnici de lucru cu energie ?	21
29. Care este importanța respirației ?	21
30. Putem noi preveni „reacția la stres”, tensiunea și altfel de forme ale bolii?	23
31. Bazele spiritualității	24
32. Bazele științifice ale spiritualității	33

## Despre autor

Autorul, Bedri Cag Cetin, a obținut titlurile de Master și de Doctor în inginerie electrică, la Institutul de Tehnologie din Caltech, Pasadena, California.

Ca parte a tezei sale de doctorat, el a introdus o nouă teorie globală de optimizare, ce a fost aplicată mai târziu în domeniul Roboticii, Sistemelor Neuronale și mai recent în Seismologie. În timpul anilor petrecuți la Caltech, autorul a excelat în domeniul Neuroștiinței și Neuropsihologiei.

Odată finalizate lucrările solicitate de teza sa de doctorat, a început să lucreze la Institutul Național pentru Sănătate Mentală din Bethesda, Maryland, unde cercetările sale realizate în Laboratorul de boli clinice au fost orientate pe legătura dintre memoria traumatică și tulburările psihologice.

Mai târziu se mută în Virginia și colaborează cu profesorul Stanley Sobottka, în efectuarea unor studii asupra Conștiinței și interpretarea fundamentelor Fizicii Cuantice, în cadrul Departamentului de Fizică al Universității din Virginia.

În prezent locuiește în Crozet, unde realizează studii și cercetări independente.

Autorul poate fi contactat:

•prin Internet la: [bedri@attglobal.net](mailto:bedri@attglobal.net),

•sau la adresa: 5791 Sugar Hollow Rd. Crozet, VA 22932USA

## REZUMAT

Cartea „ENERGIA UNIVERSALĂ – O cercetare sistematică și științifică”, ne prezintă conceptul unei vieți nelimitate și abundente, dătătoare de energie. Cunoscută și sub numele de „Chi” sau „Prana”, Energia Universală este folosită de sute de ani în culturile orientale, pentru tratarea cu succes a bolilor pornind de la răceală până la cancer.

Energia este elementul fundamental al multor terapii, Tehnica Energiei Universale, Reiki, Qi Quong, Tai Chi, Acupunctură și Yoga, folosite de milioane de oameni ce doresc să-și mențină și să-și îmbunătățească sănătatea, utilizând pe lângă medicina tradițională, tehnici complementare de vindecare. Toate aceste practici caută să armonizeze Energia Universală ce curge prin corpurile noastre, chiar dacă natura acestei energii invizibile este încă pentru cei mai mulți dintre noi, un mister.

Fascinată, cartea combină înțelepciunea popoarelor antice cu cele mai avansate date științifice și dezvoltă *SECRETELE CELEI MAI PUTERNICE UNELTE VINDECĂTOARE*. Ea se adresează atât cititorului obișnuit, cât și omului de știință, toate realizările științifice fiind prezentate într-un mod simplu, fără a-și pierde însă autoritatea.

Citind această carte veți „plonja” într-o călătorie uimitoare, plină de învățături iluminate și de iubire necondiționată și veți descoperi :

- definiția clară și științifică a principiilor Energiei Universale;
- natura și cauza principală a celor mai multe boli;
- cum să ne ocupăm de boală, folosind Energia Universală;
- puterea conștiinței și a concentrării;
- cum să îndepărtăm sursa și simptomele bolii ;
- adevărata natură a corpului uman;
- arta respirației;
- natura iluziilor, a ego-ului și principala cauză a suferinței;
- pătrunderea spirituală în adevărul de sine;
- bazele științifice ale spiritualității;
- calea spre iluminare și realizarea de sine, și multe altele...

Scrisă de un om de știință, *Bedri Cag Cetin*, specializat în Fizica Cuantică și Astrofizică, Neuroștiință (studiul creierului) și Filozofia Orientale, această carte vă va ghida spre ADEVĂRUL ETERN, unde VOI veți depăși toate limitările și suferința.

### NOTĂ IMPORTANTĂ

- Nu este în intenția autorului sau a editorului să propună metoda energiei, conținută în această carte, ca pe un înlocuitor al tratamentului medical obișnuit sau al consultării medicului.
- Învățătura și exercițiile prezentate în această carte pot fi folosite numai ca medicină complementară.
- Referitor la orice boală sau disconfort, trebuie întotdeauna să consultați întâi medicul.
- Tratamentul cu energie, descris în această carte, este numai un complement al tratamentului primar din medicina tradițională.

Dragă cititorule,

„Fie ca Tu să depășești toate suferințele și fie ca Tu să te bucuri din plin de viața Ta, cu pacea și energia dăruită de înțelegerea Adevăratului – Tot ce există este Sursa și Tu ești Acea.”

*Autorul*

### 1. Introducere

În această carte veți putea găsi răspunsuri detaliate și sistematizate la întrebări, precum: „Ce este Energia Universală?”, „Ce sunt chakrele?”, „Cum lucrează tratamentul cu Energie Universală?”, „Care este principala cauză a tuturor bolilor?”, „Care este Adevărul fundamental despre corpul uman și despre existența universală?”, „Cum putem vindeca sau preveni bolile?” și multe altele. La sfârșitul cărții veți găsi și o secțiune intitulată Bazele spiritualității, unde veți citi (în concordanță cu credința autorului), una dintre cele mai sistematizate cercetări, realizate vreodată în spiritualitate.

Aproape toate subiectele acestei cărți sunt urmate de un comentariu științific, în care sunt prezentate cele mai recente descoperiri și realizări ale științei, într-un mod care susține, confirmă sau dovedește temeinicia subiectului ce urmează. Veți observa că filozofia principală a textului a fost dezvoltată mână în mână cu știința. În momentul în care filozofia subiectului străbate curentul științific al învățăturii, sunt prezentate interpretări posibil științifice, în speranța că în viitor ele vor fi dovedite de oamenii de știință. Toate cercetările științifice sunt prezentate astfel încât și un cititor obișnuit, nu cu prea multe cunoștințe științifice, să fie în stare să le înțeleagă.

Pentru a da o mai largă perspectivă subiectelor abordate, această carte a fost scrisă în mod interdisciplinar. Veți găsi multe domenii științifice sau metaștiințifice încorporate: medicina tradițională, medicina alternativă, neuroștiința, anatomia, fiziologia, psihologia, filozofiile orientale, fizica cuantică și astrofizica. Autorul consideră că aceste domenii necesită a fi luate în seamă în mod colectiv, pentru a descrie subiectele esențiale conținute de această carte. Concepte precum „Energia Universală sau „Adevărul despre existența noastră” nu pot fi limitate doar la unul sau două domenii științifice, fără a se face astfel o nedreptate. Intenția autorului este de a elucida faptul că Adevărul infinit este

prin natura lui vast și nemărginit și în acest context, scrierea cărții de față a constituit pentru sine, mai mult decât o provocare.

În textul ce urmează, veți găsi prezente multe repetiții, de fiecare dată în forma lor cea mai nouă. Autorul speră totuși ca acestea să nu fie plictisitoare. Astfel de repetiții sunt necesare pentru a prezenta și întări noile concepte ce ne sunt încă așa de străine, și la un moment sunt chiar contrarii gândirii noastre tradiționale și căii noastre vechi și limitate de înțelegere a Adevărului.

Cartea este plină de realități senzaționale și de informații noi, ce sporesc înțelepciunea, bucuria și încântarea spirituală. Veți învăța că trupul nostru fizic nu reprezintă nimic, este doar un câmp energetic, ce vibrează individualizat, strâns și constant cu Câmpul Universal, înconjurător. Veți descoperi că acest Câmp Universal înconjurător hrănește continuu cu Energie Universală corpurile noastre, în timpul tratamentului cu Energie Universală. Veți vedea că Energia Universală este energia esențială în Univers, de natură subtilă, de cele mai multe ori invizibilă, din care sunt formate toate celelalte energii. Veți înțelege că toată materia din jurul nostru nu reprezintă nimic, sunt numai diferite vibrații ale unicului Câmp Universal și orice separare este o iluzie. Veți afla că totul în Univers este splendid conectat și faptul că Tu cel adevărat nu ești corpul, ci Sursa din care totul se manifestă. Vă vor surprinde cu siguranță aceste detalii, alături de descoperirea multor noi nivele ale realității. Dorința autorului este ca cititorul să beneficieze de această carte din punct de vedere fizic, mintal și spiritual.

## **2. Ce este Energia Universală ?**

Tot ce există este Câmpul de Energie Universală. Nu există nimic altceva decât Câmp de Energie Universală, elementul de bază ce constituie Universul nostru. Toată materia (stele, pământ, plante, oameni etc.) este pur și simplu intensificarea acestui câmp. Tot ce vedem în jurul nostru (inclusiv noi înșine) este expresia sau manifestarea acestui Unic Câmp. Precum gheața este făcută din apă, tot ce apare în jurul nostru, ca fiind solid (inclusiv corpurile noastre) este în esență constituit din Câmpul de Energie Universală. Diversele vibrații ale acestui câmp sunt percepute cu simțurile noastre ca fiind diferite forme ale materiei.

Termenul „Câmp de Energie Universală” se sprijină pe particulele minuscule numite „Superstrings” (în traducere – supercoarde), ce se întind într-o manieră continuă în tot spațiul. Cu alte cuvinte, Câmpul de Energie Universală este un concept pe care noi îl utilizăm pentru a descrie câmpul continuu, ca mișcare a „Superstring”-urilor. Deci, Câmpul de Energie Universală este doar un alt nume pentru „Superstring”-uri, care sunt cele mai mici particule existente, mult mai mici decât atomii sau decât orice altceva. Aceste particule nu sunt decelabile cu simțurile noastre, ele se mișcă constant și vibrează. Cel mai important fapt este că acest câmp mobil transportă o cantitate uriașă de energie, pe care noi o numim Energie Universală.

### **Comentariu științific**

Materia este o formă a energiei. Aceasta a fost dovedită de Einstein, prin celebra sa formulă  $E=mc^2$ , unde E este energia unui sistem (materie) cu masa **m** și **c** este viteza luminii. Această formulă stabilește că masa și energia sunt echivalente, cu alte cuvinte, materia și energia sunt expresii duale ale aceleiași substanțe universale, care este tocmai Câmpul de Energie Universal și este principala sursă de energie sau de vibrații, din care noi suntem alcătuiți. În primul rând, noi nu suntem corp fizic, ci suntem în principal corp energetic, cu aparență fizică. Energia (sau Energia Universală) este baza întregii noastre existențe. Căldura soarelui ce ne încălzește corpurile, benzina pe care o utilizăm în mașina noastră, electricitatea folosită în instalațiile casnice, sunt de fapt forme ale aceleiași energii. Energia Universală este energia ce susține viața, furnizând energie vitală tuturor sistemelor vii, este energia folosită pentru a trata pe alții și pe noi înșine, prin terapia chakrelor și este același concept, pe care sunt bazate învățăturile școlii Spiritual Human Yoga (SHY).

Majoritatea bolilor sunt cauzate de dezechilibrul energiei vitale, energie pe care corpul nostru o primește din Câmpul de Energie Universală. Utilizarea conceptului de Energie Universală ca o tehnică de vindecare, ne dă posibilitatea să ajungem la esența bolilor, eliminând astfel principalele cauze ale bolii și nu numai simptomele.

## **3. Ce este Câmpul de Energie Universală ?**

Întregul Univers, de la stelele de pe cer la atomii ce le alcătuiesc, inclusiv Pământul pe care trăim și corpurile noastre, tot ceea ce vedem sau nu, este alcătuit din Câmpul de Energie Universală, aflat la cel mai fundamental nivel. Toate forțele de interacțiune, inclusiv gravitația, forța electromagnetică și nucleară provin din același Câmp de Energie Universală.

CÂMPUL de Energie Universală este numit așa, pentru că el ocupă întreg spațiu într-un mod continuu, este peste tot fără excepție. La fel cum ÎNTINDEREA apei umple oceanul, așa și el umple spațiul și materia. Câmpul de Energie Universală este un câmp de particule numite „Superstring”-uri, deci Câmpul de Energie Universală și „Superstring”-urile sunt termeni sinonimi și vor reprezenta în text, același lucru.

### **Comentariu științific**

În secolul al XIX-lea, oamenii de știință au explicat că toată materia este compusă din particule foarte mici, numite atomi. Ei au demonstrat că Universul ce este compus din mii de lucruri diferite (pietre, sticlă, apă, aer, celule în corp etc.), reprezintă combinații a zeci de tipuri de atomi.

Mai târziu, au descoperit că atomii sunt formați din particule mai mici, electroni, protoni și neutroni. Nucleul atomic este compus din protoni și neutroni, în timp ce electronii se învârt în jurul nucleului. Toți atomii sunt combinații ale acestor trei particule, care multă vreme au fost considerate indivizibile.

Această teorie s-a dovedit a fi greșită când, la mijlocul secolului al XX-lea, oamenii de știință au descoperit că protonii și neutronii sunt compuși din particule și mai mici, numite quarci. Fiecare proton sau neutron este format din trei quarci. Ținând seama de acest nou model, toată materia din Univers este compusă din quarci și electroni. Spre surpriza unora, și acest model a fost găsit incomplet în 1984, când fizicienii John Schwartz și Michael Green au introdus o nouă teorie, cu adevărat senzațională: „Teoria Superstring”-urilor, care a depășit toate teoriile precedente, arătând că entitățile considerate fundamentale nu sunt punctiforme, ci unidimensionale („string” înseamnă coardă), foarte asemănătoare cu coarda chitarei ce poate vibra.

Aceste „Superstring”-uri sunt elementele de bază ale Câmpului de Energie Universală, ele vibrează și transportă energie – Energia Universală – ce este foarte importantă pentru noi.

#### **4. Ce fac „Superstring”-urile (sau Câmpul de Energie Universală) ?**

„Superstring”-urile nu sunt punctiforme, ci ele sunt precum coardele. Un punct nu are dimensiune, dar o coardă – la fel ca o linie – are o singură dimensiune. Precum coardele unei chitare, „Superstring”-urile vibrează ca un val în mișcare. Mai mult, „Superstring”-urile se mișcă continuu în spațiu, așa cum se întâmplă cu valurile unui ocean. Pentru acest motiv, Câmpul de Energie Universală poate fi numit Undă de Energie Universală. „Superstring”-urile, în timp ce se mișcă, transportă energia (sau forța) produsă de vibrații lor, care se numește Energie Universală. Vibrațiile joase produc energii joase, vibrațiile înalte produc energii înalte.

„Superstring”-urile vibrează cu frecvențe diferite și precum vibrațiile cordelor chitarei produc note variate, așa și diversele vibrații ale „Superstring”-urilor formează materie diferită. Toată materia, inclusiv corpurile noastre fizice, este formată din vibrațiile joase ale „Superstring”-urilor și din acest motiv este compusă din energii relativ joase. Pe de altă parte, Energia Universală, care hrănește corpurile noastre cu energie vitală, este produsă de cele mai înalte vibrații ale „Superstring”-urilor, conținând energii foarte ÎNALTE, ce au puterea să producă orice schimbare fizică și să vindece orice boală. Aceasta explică de ce tratamentul cu Energie Universală este una dintre cele mai eficiente tehnici de vindecare existente în prezent.

#### **Comentariu științific**

În conformitate cu „Teoria Superstring-urilor”, „Superstring”-urile sunt obiecte foarte subtile și foarte mici, sunt „cărămizile” de construcție al oricărui lucru în Univers și transportă energiile în timp ce vibrează. Fizicienii spun că aceste coarde scurte vibrează cu frecvențe variate și că acestea constituie formele diferite ale materiei. Asemănător cordelor chitarei, ce produc note diferite, vibrațiile diferite ale „Superstring”-urilor se regăsesc în particulele fizice, precum protonii, electronii, quarcii, fotonii etc. De exemplu, ceea ce numim foton (particulă de lumină) este de fapt un „Superstring” vibrând cu o anumită frecvență.

„Superstring-urile pot cânta” spune Jim Gates, un fizician de prestigiu. „Deci, voi vă puteți gândi la lumea din jurul nostru, ca la o simfonie a vibrațiilor „Superstring”-urilor, cu frecvențe diferite.”

Un proton poate fi gândit ca fiind alcătuit din trei „Superstring”-uri vibrând, câte unul pentru fiecare quarc. Metaforic vorbind, dacă considerăm fiecare vibrație a „Superstring”-ului ca pe o notă muzicală, protonul este precum o gamă (o combinație de note ce lucrează împreună ca să creeze un nou sunet) și această gamă are toate proprietățile protonului (fapt dovedit prin măsurători științifice). Același lucru se întâmplă însă și cu alte particule. Un atom este o combinație de coarde, o moleculă fiind o combinație de atomi, ea este mai mult, este o operă muzicală. Lumea, ca un întreg, fiind o combinație de atomi și molecule – este o simfonie.

#### **5. Ce este în esență ființa umană ?**

Ființele umane, animalele, plantele – totul în Univers – sunt vibrațiile aceleiași substanțe, „Superstring”-urile. Ca entități aparent separate, NOI SUNTEM DE FAPT FIINȚE DE ENERGIE VIBRATORIE, conectate în mod intim cu toate lucrurile din Univers, prin intermediul Câmpului de Energie Universală, pe care îl cunoaștem și îl vedem fără granițe. Corpurile noastre sunt cele mai frumoase opere muzicale, ale căror note sunt chiar „Superstring”-urile pulsânde. Universul este un mare Câmp de Energie Universală și noi suntem o parte vitală din el, împărțind aceeași energie, Energia Universală. La un moment dat, când această operă muzicală ce ne construiește pe noi iese din echilibru și ne îmbolnăvim, Câmpul de Energie Universală înconjurător are posibilitatea să ne readucă sănătatea și vitalitatea. Suntem înconjurați de energia ce nu are limite, ea singură ne conștientizează că există și că este disponibilă pentru binele nostru, dacă noi putem să-i învățăm limbajul, cum lucrează și cum tratează. Acesta este principalul subiect al cărții.

#### **6. Este Câmpul de Energie Universală o formă a Câmpului Electromagnetic ?**

Nu! Câmpul Electromagnetic este produs de o sursă, în timp ce Câmpul de Energie Universală nu este produs de o sursă, ci chiar el este adevărata Sursă a Câmpului Electromagnetic și a oricărui lucru în Univers. Câmpul Electromagnetic este limitat, în timp ce Câmpul de Energie Universală este răspândit peste tot. Câmpul Electromagnetic este tot Câmp de Energie Universală, însă reciproca nu este adevărată, deoarece Câmpul de Energie

Universală este Sursa oricărui lucru în Univers. Toată materia (ca de fapt orice formă de energie) este constituită din Câmpul de Energie Universală ce vibrează cu frecvențe variate.

### **Comentariu științific**

Câmpul de Energie Universală nu este Câmp Electromagnetic, chiar dacă există asemănări între ele. Un CÂMP ELECTROMAGNETIC este produs de o sursă ce conține sarcini electrice în mișcare. Odată produs, Câmpul Electromagnetic se propagă liber în spațiu, ca o combinație de câmp electric și magnetic, ce oscilează constant. El se mișcă în spațiu ca o undă electromagnetică, cu viteza luminii. Lumina vizibilă este o formă a câmpului electromagnetic (numită și foton), la fel sunt și undele radio, TV, microundele, radiațiile X. Un Câmp Electromagnetic nu este parte din materie – masa particulei sale fiind zero în repaus, dar el transportă energie, la distanțe foarte mari. Radiația soarelui, ce dă energie Pământului și ființelor vii, este un astfel de exemplu al Energiei Electromagnetice.

Lumina, fiind câmp electromagnetic, poate oscila cu diferite frecvențe. Frecvențele înalte produc radiațiile Gama și razele X, în timp ce frecvențele joase produc microundele și undele radio. Conform ecuației lui Einstein

$E=hf$  unde  $h$  este constanta lui Planck, iar  $f$  este frecvența, o frecvență (vibrație) mai înaltă transportă mai multă energie. Un CÂMP de ENERGIE UNIVERSALĂ, pe de altă parte, nu este produs de către o sursă, el este chiar sursa tuturor lucrurilor, fiind compus din „Superstring”-uri, particule mult mai mici decât atomii, decât lumina sau decât orice am perceput cu simțurile noastre, ori în laboratorul de fizică. Câmpul de Energie Universală este sursa luminii, a materiei, a forțelor din Univers, el se materializează în jurul nostru.

Deși este asemănător cu Câmpul Electromagnetic, Câmpul de Energie Universală se mișcă în spațiu ca o undă, cu oscilații constante. El umple tot spațiul, FĂRĂ NICI O EXCEPȚIE și transportă energie, Energia Universală, care poate atinge nivele uriașe și produce un spectru larg de frecvențe și de energii. Vibrațiile joase ale Câmpului transportă energii relativ mai joase decât cele ce sunt transportate de către vibrațiile mai înalte. Vibrațiile ce transportă energii mai înalte pot transfera energie în regiunile cu energii mai joase.

Câmpul de Energie Universală, la un nivel mai de jos al spectrului său energetic, produce materia în Univers, deci vibrațiile mai joase se condensează în universul aparent solid, vizibil simțurilor și conștiinței noastre. Corpurile noastre sunt formate din câmp dens, cu vibrații și energii joase. Cu toate acestea, la capătul spectrului energetic cu vibrații mai înalte, Câmpul de Energie Universală rămâne așa cum este, nu se materializează, deci aproape se păstrează în condițiile sale originale, ca un câmp liber (omogen), alcătuit din „Superstring”-uri. Acest câmp subtil înconjoară corpurile noastre și străbate întreg Universul și este sursa Energiei Universale, ce dă energia vitală corpurilor noastre. Schimbul de energie în acest Unic Câmp Universal, ține corpurile noastre în viață, funcționând într-un mod sănătos, atât timp cât dezechilibrele energetice sunt evitate. Dezechilibrele energetice sunt de fapt cauza îmbolnăvirilor. Energia Universală este cea care poate aduce vindecarea, dar numai cu acordul nostru. Cel mai important lucru observat aici, este următorul: conștiința noastră (care dorește sănătatea), corpurile noastre și sursa ce furnizează sănătatea prin Energia Universală, sunt părți ale aceluiași Unic Câmp Universal. Toate acestea sunt conectate și totul este Unul.

Câmpul de Energie Universală, cu vibrațiile sale joase, va fi numit Câmp Jos (LF) și cel cu oscilații înalte, Câmp Înalt (HF), ca o prescurtare în textul ce urmează. Atât LF cât și HF sunt părți ale spectrului ACELUIAȘI Câmp de Energie Universală, precum notele înalte și cele joase sunt produse de un singur pian. În timp ce LF dens construiește materia la energii joase, mult mai subtilul HF, la energii înalte, furnizează și hrănește corpurile noastre cu energie vitală (ca parte a Energiei Universale).

### **7. De ce nu putem observa Câmpul de Energie Universală („Superstring”-urile), direct?**

Câmpul de Energie Universală este un câmp foarte subtil, constituenții săi, „Superstring”-urile fiind obiecte foarte minuscule, mult mai mici decât atomii sau decât orice altceva cu ce ne-am întâlnit în laboratorul de fizică. Așadar, cele cinci simțuri ale noastre nu pot observa direct acest câmp. Se poate vedea însă numai manifestarea sa (intensificarea) la energii joase, ca materie. Oamenii de știință nu pot detecta acest câmp cu tehnologiile actuale, din cauza lungimii incredibil de mici a „Superstring”-urilor. Elementele fundamentale ale naturii (electronii, quarcii), presupuse elementare în acest moment, au o mărime ce se află la jumătatea ordinului de mărime dintre dimensiunea unei galaxii și a unui „Superstring”. „Superstring”-urile sunt cele mai mici entități ce există și sunt cu adevărat fundamentale și elementare.

### **Comentariu științific**

Superstring”-urile componente ale Câmpului de Energie Universală, sunt obiecte unidimensionale, cu o lungime de  $10^{-33}$  cm. Această dimensiune este foarte greu de imaginat, chiar și pentru un fizician teoretician. Dacă am pune 1 000 000 000 000 000 000 000 000 000 000 de astfel de „Superstring”-uri unul după altul, am obține doar 1 cm lungime. Lungimea unui „Superstring” este în același raport față de diametrul unui proton, precum este protonul față de diametrul sistemului solar.

Chiar dacă Câmpul de Energie Universală este peste tot, părțile sale elementare, „Superstring”-urile nu pot fi detectate direct sau experimental. Aceasta explică de ce tehnicile de tratament ce implică lucrul cu energie (precum este Metoda Energiei Universale) nu sunt creditate încă științific, până când oamenii de știință nu vor fi descoperit sau

punctat experimental, câmpul. În orice caz, fizicienii teoreticieni sunt conștienți de acest câmp și experimentele doveditoare sunt cu siguranță pe drum, cu toate că din cauza limitărilor tehnologice, poate mai trebuie așteptat până într-un viitor mai îndepărtat...

Câmpul de Energie Universală nu poate fi încă detectat direct, dar nu trebuie să ne descurajăm, căci deși noi nu îl putem observa direct, putem însă să observăm efectele sale, Energia Universală. Multe tehnici de tratament, inclusiv Metoda Energiei Universale, Qi Quong, Tai Chi au demonstrat eficacitatea Energiei Universale în susținerea sănătății și a vitalității sau în tratarea diferitelor boli, prin numeroase studii de caz. Faptul pe care noi îl putem observa, adică „Energia Universală la lucru” este o dovadă serioasă a existenței Câmpului de Energie Universală, care este de fapt Sursa de Energie Universală. Există lucrări teoretice ale comunității fizicienilor care sprijină acest lucru.

**În rezumat:** orice lucru în Univers este alcătuit din vibrații joase ale Câmpului de Energie Universală (LF), ce se materializează. Noi putem vedea forma pe care o ia ca materie – precum corpurile noastre – dar nu îi putem vedea părțile componente, „Superstring”-urile, care sunt prea mici pentru a fi detectate de simțurile noastre sau de știință. Energia înaltă a spectrului Câmpului de Energie Universală, pură, omogenă (HF) la vibrații înalte înconjoară (și umple) corpurile noastre, dar ea nu este parte din materie și nu poate fi detectată și observată. Putem însă observa direct urmările unui transfer de Energie Universală (sub forma energiei vitale), de la Câmpul Înalt, foarte subtil (HF), la Câmpul Jos, dens, (LF – corpurile noastre), care conduce la vindecarea corpului fizic.

### **8. Ce este energia și care sunt diferitele ei forme?**

Energia este definită ca fiind puterea interioară deținută de un sistem, ce dă posibilitatea sistemului să se susțină singur și/sau să se miște. Ea poate fi transferată sau eliberată de la un sistem la altul, în care caz poate determina schimbări fizice (sau forțe) în sistemul primitiv (sau absorbitor) de energie. Energia se conservă, ceea ce înseamnă că nu poate fi creată sau distrusă, ci numai transformată dintr-o formă în alta sau transferată altui sistem.

*Energia există în mai multe forme.*

Materia din care Universul nostru este alcătuit, este constituită din trei forme de energie: potențială, cinetică și energie internă. Energia cinetică este asociată cu energia sistemelor ce se mișcă. De exemplu, câmpul electromagnetic transportat de razele solare, care hrănește plantele, este o formă de energie cinetică. Energia potențială este energia stocată într-un sistem. Energia chimică stocată în hrană este o formă de energie potențială, iar energia internă este cea care ține atomii intacti și ea se mai numește și „energie materială”. Celebra ecuație a lui Einstein  $E=mc^2$ , descrie energia internă a unui sistem cu masa  $m$ .

La cel mai profund nivel, energia fundamentală este subtila Energie Universală, care este Sursa tuturor celorlalte forme de energie, este energia asociată cu Câmpul de Energie Universală („Superstring”-urile), ce pătrunde în întreg spațiul. Energia cinetică, potențială și internă sunt forme diferite (sau părți) ale Energiei Universale.

După cum știm, corpurile noastre sunt alcătuite din sisteme ierarhice, ce sunt făcute din diferite părți (organe), ce la rândul lor sunt compuse din celule variate. Fiecare celulă este constituită din molecule și atomi, menținuți împreună de forțe electromagnetice. În acest sens, corpurile noastre conțin toate cele trei forme de energie: cinetică, potențială și internă. În timp ce energia internă și cinetică asigură soliditatea corpului (și structura genetică), energia potențială furnizează hrana. Pe de altă parte, la nivelul cel mai de jos al ierarhiei, la care toată materia, inclusiv corpurile noastre, celulele sale și atomii sunt alcătuiți din Câmpul de Energie Universală, noi vedem că acestea sunt în același timp și un sistem vibrațional ce conține Energie Universală, ce apare ca energie cinetică, potențială și internă. Energia Universală este cea care dă soliditate și hrană corpurilor noastre.

Așa cum s-a menționat mai înainte, în partea joasă a spectrului său, Câmpul de Energie Universală, cu vibrații dense și joase (LF) se intensifică și formează materia. Motivul pentru care noi vedem materie diferită în jurul nostru (de exemplu: copaci, corpurile noastre, animale etc.) este rezultatul diferitelor frecvențe (sau vibrații) ale acestui Câmp Jos – LF. În partea înaltă a spectrului, unde vibrațiile sunt înalte și mult mai subtile (Câmpul Înalt – HF), NU se formează materie ci mai curând, câmpul își păstrează vibrațiile pure, ele transportând Energia Universală subtilă.

În timp ce Câmpul Jos – LF – formează corpurile noastre din forma brută, nerafinată a Energiei Universale (asigurându-i soliditatea și zestrea genetică), LF furnizează corpurilor noastre și hrana, folosind alte forme grosiere ale Energiei Universale (hrana și aer). Aici este important de observat, că aceste acțiuni ce sunt desăvârșite prin LF, dezvoltă mai curând energii joase – LE. (Este adevărat că noi suntem un corp energetic sau un câmp vibrațional, dar este la fel de adevărat că trupurile noastre funcționează la energii relativ joase). Din acest punct de vedere, Câmpul Înalt – HF – înconjurător, apare ca un salvator al vieții. Din cauza energiilor sale înalte și răspândite peste tot în natură, acest câmp interacționează cu Câmpul Jos – LF –și transferă o formă mult mai subtilă a Energiei Universale, către structurile formate din Câmp Jos – precum sunt și corpurile noastre. Această formă subtilă a Energiei Universale, ce are o legătură colosală cu energiile înalte, este instrumentul principal utilizat de orice tehnică de vindecare cu energie, Metoda de Vindecare cu Energie Universală folosită de SHY, fiind una dintre ele.

**Rezumând:** vitalitatea și sănătatea corpului sunt întreținute de patru surse: **programarea genetică, hrana, aerul și forma subtilă a Energiei Universale.** A patra sursă este furnizată de Câmpul Înalt, HF – cel mai subtil – care înconjoară corpurile noastre și este cea mai înaltă formă a sursei de energie – decisivă – în afara tuturor celor patru surse. Această sursă este cea mai importantă componentă în vindecarea corpului bolnav, lucrând cu energie. Toate

cele patru surse împreună constituie ENERGIA VITALĂ care îi dă corpului nostru forța vitală (forța de susținere a vieții). *Alte denumiri pentru energia vitală sunt: „Chi” sau „Prana”.*

Corpul uman este așadar un corp de energie vitală”, el interacționează cu Energia Universală subtilă, ce contribuie la supraviețuirea și sănătatea sa.

### **9. Ce dă viață corpului omenesc?**

Din afară, corpul omenesc pare a fi un sistem foarte complex. În el funcționează organe interne, celule și forțe chimice într-un mod ierarhic ce transformă energia într-o forță vitală, necesară autoconservării. Înaintea acestei complexități, la cel mai profund nivel, corpul uman este un câmp vibratoriu, ce pulsează cu frecvențe variate (în special în domeniul dejos). Complexitatea iese la iveală din simplitate, ca un fenomen excepțional.

Ceea ce dă acestui câmp vibrațional (corpul uman) proprietatea de a fi în viață, este energia vitală ce servește ca forță vitală, iar sursa ei este faimoasa Energie Universală, conținută în Câmpul de Energie Universală. Energia Universală nu asigură corpului numai factorii genetici, hrana și aerul, ci îl alimentează și cu energia pură, de care corpul are nevoie pentru o viață sănătoasă. Acești patru factori – genetici, hrana, aerul și energia pură – vor fi numiți, în continuare, cei „*patru vitali*”.

Este foarte important de observat că știința medicală tradițională recunoaște primii trei factori ai celor „patru vitali”, însă din nefericire, deocamdată ea omite să admită factorul al patrulea, care este esențial. Aceasta se datorează faptului că știința experimentală nu a reușit până acum să detecteze Câmpul de Energie Universală, subtil, ce înconjoară corpul. Pentru acest motiv, cele mai multe tratamente tradiționale (medicamentoase), sunt dirijate spre tratarea simptomelor bolilor și mai puțin spre îndepărtarea cauzei principale. Cauza principală a bolilor NU poate fi de origine fizică, deoarece corpul uman este în primul un corp energetic (un câmp vibrațional), ce are doar o aparență fizică. Înțelegând aceasta, vom folosi Energia Universală, care aduce vindecarea. Aceasta este medicina preventivă.

Cititorul trebuie să observe că acea energie vitală, care dă viață corpului prin cei „patru vitali: factorii genetici, hrana, aerul și câmpul subtil este numai Energia Universală, pentru că „cei patru vitali” sunt părți ale Câmpului de Energie Universală. Primii trei factori: genetici, hrana și aerul, fiind părți ale Câmpului Jos – LF, conțin energii scăzute, în timp ce câmpul subtil sau Câmpul Înalt – HF conține cele mai ridicate nivele ale Energiei Universale. Chiar dacă Energia Universală constituie toți cei „patru vitali”, noi ne vom concentra atenția asupra celui de-al patrulea factor (câmpul subtil) și vom folosi termenul de Energie Universală numai pentru Câmpul Subtil, (Câmpul Înalt – HF). Al patrulea termen a fost cel mai mult neglijat de știința medicală și culmea, el merită de fapt cea mai mare atenție.

**În rezumat:** corpul uman primește continuu și spontan Energie Universală de la Câmpul de Energie Universală, ce ne înconjoară. Această energie este componenta majoră a energiei vitale („Prana” sau „Chi”), ea dă viața corpului, asigurându-i necesitățile energetice și susținându-i sănătatea.

Reducerea energiei vitale conduce la boli și în cazuri extreme, pierderea totală a energiei vitale implică transformarea corpului în materie moartă, pentru că acesta își reduce vibrațiile și își pierde energia, care scade sub nivelul acceptabil, cerut de susținerea vieții. Materia moartă, cum ar fi: rocile, apa etc., este constituită din vibrații foarte joase. Același lucru se întâmplă și cu un corp ce este lipsit de energie vitală, el rămâne numai solid. Dacă corpul nu este alimentat continuu cu energie vitală, cu vibrații înalte, el nu își poate menține un nivel acceptabil al vibrațiilor (și al energiei) cerut de funcționarea sa, ca un mecanism viu. Așadar, energia vitală este cea care sporește vibrațiile corpului pentru a-i susține viața.

### **10. Dacă corpul uman este un corp energetic, atunci totuși de ce noi ne îmbolnăvim?**

Este o întrebare interesantă, pentru că ea implică faptul că trupul uman ar trebui să aibă întotdeauna suficientă energie intrinsecă, pentru a fi capabil să supraviețuiască într-un mod sănătos. Răspunsul este acesta: da, corpul uman este un corp energetic, dar este încă dependent de Câmpul de Energie Universală, înconjurător, pentru că energia sa intrinsecă folosește SOLIDITĂȚII sale, sub forma energiei interne și face ca atomii ce constituie corpul, să-și mențină o structură internă solidă. Acest lucru face însă corpul să fie doar la fel de bun ca o materie neînsuflețită. Restul energiei sale este distribuită între hrană, aer și programul genetic – care aduc o ordine intenționată a solidității (o ierarhie funcțională). Energia corpului este aproximativ echivalentă cu soliditatea, hrana, aerul și programul genetic, însă acestea nu sunt surse de energie suficient de ridicată ca să mențină corpul în viață într-un mod echilibrat, ele pur și simplu disipă energie. Prin urmare, energia vitală totală cere contribuția Energiei Universale subtile, ce vine ca o sursă de energie înaltă, din Câmpul de Energie Universală înconjurător.

Pentru a supraviețui în mod viguros, corpul are nevoie nu numai de energie intrinsecă, dar și de Energie subtilă, Universală. Ultima necesitate a corpului marchează conectarea sa intimă cu Universul. Așa cum am spus la început, tot ce există este Câmpul de Energie Universală și aceasta implică că totul este conectat într-un mod frumos și armonios. Universul lucrează ca o singură celulă.

### **11. Care este principala cauză a bolilor?**

Așa cum am văzut, corpul uman este în realitate un câmp individual cu energie vitală. În principal, el primește energia vitală de la Câmpul Universal înconjurător, ce este peste tot răspândit și care este sursa Energiei Universale. (Știm că acest câmp individual este doar o intensificare a Câmpului Universal).

Principala sursă a majorității bolilor este dezechilibrul la nivelul energiei vitale, care este foarte importantă pentru păstrarea corpului sănătos. Fără energie vitală suficientă, corpul își pierde energia și capacitatea sa de a funcționa corect, imunitatea îi scade și este mult mai susceptibil la viruși, bacterii sau la boli în general.

Nivelul minim al energiei vitale totale, pe care corpul îl cere pentru a fi sănătos, este dificil de măsurat experimental, însă teoretic noi îl vom nota „E<sub>min</sub>”, care reprezintă nivelul minim acceptabil al energiei vitale înainte ca prăbușirea corpului să fie posibilă. Nivelul Energiei Universale într-un corp sănătos este mai mare decât „E<sub>min</sub>” și îl vom nota simplu cu „E”, ce reprezintă cantitatea de energie vitală pe care o are corpul (sau un organ din corp, depinzând de context). Cu alte cuvinte, când „E” este mai mare decât „E<sub>min</sub>”, totul este bine, însă când „E” coboară sub „E<sub>min</sub>”, bolile se produc cel mai probabil. Câmpul de Energie Universală, subtil și continuu, alimentează corpul cu Energie Universală, iar în condiții normale ține „E” deasupra lui „E<sub>min</sub>”. Vom vedea în continuare, ce condiții îl fac pe „E” să scadă sub valoarea critică „E<sub>min</sub>”, conducând apoi la îmbolnăvirea corpului.

Corpul este un câmp individual ce vibrează constant cu o anumită frecvență sau cu o combinație de frecvențe. Atunci când energia vitală crește, vibrațiile corpului cresc și viceversa, deci energia și vibrațiile corpului sunt într-o corespondență reciprocă. Există anumite lucruri ce acționează în sensul reducerii acestor doi factori: energia și vibrațiile.

STRESUL prelungit sau ridicat reduce imunitatea întregului sistem ce formează corpul, așa că atât energia vitală, cât și vibrațiile asociate, sunt de asemenea reduse. Dacă stresul este asociat cu emoțiile interne, care conduc spre o tensiune într-o parte a corpului (un membru sau organ intern), atunci energia vitală (și vibrațiile corespunzătoare) se vor reduce semnificativ și „E” scade sub „E<sub>min</sub>”, iar în aceea parte a corpului se inițiază boala.

TENSIUNEA asociată cu STRESUL acut sau cronic este principala cauză a celor mai multe boli, pentru că afectează direct vibrațiile corpului, reducându-i energia vitală – corpul uman fiind un câmp energetic este cel mai vulnerabil la acestea. Celelalte cauze se datorează acestei cauze principale. De exemplu, un medic ce tratează stomacul pacientului prin medicație, tratează simptomele, dar nu și sursa. Un tratament complet poate avea loc numai cu Energie Universală – așa cum vom vedea mai târziu – care va îndepărta tensiunea și va ridica vibrațiile corpului, traducându-se în refacerea minimumului de energie vitală cerută de funcționarea sănătoasă a corpului.

Deși defectele genetice sau vulnerabilitatea corpului pot predispuce la boală, în cele mai multe cazuri nu sunt singura cauză a bolii, ci doar dacă sunt asociate cu un factor suplimentar, datorat „reacției la stres”.

## **12. Ce este „reacția la stres” și cum conduce ea la boli majore?**

Noi înfruntăm evenimente stresante foarte des, sub forma perturbațiilor exterioare, ce pot crea reacții emoționale puternice (probleme de muncă, financiare sau în familie, agitație în trafic, pierderi ale ființelor dragi, schimbări de reședință, termene scadente, poluare, o proastă nutriție etc.) sau în cazuri extreme, traume fizice.

Este foarte important să ne dăm seama că dacă un eveniment extern declanșează stresul, nu el este cauza. Ceea ce determină apariția stresului este percepția noastră asupra perturbației, ca pe o „posibilă amenințare”, urmată de o reacție emoțională puternică. Aceeași perturbație poate constitui un factor stresant pentru o persoană, dar nu și pentru alta, căci totul depinde de părerea, judecata, personalitatea și de reacția emoțională a individului. Sursa principală a stresului nu este mediul extern, este reacția noastră conștientă sau subconștientă, la mediul extern. Stresul nu este produs de evenimentele exterioare, el este produs chiar de evenimentele interioare, de interpretarea și de reacția noastră. Este rău că noi ne creăm propriul stres, însă este bine că putem să lucrăm asupra lui, cu ajutorul energiei, astfel încât, fie să nu mai apară, fie să-l îndepărtăm, dacă cumva a apărut deja.

***În continuare ne vom referi la stres ca la o reacție, neglijând autoinducerea sa.***

„Reacția la stres” este un eveniment psihosomatic în adevăratul sens al cuvântului, („psyche” înseamnă „minte” și „soma” înseamnă „corp”) condiționat de minte, care își reflectă simptomele în corp. Evenimentele externe declanșează în minte o reacție emoțională, ce devine internă sau se înmagazinează ca o tensiune fizică (biologică) sau stres, în corp. Aici vedem cum psihologia și sistemul nostru biologic sunt legate în mod intim și nu pot fi excluse sau separate. Cercetările științifice, nu contează cât de sofisticate sunt ele, dacă se concentrează numai asupra nivelului fizic (biologic), vor lucra mai degrabă cu simptomele decât cu sursa. „Reacția la stres” este strâns legată de reacția „**luptă sau fugi**”.

### **Comentariu științific.**

Reacția „luptă sau de fugi” este un fenomen biologic bine documentat, apărută ca urmare a evoluției și este prezentă atât la oameni cât și la animale, fiind de maxim ajutor atunci când individul stă față în față cu primejdia (ca și cum ar sta în fața unui tigru). În terminologia comună, crește adrenalina, această reacție ajutând individul să facă față primejdiei într-un timp minim. Evoluția așteaptă de la individ ca el să se protejeze de acțiuni amenințătoare („să lupte”) sau să acționeze pentru a le evita („să fugă”), în cel mai scurt timp posibil. Creierul primește semnalul „primejdie” și trimite rapid mesaje în corp.

În creier se eliberează atunci o substanță numită factor corticotropin (CRF), care determină producerea hormonului corticotropină (ACTH-**Adrenocorticotropic hormone**) de către glanda pituitară, glanda conducătoare a creierului, aflată chiar dedesubtul hipotalamusului, în creierul mijlociu. ACTH circulă în sânge și stimulează glandele



suprarenale. Glandele suprarenale se află în partea de sus a fiecărui rinichi și eliberează doi hormoni: adrenalina și cortizonul, care au două efecte majore:

1. Circulă în sânge și ajung la fiecare celulă din corp, fapt ce conduce la sporirea ritmului metabolismului general al celulei, pregătind-o pentru o activitate crescută.

2. Asigură energia necesară unei activități musculare sporite. Energia suplimentară este adusă de către adrenalina – care îmbunătățește respirația (intră mai mult oxigen în organism) și crește pulsul și presiunea sângelui (este furnizat mai mult sânge celulelor) și de către cortizon – care determină ficatul să elibereze glucoza și lipidele în sânge. Ca rezultat al acestei activități rapide, corpul are mai multă glucoză și mai multe lipide – deci energie – și mai mult oxigen disponibil (pentru a arde „combustibilul”), în timp ce o cantitate mai mare de sânge este împinsă în creier și în musculatură. Organismul este mai alert (oarecum excitat), cu tonusul muscular crescut (sub tensiune), cu alte cuvinte corpul se pregătește pentru a suporta activitatea musculară dificilă, prin concentrarea tuturor resurselor sale interne către amenințarea exterioară imediată.

Dacă problema poate fi rezolvată prin „luptă sau fugi”, soluția însăși previne stresul și funcțiile corpului încep să se îndrepte spre normalizare. După ce încetează eliberarea adrenalinei, cortizonul este încă eliberat, pentru a stimula conversia glucidelor și a proteinelor în energie, ca astfel corpul să aibă o cantitate suficientă de energie, după ce glucoza s-a epuizat. Aceasta dă corpului o rezistență suplimentară, pentru a compensa consecințele fiziologice ale reacției „luptă sau fugi”. Mai târziu, încetează și eliberarea cortizonului, echilibrul fiind restabilit. Astfel reacția „luptă sau fugi” apare a fi benefică. Ea alertează organismul și îi furnizează o putere suplimentară. După o reacție scurtă și câteva faze de rezistență, toate funcțiile corpului se reîntorc la normal.

Când individul nu poate lucra eficient cu perturbația prin „luptă sau fugi”, el rămâne neputincios. Nefiind în stare să fugă de perturbație sau să o elimine, individul continuă să fie expus tulburărilor, reacțiile sale emoționale se transformă în emoții negative, iar emoțiile negative creează neliniște în corp, ce necesită a fi eliberată. Negăsind un canal disponibil, emoțiile negative nu pot fi eliminate și atunci individul este nevoit să lucreze atât cu perturbația, cât și cu emoțiile proprii, dar neputând face față celor două solicitări, devine neajutorat fizic și emoțional. Neajutorarea fizică îi ține corpul (sau anumite părți) ÎNCORDAT (sub tensiune), așa cum a fost declanșat în faza „luptă sau fugi”. Individul este gata să acționeze, dar fără o soluție, el nu izbuțește și își păstrează automat încordarea, în timp ce slăbiciunea sa emoțională menține corpul excitat (în panică). Deci, sistemul este activat atât fizic cât și emoțional, într-un timp acceptabil, însă emoțiile negative asociate cu tensiunea din părțile corpului, creează o condiționare între emoție și încordare, numită **interiorizarea emoțiilor**. Atât timp cât emoțiile negative sunt prezente și tensiunea asociată va fi prezentă. Interiorizarea emoțiilor este cea mai primitivă, dar și principala reacție a unui organism expus la stres acut sau cronic și se dezvoltă pe diverse grade și nivele. De observat este că, emoțiile negative declanșate prin perturbații externe, sunt cauzate de o reacție internă. Individul nu poate evita emoțiile negative și sfârșește prin a le păstra în interiorul său, ca și tensiunea asociată lor. Nefiind eliminate, ele se blochează și au consecințe periculoase.

**Aceasta este „reacția la stres”.**

Răspunsul la stres este întotdeauna extern, neobișnuit și prelungit. Excitația continuă ca și încercarea corpului de a crea un echilibru, consumă energia vitală („combustibilul de rezervă”) conducând la o stare de epuizare iar sistemul fiziologic începe să cadă. Dacă nu este nici o schimbare în bine, stresul rezultat în sistemele fiziologice, tensiunea și lipsa de energie vitală, conduc la boli majore și fatale. În acest punct, „reacția la stres” nu este mai lungă decât răspunsul „luptă sau fugi”, dar este o reacție periculoasă. Observăm că în timp ce răspunsul „luptă sau fugi” este indus din afară, „reacția la stres” este indusă intern. În „luptă sau fugi” individul încearcă să scape de perturbație (încercând să o elimine), în timp ce „reacția la stres” este în primul rând atitudinea sa față de emoțiile negative, pe care trebuie să le elimine, dar este incapabil să o facă, interiorizându-le. Aceasta este o stare a autodistrugerii.

„Reacția la stres” este asociată cu perioade lungi de excitație a organismului. Întregul corp sau anumite părți din el, sunt tensionate și excitate. Datorită excitării prelungite, cortizonul continuă să fie produs dincolo de faza de rezistență dorită. Constant este utilizat mai mult combustibil (lipideși glucide). În mod suplimentar, cortizonul se atașează direct de receptori, în limfocite (celule ale sistemului imunitar) și conduce la afectarea funcționării lor, slăbind sistemul imunitar. Mai mult, cortizonul interferează cu serotonina (un neurotransmițător) în creier și aduce depresie și neliniște. Sunt implicate și alte părți ale sistemului endocrin și cu cât excitația organismului continuă și hormonii încep să se epuizeze, mintea începe să fie superactivată (sau epuizată sau deprimată), iar mușchii devin mai încordați.

**Pe scurt**, „reacția la stres” pe termen lung, golește de energie corpul, reduce imunitatea, secătuieste sistemul endocrin și înăbușă funcționarea neurotransmițătorilor în creier. Rezultatul este oboseala și depresia, dar asta nu se oprește aici. „Reacția la stres” slăbește funcționarea organelor vitale, din cauza sărăcirii lor în vitamine hidrosolubile (inclusiv vitaminele C și B) și minerale esențiale, cum ar fi ionii de magneziu și de potasiu. Când celulele corpului pierd potasiu, ele funcționează mai puțin eficient și chiar mor. „Reacția la stres” suprasolicită inima și vasele de sânge, conducând la slăbirea funcționării lor și în cele din urmă epuizează glandele suprarenale și producția lor de cortizon. Când aceasta se întâmplă, celulele corpului nu mai primesc suficient combustibil din glucoză (condiție cunoscută ca hipoglicemie), lipide și proteine.

Cel mai important este faptul că „reacția la stres” implică interiorizarea emoțiilor negative prin tensionarea anumitelor părți ale corpului. Prin repetiție, această stare devine o condiționare între emoțiile negative și tensiunea din părțile corespunzătoare. Tensiunea continuă să fie declanșată (în mod subconștient) și este simțită prin emoție, chiar atunci când perturbația nu mai există demult, deoarece persistă încă gândul existenței sale. (Această condiționare este denumită de obicei în teriorizarea emoțiilor și se simte chiar în stomac.) Tensiunea extremă în părțile corpului le secătuiește de energie vitală, căci este folosită o cantitate considerabilă de combustibil, pentru a menține tensiunea constantă. Când energia vitală este folosită pentru a menține încordarea, prea puțin din ea rămâne pentru a asigura funcționarea vitală a corpului (a membrului sau organului), deci celulele încep să moară și boala apare în acea parte a corpului.

Așa cum am văzut, în „reacția la stres” stresul emoțional precede stresul fiziologic și aceasta se traduce asupra organului țintă, printr-o eventuală boală (exemplul clasic este ulcerul). „Reacția la stres” este răspunsul primar al individului, din cauză că este direct legat de reacția „luptă sau fugi”. În alte cazuri, „reacția la stres” (pe care o putem numi și interiorizarea emoțiilor negative) poate fi urmată de mecanismul de autoapărare fiziologică. Cele mai multe dintre aceste mecanisme, pe termen lung sunt autodistructive și conduc la disfuncții fiziologice – tipul disfuncției este determinat de tipul mecanismului de autoapărare. De exemplu, deplasarea gândurilor negative (perturbația) condiționate de emoțiile negative, către un alt gând sau acțiune asociată, creează un cerc vicios în minte și duce la o dezordine obsesivă și compulsivă.

**Rezumând:** „reacția la stres” cheltuiește energia vitală („Chi” sau „Prana”) a acelei părți a corpului aflată sub tensiune, astfel încât energia vitală pentru acel organ sau sistem („E”) scade sub pragul minim cerut („E<sub>min</sub>”), ceea ce va determina reducerea vibrațiilor. Sistemul va înceta să funcționeze în mod sănătos. Acesta este cauza primară a celor mai multe boli (până la 90%) . Majoritatea bolilor sunt produse de „reacția la stres”, din cauza implicațiilor legate de reducerea imunității. Reducerea imunității face corpul mai susceptibil la orice boală, începând cu răceala și gripa, până la cancer. De exemplu, incidența bolilor grave, inclusiv cancerul, este semnificativ mai mare în rândul celor ce au suferit decesul partenerului în anul precedent.

### **13. De ce este „reacția la stres” atât de puternică în crearea bolilor?**

Este necesar să amintim că toate disfuncțiile fizice și mentale sunt în esență, dezechilibre energetice, deoarece corpul uman este în esență un corp energetic, ce pare material (solid), numai simțurilor noastre. În timp ce disfuncțiile fizice se datorează pierderii energiei vitale, în diverse părți (sisteme sau organe) ale corpului, disfuncțiile mentale se datorează pierderii energiei vitale în creier (minte). Pierderea energiei vitale slăbește sistemul și conduce la boli.

Energia subtilă a Câmpului de Energie Universală ce înconjoară corpul în mod continuu, îi furnizează Energia Universală, astfel că energia vitală a organelor este deasupra nivelului cerut de o funcționare sănătoasă a acestora (nu se ia în considerare contribuția factorilor genetici, aerului și hranei).

#### **Întrebarea fundamentală este: „Ce determină energia vitală să cadă sub nivelul critic?”**

Răspunsul este: „reacția la stres”, deoarece ea lovește direct în sistemul energetic al corpului. Reducând combustibilul (glucidul, lipidele, proteinele), imunitatea și resursele endocrine (hormonale) ale corpului, „reacția la stres” coboară energia vitală a anumitor organe, sub punctul critic. Ca răspuns, vibrațiile acelor organe se reduc. De observat este că individul – câmpul – continuă să primească cantitatea normală de Energie Universală de la Câmpul de Energie Universală, dar acest lucru nu mai este suficient. „Reacția la stres” consumă din energia vitală, în principal din cauza faptului că este asociat cu tensiunea din anumite sisteme. Efectele tensiunii nu trebuie subestimate. A menține un organ sau un membru încordat continuu (ca și cum ar fi blocat), necesită un consum uriaș de energie vitală. Energia vitală necesară pentru funcționarea celulelor organului, sfârșește prin a fi folosită pentru menținerea încordării, deci este canalizată spre un scop greșit, astfel că TENSIUNEA este cea care diminuează energia vitală în organul pe care îl „capturează”.

„Reacția la stres” este sursa primară și fundamentală a disfuncțiilor, pentru că este asociată cu răspunsul „luptă sau fugi”. Așa cum știm, răspunsul „luptă sau fugi” este un mecanism primitiv de apărare, dezvoltat pe parcursul evoluției. Totuși, orice individ care reacționează la perturbație externă – mai degrabă intuitiv sau uneori subconștient – cu emoții negative, poate sfârși prin a fi blocat în reacția „luptă sau fugi”, în mod permanent, căzând astfel în capcana „reacției la stres”. Aceasta este o reacție emoțională interioară a individului (asociată cu neajutorarea în fața unei situații), care creează tensiunea condiționată, asociată „reacției la stres”, astfel încât „reacția la stres” și tensiunea sunt autocreate.

În esență, „reacția la stres” este autodistructivă și (în mod subconștient) sinucigașă. Ea are ca scop să epuizeze și să termine sistemul pe care l-a ținut. Energia vitală aduce viața, în timp ce „reacția la stres” îndepărtează viața și dorește să aducă moarte. Disfuncția datorată stresului este izvorul sau cauza principală și comună a tuturor bolilor, deoarece ea sărăcește energia vitală și imunitatea, astfel încât corpul devine vulnerabil la boli. Corpul nostru, fiind un corp energetic, este mult mai susceptibil la „reacția la stres”, decât la orice altă amenințare. Energia vitală este cea care menține corpul sănătos și departe de boală. „Reacția la stres” anihilează această stare, îndepărtând fundația vitală, pe care corpul nostru este construit. În timp ce „reacția la stres” este cauza principală a pierderii sănătății corpului (condiția stabilă), orice alte boli sunt mai degrabă simptome (consecințe secundare) ale acestei condiții primare,

instabile. Astfel, orice tratament efectuat pentru eliminarea unei boli specifice, este îndreptat NUMAI spre eliminarea simptomelor, dar vindecarea poate veni numai dacă tratamentul este îndreptat spre îndepărtarea „reacției la stres”. Atât timp cât reacția la stres este prezentă, un simptom (boală) va fi înlocuit cu altul. Pentru acest motiv, tehnicile de vindecare (cele mai multe ce lucrează cu energie), îndepartează sau previn „reacția la stres” și ele pot fi considerate cele mai dorite de medicina preventivă. Tratamentele ce implică medicația, dovedesc de cele mai multe ori ineficiența medicinei simptomatice. Observăm că odată ce „reacția la stres” este îndepărtată, energia vitală se întoarce la normal și toate simptomele dispar.

Odată ce „reacția la stres” se cronicizează, boala (sau simptomul) conduce la o reacție de durată ce determină ca acea parte a corpului să rămână încordată. Pur și simplu, în timp ce acest organ sau combinație de organe (care sunt sub tensiune) pierde energia vitală din cauza încordării, alte părți ale corpului trebuie să facă față prin energia lor, la menținerea în organism a unei stări funcționale sănătoase. Corpul este un mecanism ce își menține funcționarea vitală datorită lucrului colectiv al sistemelor sale, căci un dezechilibru într-o parte va afecta alte părți sau întregul corp.

Din fericire, „reacția la stres” poate fi evitată sau îndepărtată și toate bolile pot fi vindecate, inclusiv cele ascunse, legate de imunitate. Capacitatea ființei umane de a învinge boala este remarcabilă. A vindeca o boală datorată tensiunii interne și emoțiilor negative asociate, necesită de fapt, eliberarea acestora. Dacă numai o tensiune este eliberată și emoțiile negative continuă, ele conduc la formarea unei noi tensiuni interne, subconștientul fiind condiționat de cele două. Pentru a vindeca orice boală, este necesar așadar să eliminăm „reacția la stres” și tensiunile asociate.

#### **14. Ce trebuie făcut pentru a îndepărta „reacția la stres” și care este rolul tratamentelor cu Energie Universală?**

Cea mai bună soluție este desigur să nu angajezi „reacția la stres” când ești pus în fața perturbațiilor emoționale, aducându-ți aminte că „reacția la stres” se autoinduce. Cu siguranță, aceasta nu este cea mai practică soluție, pentru că în majoritatea cazurilor, cei mai mulți indivizi se angajează să răspundă la stres în mod subconștient, aceasta făcând parte din felul lor de a fi. Din păcate, fiind bine conectată la răspunsul „luptă sau fugi”, „reacția la stres”, care este înăscută, este întărită în mod nefavorabil prin evoluție. Cineva ar putea doar presupune că evoluția nu a ținut seama de complexul de emoții al ființelor foarte evolute, care folosesc un sistem creat original pentru autoconservare pentru a se autodistrage. Numai puțini oameni pot și știu cum să trateze și să elimine emoțiile, atunci când fac față unor condiții perturbatoare, pentru perioade mai lungi de timp, fără să le interiorizeze în tensiune.

Evitarea „reacției la stres” poate veni după mulți ani de psihoterapie sau prin înțelepciunea spirituală ce va aduce înțelegerea necesară, acceptarea și credința într-o singură ființă adevărată și în „ceea ce este” și astfel „reacția la stres” nu va apărea niciodată. Înțelepciunea spirituală (ce va fi dezbătută mai târziu) previne „reacția la stres” în orice condiții.

Odată ce boala există, vindecarea poate veni prin lucrul cu Energia Universală (sau pur și simplu lucrând cu energia), care va îndepărta tensiunile asociate „reacțiilor la stres” și disfuncțiile simptomatice cauzate de o astfel de tensiune. Lucrul cu Energia Universală poate și va realiza aceasta, pentru că are puterea să crească vibrațiile sistemului afectat, printr-un aport suplimentar de energie vitală. Aceasta nu se poate întâmpla de la sine, pentru că în timpul „reacției la stres”, Energia Universală este adusă spontan de către individ, din câmpul înconjurător, subtil – Câmpul de Energie Universală – însă este insuficientă pentru a înlocui energia vitală consumată de „reacția la stres”. Câmpul de Energie Universală, subtil, furnizează energia ce curge în mod egal în toate direcțiile în spațiu și de care beneficiază și individul (câmpul), în condiții normale. Această energie (energia vitală) este într-o cantitate suficientă pentru funcționarea sănătoasă a organismului, atât timp cât „reacția la stres”, epuizantă, nu s-a manifestat încă. Dacă „reacția la stres” se manifestă, este necesară o cantitate suplimentară de energie vitală din câmpul înconjurător, pentru a contracara astfel energia pierdută. Aceste nivele superioare ale Energiei Universale pot fi recuperate numai din Câmpul de Energie Universală, prin intenții conștiente (intervenții) din partea individului sau mai bine ale terapeutului, care va canaliza (focaliza) Energia Universală spre zona afectată – în acest caz, zona bolnavă și tensionată a pacientului.

Intenția sau intervenția conștientă este un instrument puternic, pentru că el implică o prioritate și va permite ca Energia Universală, ce curge liber, să se reverse predominant asupra individului, cu o densitate sporită. Aceasta este o urmare a legii ce stabilește că energia merge acolo unde merge atenția. Prin urmare, energia vitală a organelor afectate se întoarce la normal prin creșterea vibrațiilor asociate, care la rândul lor vor înlătura tensiunea și „reacția la stres”. (Observăm aici, că o bază spirituală va fi de un mare ajutor pentru a elimina emoțiile negative prelungite, ce pot conduce mai târziu la „reacția la stres”).

Tehnica Energiei Universale, predată de Școala Spirituală Human Yoga sau alte tehnici predate de alte școli ce lucrează cu energie, precum terapia chakrelor (vindecarea prin atingerea cu mâinile), Qi Quong, Chi-Yi (arta respirației) – pot fi utilizate pentru direcționarea Energiei Universale spre cel în suferință.

Detaliile referitoare la accesarea și direcționarea Energiei Universale, împreună cu conceptele de chakre, vor fi explicate în profunzime pe parcursul textului.

Un instrument FOARTE important pentru a restabili organismul după stres sau după alte boli, este respirația adâncă denumită și respirația abdominală. Aceasta constă în umplerea, în timpul inspirației, a celor mai joase părți ale plămânilor, complet și în întregime, pe lângă părțile superioare. Când respirația abdominală este făcută conștient, pentru a înlocui reflexul condiționat și foarte limitat al respirației superficiale și este utilizată în viața de zi cu zi, rezultatele vor fi cu adevărat miraculoase. Respirația abdominală este cu adevărat vindecătoare și poate însoți lucrul cu energia. Ea trebuie să devină un regim standard zilnic, un mod de viață. Respirația abdominală profundă permite corpului să stea departe de tensiune și de stres, pentru că declanșează mișcarea și vibrația în corp, în locul imobilității și a tensiunii existente, crește aflulul de oxigen, contribuind la un aport mai mare de energie vitală, ajută individul să-și îmbunătățească conștient respirația, ca un frumos exemplu al legăturii intime dintre câmpul său individual și cel subtil. Persoana își dă seama că prin fiecare respirație primește nu numai oxigen, ci este legată la o parte din Universul în permanentă schimbare, această conștientizare – Unitatea și Integralitatea – crește cantitatea de Energie Universală recăpătată din câmpul înconjurător, conducând la acumularea energiei vitale în corp („Prana” sau „Chi”). Acesta este un mod natural și intens de canalizare (focalizare) a Energiei Universale, fără ajutorul unui terapeut sau vindecător. Toate acesteși implicațiile lor, vor fi dezbătute în detaliu, mai târziu.

Sfatul obișnuit „respiră adânc ca să faci față agresiunii” este foarte adevărat, dar insuficient, pentru că el trebuie urmat mereu, căci o nouă stare poate fi căpătată numai prin practică, respirația abdominală devenind subconștientă și permanentă.

### **15. Care sunt factorii „reacției la stres”, ce determină cele mai multe boli.**

#### **Comentariu științific**

#### **REZULTATE**

1. Cercetările medicale de la Cornell University Medical College numesc „reacție la stres” ca fiind problema medicală și socială cea mai îngrijorătoare, astăzi în SUA. Cu siguranță, aceasta se referă la fel de bine și la alte țări.
2. Între 80-90% din boli sunt datorate stresului, dar unii cercetători consideră că toate bolile sunt cauzate de stres.
3. „Reacția la stres” este în legătură cu șase cauze provocatoare de moarte: *bolile de inimă, cancerul, bolile de plămâni, accidentele, ciroza ficatului, sinuciderea.*
4. Următoarele simptome sau afecțiuni sunt cunoscute ca fiind legate de „reacția la stres”:

#### **I. Sistemul nervos central**

- Anxietatea
- Depresia
- Oboseala
- Durerile de cap

#### **II. Sistemul cardiovascular**

- Funcționarea deficitară a inimii (poate cauza anghina)
- Contractarea vaselor de sânge periferice.
- Hipertensiunea

#### **III. Sistemul digestiv**

- Stomacul deranjat, chiar și ulcerele
- Diareea
- Gastritele
- Ulcerele peptice
- Sindromul Bowel (probleme intestinale)
- Rănile dureroase în gură

#### **IV. Sistemul respirator**

- Astmul

#### **V. Sistemul muscular-osos.**

- Tensiunile în mușchii scheletici și în articulații
- Predispoziția la artrite
- Boli degenerative

#### **VI. Sistemul imunitar**

- Răcelile comune
- Bolile virale
- Bolile autoimunitare
- Alergiile
- Malignizarea celulelor – cancer

#### **VII. Sistemul endocrin**

- Dezechilibrele menstruale
- Dezechilibrele tiroidei (subactivare, supraactivare, tiroidite)
- Hiperfuncționarea suprarenalei

#### **VIII. Sistemul reproducător**

- Infertilitatea
- Menstruațiile neregulate
- Simptomele de tensiune premenstruale
- Ejacularea precoce
- Impotența

#### **IX. Pielea**

- Eczemele, psoriazisul, urticariile

#### **X. Bolile generale**

- Diabetul
- Degenerația țesuturilor
- Accelerarea procesului de îmbătrânire

5. Mai mult de 100 milioane de americani suferă de boli legate de stres.

6. Între 75-90% din toate consultațiile medicale sunt datorate stresului și anxietății.

7. În SUA, peste 50% din decese sunt în fiecare an rezultat al bolilor asociate „reacției la stres”.

8. Un sondaj raportează că mai mult de 25% din forța de muncă a SUA suferă din cauza excesului de stres și anxietate. 15 % din populația SUA este bolnavă de anxietate și un american din cinci suferă de insomnie datorată stresului.

9. „Reacție la stres”, când este severă, se transformă în arteroscleroză (îngroșarea arterelor), atacuri de inimă, comotie cerebrală și suicid.

10. Pentru că „reacția la stres” consumă energia, hormonii, enzimele (și alte substanțe chimice) și se neurotransmite în corp, așa cum este arătat prin studii, se poate manifesta în următoarele simptome: digestie slabă, probleme respiratorii, disfuncții sexuale, disfuncții ale sistemului imunitar și probleme ale sistemului nervos central, precum ticuri, contracții musculare, nervozitate (teamă, anxietate) și incapacitatea de a dormi bine.

11. În concordanță cu studiul publicat de Wall Street Journal, printre miile de supraveghetori din 46 de companii, mai mult de 70% au probleme din cauza stresului. Aceste persoane cheltuie mai mult de trei ori decât alții, pentru rezolvarea problemelor lor de sănătate. Statisticile arată că „reacția la stres” este semnificativă în crearea problemelor de sănătate.

12. Mulți medici sunt foarte conștienți de legătura directă dintre stres și boală. Referitor la natura bolii – de la cea mai simplă răceală până la cancer – pacienții sunt sfătuiți să se odihnească, să se relaxeze și să adopte o viață planificată, care să le reducă stresul.

13. Cercetătorii de la Mount Sinai School of Medicine din New York au descoperit că persoanele văduve, în primele 2 luni după decesul soților, au limfocitele reduse în mod semnificativ. Persoanele văduve cu vârsta peste 55 ani, au o rată a mortalității mai mare cu 40% în primele 6 luni după decesul soților, decât persoanele căsătorite, din aceeași grupă de vârstă.

14. Un număr din ce în ce mai mare de cercetători consideră stresul ca un factor al CANCERULUI.

Studiile desfășurate într-un număr de institute indică faptul că nivelul de activitate al celulelor ce identifică și distrug cancerul, este mai redus la persoanele care suportă nivele ridicate ale stresului, decât la persoanele care suportă un stres mai redus. Nivelul mai redus al activității, face ca celulele canceroase să se multiplice mai ușor. Atitudinea pacienților bolnavi de cancer este un factor important în procesul de restabilire, acei ce cred cu adevărat că se vor vindeca și care suportă mai puțin stres în ceea ce privește situația lor, au o șansă mult mai mare de vindecare, decât cei cu atitudine mai puțin pozitivă și cu un nivel ridicat de stres.

15. În ultimii ani, cercetătorii au demonstrat că oamenii și unele animale pot exercita un control voluntar asupra sistemului nervos vegetativ, (în ciuda celor ce se credeau în mod normal). Experimentele conduse de către dr. Neil E. Miller în 1969, au arătat că tehnicile de „biofeedback” au succes în reglarea circulației sanguine. Savanții, folosind echipamente sensibile în laborator, au arătat că practicanții de yoga și-au dezvoltat capacitatea de a-și controla consumul de oxigen, presiunea sângelui și temperatura corpului. Un studiu din 1968, efectuat la Harvard Medical School a descoperit că oamenii care meditează regulat, sunt capabili să-și reducă consumul de oxigen cu 20%, să scadă conținutul în acid lactic al sângelui (asociat cu neliniștea) și să inducă un nivel ridicat al activității mentale legat de liniște și stare de bine (unde alfa). Alte studii desfășurate de membrii aceleiași echipe de cercetare, în 1981, au arătat capacitatea călugărilor tibetani în a-și crește temperatura unor părți a corpului (degetele de la mâini, de la picioare, pielea) cu până la 8°C, în timpul meditației. Toate aceste studii confirmă faptul că starea de stres indusă intern poate fi contracarată, deci noi avem controlul total asupra condițiilor fundamentale ale corpului, atât timp cât știm cum să le stăpânim. Acesta este subiectul a ceea ce urmează.

#### **16. Ce este tratamentul cu Energie Universală și cum vindecă el bolile ?**

Câmpul de Energie Universală este răspândit în întregul Univers și înconjoară corpul omenesc, interacționează cu corpul, care este și el un câmp oscilant – câmpul individual. Totul este un singur mare câmp și toate sunt interconectate. Interacțiunea dintre Câmpul de Energie Universală și câmpul individual (persoana) rezultă într-un schimb de energie între cele două câmpuri – energia fiind transferată de la Câmpul de Energie Universală la persoană, aceasta din cauză că cel dintâi are oscilații mai înalte și o energie mai înaltă, în timp ce câmpul persoanei are oscilații și energii mai joase. Când oscilațiile înalte ale Câmpului de Energie Universală interacționează cu oscilațiile joase ale câmpului persoanei, el ajută la creșterea oscilațiilor persoanei – ceea ce este echivalent cu un transfer de energie. Acest transfer de energie este utilizat ca o parte fundamentală a energiei vitale necesară pentru viața și sănătatea persoanei.

În condiții normale (când hrana și aerul primite de corp sunt acceptabile) Energia Universală, care în mod natural și spontan provine din Câmpul de Energie Universală, menține corpul sănătos. Atunci când corpul este supus stresului, tensiunea internă poate reduce energia vitală a anumitor sisteme ale sale, la un nivel inferior pragului critic și boala poate afecta aceste sisteme, în ciuda transferului neîntrerupt de Energie Universală ce străbate corpul. De observat este faptul că acest flux de energie este prezent fără nici un fel de intervenție conștientă.

În cazul în care tensiunea nu poate fi îndepărtată prin diverse metode tradiționale (ceea ce se întâmplă în mod uzual), o cale eficientă de a îndepărta tensiunea este creșterea fluxului de energie din Câmpul de Energie Universală, către corp, prin intervenție conștientă. Numai când acest lucru este realizat, energia vitală a sistemului corpului poate fi adusă înapoi la nivelul dorit, vibrațiile corpului vor crește, revenind la normal, ceea ce va contrabalansa tensiunea. Vibrațiile înseamnă mobilitate în timp ce tensiunea înseamnă imobilitate și mobilitatea va trata întotdeauna imobilitatea, îndepărtându-se tensiunea și dând posibilitatea pacientului să elimine stresul. Dacă pacientul păstrează în sine emoțiile negative, este foarte posibil ca tensiunea să revină. Este foarte important să

scăpăm de emoțiile negative, ce sunt condiționate de tensiune. Acest lucru este cel mai bine realizat dacă avem o bază spirituală adecvată, ce ne va aduce pacea și acceptarea și o mai mică implicare emoțională. Valul puternic al Energiei Universale, la fel de bine ca și energia vitală ce va fi disponibilă pentru îndepărtarea tensiunilor, va da un surplus de energie corpului, pentru a îmbunătăți imunitatea, precum și refacerea celulelor și sistemului și ca urmare boala (simptome asociate cu tensiunea) va dispărea.

Chestiunea care rămâne este cum să creștem fluxul de Energie Universală de la Câmpul de Energie Universală către corp, la un nivel mai mare decât fluxul normal. În acest punct, rolul conștiinței – ca un mecanism foarte important – iese la iveală. Să definim mai întâi conștiința. **Conștiința individuală este facultatea minții, produsă de către creier, ce permite perceperea stărilor interioare (gânduri, sentimente, senzații etc.) și a stărilor exterioare (impulsuri provenind din mediu, așa cum sunt ele percepute de cele cinci simțuri).** Conștiința creează intenții, atenție (focalizare) și efecte aparente. Fără Conștiință, Universul este într-o stare „de nediferențiere”, ce se aplică de asemenea energiei – Energia Universală – pe care o conține. Energia curge fără a avea o direcție preferențială și are aceeași intensitate în toate direcțiile. Totuși, Conștiința (mintea) poate face ca această energie să curgă într-o direcție precisă, mai mult decât în alte direcții, ea realizează aceasta în mod intenționat, prin concentrarea atenției – energia merge acolo unde merge atenția. Când aceasta se întâmplă, Energia Universală va curge către locul indicat, cu o densitate a energiei mai mare decât înainte, ceea ce înseamnă vibrații amplificate, aplicate în locul dorit.

**Pe scurt:** când un pacient sau un terapeut se concentrează în mod voit către punctul de contact dintre persoana și Câmpul de Energie Universală, atunci se intensifică fluxul de Energie Universală dintre Câmpul de Energie Universală și acea parte a corpului, asupra căreia conștiința s-a focalizat înainte, va crește energia vitală a acelei părți a corpului, îndepărtându-se astfel tensiunea și boala asociată. Transferul de energie se realizează cel mai bine atunci când persoana care lucrează (terapeutul sau persoana în cauză) simte sau vizualizează imagini ale fluxului intens de Energie Universală, către locul ce necesită energie. O astfel de concentrare asupra Energiei Universale creează nivele ridicate ale fluxului de energie, în beneficiul pacientului, care nu ar fi fost altfel posibile înaintea intervenției conștiente – exceptând practicile de autoconștientizare (cum ar fi anumite tehnici de respirație). Intensitatea fluxului de energie poate fi asimilată metaforic cu o furtună. În condiții meteo normale, curenții de aer întâlnesc pământul cu o viteză, o forță și o intensitate redusă, dar în anumite condiții, cum ar fi în timpul unei furtuni, o fac având o viteză, o forță și o intensitate uriașă.

Una dintre cele mai eficiente căi de a direcționa Energie Universală, prin focalizarea gândului – este de a vizualiza (de a crea o imagine mentală) Câmpul de Energie Universală, normal invizibil, intrând în corp precum razele de lumină. Este ca și cum corpul ar respira nu aer, ci Câmpul de Energie Universală înconjurător și ar fi reîncărcat și hrănit cu energia acestuia.

Astfel tratamentul cu Energie Universală este o tehnică foarte eficientă, care nu numai că tratează bolile, dar le și previne, îndepărtând sursa. El îndepărtează tensiunea, crescând energia vitală și vibrațiile părților afectate. Tratamentul este realizat prin concentrarea conștientă a terapeutului (care fie că atinge zona afectată a pacientului, fie se concentrează asupra ei de la distanță) direcționează un nivel foarte intens al Energiei Universale spre partea bolnavă a corpului. Odată ce tensiunea este îndepărtată și energia vitală s-a reîntors la normal, boala asociată dispărea, aducând astfel sănătatea.

## **17. Cum poate conștiința – un produs al minții – să exercite controlul asupra Câmpului de Energie Universală ?**

Aceasta este o întrebare binevenită, căci Câmpul de Energie Universală apare a fi în afara minții. Cu alte cuvinte întrebarea este: Cum poate mintea noastră influența fluxul de Energie Universală către corp în nevoie, astfel ca energia să devină mai mare ?

Răspunsul este neașteptat. Chiar dacă Câmpul de Energie Universală pare ca fiind separat de persoană (care este un câmp individual) nu este chiar așa. În primul rând, știm că orice lucru din Univers este constituit dintr-un câmp de Energie Universală. Individul este doar o intensificare a vibrațiilor joase și dense ale acestuia, astfel că ceea ce numim Câmp de Energie Universală este mult mai subtil, cu vibrații mai înalte. Prin urmare, există o stare de similitudine. Câmpul Universal subtil este răspândit peste tot, incluzând și câmpul individual, fiind cu acesta într-o stare de întrepătrundere, dar aceste afirmații nu explică de ce câmpul individual poate fi capabil să influențeze câmpul subtil, în special dacă ele se disting ca fiind două entități diferite, cu vibrații și energii diferite. Cum poate individul să forțeze Câmpul subtil Universal să curgă mai intens în anumite direcții ?

Răspunsul este surprinzător. Deși Câmpul de Energie Universal și câmpul individual par distincte, nu numai că ele interacționează în cele trei dimensiuni ale spațiului nostru, dar în același timp ele sunt total conectate „dincolo de spațiu”, această conectare fiind însă în afara percepției noastre tridimensionale. Conștiința persoanei poate influența orice parte din Câmpul de Energie Universală, chiar părți foarte îndepărtate. Influența este într-un fel făcută de departe, foarte asemănătoare cu fenomenul telepatic, unde două minți distincte sunt conectate fără o intervenție fizică. Forța gândului canalizează direct Energia Universală spre pacient, ea călătorește nu în spațiu

(sau local) de la terapeut către Câmpul de Energie Universală, ci în afara spațiului (nelocalizat), datorită faptului că toate lucrurile sunt conectate între ele în afara spațiului și se pot influența unul pe altul, la orice distanță.

### **Comentariu științific**

Fizicienii au acceptat în trecut, că toate interacțiunile în Univers sunt locale, cu alte cuvinte principiul cauză-efect (principiul cauzalității) lucrează astfel: dacă un obiect A influențează un obiect B, atunci această influență trebuie să fie transmisă în și prin spațiu, fie prin contact, fie prin semnal, deci dacă două obiecte nu sunt conectate prin ceva, ele nu se influențează reciproc.

Mai târziu, în 1964, Bell a dovedit că această teorie era falsă. El a descoperit că interacțiunile între două entități pot fi de asemenea nelocalizate (în afara spațiului), deci două entități (sau obiecte), distincte și separate pot să se influențeze una pe alta, iar mediul sau vehiculul ce transportă influența nu trebuie să călătorească în spațiu. „Nelocalizarea” a fost considerată a fi cea mai importantă și mai senzațională descoperire din istoria fizicii.

Această teoremă spune: ***două entități îndepărtate se pot influența una pe alta într-un așa mod, încât entitatea afectată culege efectul din interior, mai degrabă decât din mediul extern.*** Deci, obiectul A trimite cauza – nu prin spațiu – ci mai curând prin interiorul ei (metaforic vorbind) și obiectul B primește efectul datorat acelei cauze, din interiorul ei, mai curând decât din exterior. Aceasta a lăsat perplexi fizicienii și continuă să-i nedumerească pe unii, până în zilele noastre. Teorema implică următorul fapt: chiar dacă entitățile A și B par distincte și separate, în percepția noastră tridimensională, de fapt dincolo de spațiu ele sunt conectate și într-o dimensiune înaltă ele sunt UNUL ȘI ACELAȘI lucru. Totalitatea și Unicitatea permit unei entități să culegă influențele altele asupra ei, mai degrabă intern decât extern.

Vom vedea mai departe că această teoremă se aplică de asemenea la individ și la Câmpul de Energie

Universală (amândouă câmpurile fiind „Superstring-uri” cu diverse vibrații). Amândouă câmpurile (atât regiunile de vibrații înalte, cât și joase, ale Câmpului de Energie Universală – cu toate că par a fi separate – ele sunt conectate (nelocalizat). Chiar și o persoană și o parte foarte îndepărtată a Câmpului de Energie Universală sunt conectate, căci ele sunt în afara spațiului. Pe deasupra, ele sunt amândouă „unul și același” într-o înaltă dimensiune Hiperspațiu – care este Sursa a tot, inclusiv spațiul nostru tridimensional, Câmpul (atât Universal cât și individual) și timpul. Conștiința accesează întotdeauna Energia Universală nelocalizat (în afara spațiului), chiar dacă ea poate trimite energie local (în spațiu), către organul afectat, prin chakre, așa cum vom vedea mai târziu.

### **18. Ce este terapia prin atingere (cu mâinile) și ce este vindecarea la distanță?**

Tratamentul cu Energie Universală poate fi făcut în principal în două moduri: cu mâinile (local) sau de la distanță. Tratamentul local are loc când terapeutul pune palma sau vârful degetelor sale, pe zona afectată a pacientului sau dacă zona afectată nu este pe suprafața corpului, el pune mâna pe chakra asociată (chakrele vor fi prezentate mai târziu). Punând mâna pe zona afectată, terapeutul își concentrează atât gândul cât și atenția și stabilește direcția fluxului de Energie Universală. Prin focalizarea conștiinței, el direcționează Energie Universală din Câmpul înconjurător de Energie Universală, către zona bolnavă. Această focalizare este întărită prin plasarea mâinilor și crește densitatea energiei, pe care zona bolnavă o primește la punctul de contact. Aici observăm că după un anumit timp de tratament, mâinile terapeutului se încălzesc sau vibrează, dar acesta nu înseamnă că energia este transferată de la mâna terapeutului la pacient. Mâna este doar un indicator, conștiința declanșează transferul de intens energie și energia vine direct din Câmpul de Energie Universală. Motivul pentru care mâna primește astfel de senzații este acela că mâna este expusă și ea fluxului de Energie Universală și prin urmare, vibrațiile sale cresc în mod natural.

În timpul tratamentului de la distanță, atât terapeutul cât și pacientul pot fi departe unul față de celălalt, chiar la mare distanță. În acest caz nu mai este utilizată mâna, rolul ei fiind preluat de atenția focalizată a terapeutului, care simte sau vizualizează pacientul și zona afectată (sau chakra) și direcționează Energie Universală spre zona bolnavă. El poate face asta de la distanță pentru că poate accesa Energia Universală nelocalizat, pentru că așa cum am arătat mai înainte, distanța în spațiu este irelevantă.

Câmpul de Energie Universală este într-o continuă mișcare și curgere, deci Energia Universală curge fără întrerupere în toate direcțiile și tot timpul. Când spunem că terapeutul accesează Energia Universală, înseamnă că conștiința sa face ca energia să curgă preferențial într-o direcție (direcția către zona bolnavă). Zona bolnavă (care are un nivel scăzut de energie) poate beneficia de aceasta, ca energie vitală. Acest lucru poate fi asemănat cu formarea unui canal artificial în apropierea oceanului, care va face ca apa să curgă predominant într-o direcție. Terapeutul direcționează fluxul de energie nelocalizat, pentru că influența terapeutului asupra energiei este fără contact fizic, de la distanță, în spațiu. O astfel de influență este posibilă, pentru că terapeutul, pacientul și Câmpul de Energie Universală sunt conectați în afara spațiului, unde realitatea tridimensională este irrelevantă și nu-și poate impune restricțiile. Astfel, „în afara spațiului” – chiar dacă nu poate fi observat cu simțurile sau cu mintea noastră – este cu toate acestea acolo, bazându-se pe teorii și experimente ale Fizicii Cuantice, la fel de bine ca și pe fenomenul Hiperspațiului cu „Superstring-uri”. Detaliile se vor discuta mai târziu.

## **19. Este terapeutul un canal pentru Energia Universală sau un vehicul?**

Am văzut că terapeutul poate trimite pacientului energie, concentrându-se asupra unui punct particular și această tehnică devine eficientă numai atunci când atenția terapeutului este echilibrată cu un calm desăvârșit. Terapeutul trebuie să-și dea seama că nu el este cel ce produce această energie (nu este el creatorul), ea vine din Câmpul de Energie Universală, el fiind numai un vehicul. Din această cauză el nu trebuie să se implice în ceea ce privește rezultatul terapiei – cu alte cuvinte, dacă omului îi este destinat, va fi vindecat, altfel nu. Dacă terapeutul nu este într-o stare de calm, fiind neliniștit din cauza dorinței sale de a vindeca pacientul (care este determinată de teamă), mintea sa va fi ținută departe de momentul prezent – căci mintea se va concentra mai mult asupra rezultatului terapiei – care este ceva legat de viitor –și el pierde din putere și eficiență. Încrederea în Univers și în munca sa, îi vor aduce o stare de pace și de liniște, iar atenția sa va lucra în mod optim.

Cu cât terapeutul se gândește mai mult la rezultatele terapiei, cu atât se implică mai mult afectiv, considerându-se răspunzător de rezultat și dorește să intre în rolul de „creator”. Într-un astfel de caz, terapeutul dă o atenție deosebită puterii voinței, pentru a obține un rezultat imediat al tratamentului și pune astfel ego-ul în acțiune, deși ego-ul nu poate ajuta niciodată. Este un punct vital ca terapeutul să înțeleagă aceasta: terapeuții nu sunt creatori, ei nu realizează tratamentul, ci sunt numai coordonatori (precum un polițist de circulație, ce direcționează și coordonează fluxul traficului – automobilele nu sunt conduse de către el, ci doar dirijate). Când terapeutul înțelege că el nu este „creatorul”, atunci poate lăsa deoparte tot ce privește consecințele terapiei. Câmpul de Energie Universală este cel care realizează vindecarea, furnizează energia și are grijă ca rezultatul să fie cel care trebuie, conform destinului.

Terapeutul nu este nici măcar „un canal”, din cauză că un canal înseamnă un mediu prin care curge energia. Energia Universală nu trebuie să treacă prin corpul terapeutului pentru a întâlni pacientul, ea pur și simplu vine din Câmpul de Energie Universală – fiind coordonată și dirijată de către terapeut. Dacă terapeutul își asumă și pretinde că este un canal, atunci propria sa energie vitală va fi redusă sau sărăcită, din cauză că conștiința sa (întreținută de propria sa credință) va transfera energie vitală de la corpul său la corpul pacientului, epuizându-l. Așa cum am spus mai devreme, energia merge unde merge atenția, dar noi trebuie să adăugăm că energia va veni de unde mintea gândește că trebuie să vină. Dacă mintea gândește că energia provine de la persoana terapeutului, aceasta chiar se va întâmpla. În concluzie, mintea este coordonatorul energiei și determină direcția curgerii sale, precum sursa sau destinația. În condiții normale, sursa trebuie să fie Câmpul de Energie Universală subtil, iar destinația, zona bolnavă a pacientului.

## **20. Ce sunt chakrele? Care este rolul lor în tratamentul cu Energia Universală ?**

*Chakrele sunt puncte în corp, unde Energia universală este transferată de Câmpul Universal înconjurător, subtil, către câmpul individual, mult mai dens, care este persoana.* Deci, chakrele sunt puncte de contact între Câmpul de Energie Universală și individ, prin care Energia Universală este transferată și apoi distribuită organelor asociate din corp. Prin definiție, orice punct de pe corp și din interiorul corpului este o chakră, deoarece fiecare punct din corp (o chakră) recepționează în mod spontan Energia Universală, direct de la Câmpul de Energie Universală subtil. Orice punct din corp poate să recepționeze nivele intense de Energie Universală, provenind de la același câmp, prin intervenție conștientă – cum ar fi în tratamentul cu Energia Universală, deci există un număr infinit de chakre.

*Chakrele pot fi considerate „transformatoare de energie”, pentru că ele transformă Energia Universală recepționată în energie vitală, ce este utilizată pentru funcțiile vitale ale corpului și pentru menținerea sănătății.*

Din infinitatea de chakre, șapte sunt „chakre majore”, acestea fiind aliniate și paralele cu coloana vertebrală – pe o linie verticală ascendentă, de la baza coloanei vertebrale până la cap; ele sunt localizate pe piele, pe partea din spate a corpului, mai puțin C6 și C7. Localizarea exactă a chakrelor majore este următoarea:

**C1 – (chakra Rădăcinii) – baza coloanei vertebrale – perineu**

**C2 – (chakra Sacrală) – între buricși C1, dar pe partea din spate a corpului;**

**C3 – (chakra Plexului Solar) – în spatele buricului;**

**C4 – (chakra Inimii) – în centrul pieptului, dar pe partea din spate;**

**C5 – (chakra Gâtului) – la baza gâtului;**

**C6 – (chakra celui de Al Treilea Ochi) – în mijlocul frunții, deasupra sprâncenelor;**

**C7 – (chakra Coroanei) – în vârful capului.**

Toate aceste șapte chakre sunt poziționate în puncte foarte importante, deoarece ele sunt în imediata apropiere a organelor majore, mușchilor, glandelor sau plexurilor nervoase (rețele nervoase). Fiecare chakră majoră este foarte aproape de o regiune specifică din măduva spinării, unde măduva spinării se conectează prin plexurile nervoase asociate, la organele interne vitale și mușchi. Fiecare chakră majoră este și foarte aproape de glandele vitale (sistemul endocrin).

Pentru a înțelege rolul important al acestor chakre, trebuie să înțelegem pentru început, anatomia și reacțiile fiziologice prin care tensiunile din corp se manifestă în timpul „reacției la stres”.



## **Comentariu științific**

Sistemul nostru nervos conține două secțiuni primare: sistemul nervos central și sistemul nervos periferic.

Sistemul nervos central este alcătuit din creier și măduva spinării în timp ce sistemul nervos periferic este constituit din nervi care pleacă de la măduva spinării către diferitele regiuni ale corpului, cum ar fi organe, glande, mușchi, piele etc. Sistemul nervos periferic este constituit tot din două părți: sistemul somatic, care asigură controlul voluntar al mușchilor scheletului, în principal pentru a realiza mișcarea corpului și sistemul vegetativ, care asigură acțiunile involuntare (cum ar fi controlul inimii, stomacului etc.) și controlul involuntar al organelor musculare, cum ar fi mușchiul cardiac. Sistemul vegetativ este divizat și el în două părți : simpatic și parasimpatic. Sistemul simpatic pregătește organismul pentru „luptă sau fugi” (excitație și activare), în timp ce sistemul parasimpatic relaxează corpul după o urgență și pentru somn (inhibiție și odihnă).

Când o persoană se află în fața unei perturbații externe, imediat ce perturbația este sesizată de creier, acesta trimite impulsuri prin sistemul nervos central la sistemul nervos periferic, în special la partea simpatică a sistemului vegetativ. În același timp, glanda pituitară din creier eliberează ACTH, care determină producerea de adrenalină și cortizon, de către glandele suprarenale. Acestea, împreună cu sistemul nervos simpatic, determină creșterea pulsului și presiunii sângelui. Deoarece sistemul nervos simpatic este conectat cu fibrele musculare, are loc contracția involuntară a mușchilor (mușchii organelor) prin trimiterea de impulsuri electrice. Musculatura netedă este cea care alcătuiește mușchii ce acționează ORGANELE INTERNE – cum ar fi plămâni (respirația), inima (circulația), stomacul, intestinale (digestia) etc. În același timp, sistemul voluntar tensionează anumiți mușchi (MUȘCHII SCHELETULUI, ai membrelor, abdominali, ai pieptului etc.), pentru un tonus muscular ridicat.

Ca rezultat al acestor activități, în timpul răspunsului „luptă sau fugi” corpul este într-o stare de excitație – cu sângele circulând mai rapid, alimentat cu mai multă energie și intră în alertă, iar mușchii se tensionează (atât intern cât și extern).

Când individul nu poate acționa asupra perturbației în mod eficient el se blochează în „luptă sau fugi”, producându-se astfel „reacția la stres”. Adrenalina – mai puțin – dar mai ales cortizonul, continuă să fie produse de către glandele suprarenale. Atât glanda pituitară, (producătoare de ACTH), cât și glandele suprarenale, se epuizează în timp. Sistemul nervos vegetativ simpatic rămâne activ, menținând mușchii organelor interne încordați. Întregul sistemul endocrin din corp este implicat (datorită altor hormoni produși de creier) în sărăcirea secreției hormonale și sistemul imunitar este slăbit. Cu cât mai lung sau mai acut este răspunsul la stres, cu atât mai serioase sunt consecințele: reducerea imunității, un sistem simpatic supraactivat, un sistem endocrin superactiv, mai multă tensiune în mușchii organelor interne și chiar mai multă încordare în unii mușchi externi. Tensiunea din mușchii organelor menține organele sub tensiune, care se traduce în reducerea energiei vitale și a vibrațiilor, conducând la îmbolnăvirea corpului.

Când terapeutul direcționează Energie Universală din Câmpul de Energie Universală către o chakră, cea chakră de pe corp absoarbe energia și o distribuie ca energie vitală către:

1. regiunea apropiată de măduva spinării și de acolo spre
2. plexurile nervoase (rețeaua), care leagă măduva spinării de organele interne. Observăm că plexul nervos este sistemul nervos simpatic vegetativ ce leagă organele interne și la fel de bine și fibrele lor musculare, pentru a le ordona funcționarea (dar în timpul „reacției la stres” tensionează mușchii acestora).
3. În mod suplimentar, de la chakră, energia ajunge la organul intern bolnav
4. și la mușchii săi voluntari
5. și la glandele asociate, ce se află în direcția de curgere a Energiei Universale.

Îndată ce chakra primește energie, sistemul nervos simpatic asociat, organele interne asociate, mușchii lor, precum și glandele apropiate, primesc Energie Universală sub formă de energie vitală.

Energia vitală pe care sistemul nervos simpatic o primește, conduce la reîntoarcere a activității la nivelul normal. Aceasta, împreună cu sistemul parasimpatic, permite mușchilor organelor interne să fie eliberați de TENSIUNEA respectivă. În mod suplimentar, Energia Universală ce ajunge la mușchii organelor, crește energia lor vitală și vibrațiile, ajutând la reducerea tensiunii produse (observăm că vibrațiile aduc mobilitate – mișcare în orice obiect imobil – în acest caz, mușchii).

Când tensiunea este eliberată, energia vitală a organului începe să se întoarcă la normal, deci sursa celor mai multe boli – tensiunea – este îndepărtată. Energia vitală care ajunge la organele interne, ajută să se refacă țesutul celulelor afectat de bolile simptomatice, mai mult ea merge la glande, le reface și aduce hormonii la nivelul normal. Până când tensiunea este eliberat și nivelul hormonilor se întoarce la normal, corpul este încă într-o stare de excitație, pe care o părăsește, intrând în starea de relaxare. Începe să înceteze producerea cortizonului, iar consecința acestui fapt este restabilirea imunității sistemului. Atât glanda pituitară cât și glandele suprarenale încep să se refacă, până când producția de ACTH, adrenalină și cortizon se oprește. În sfârșit, dacă s-a indus voluntar o altă tensiune în mușchii scheletici ai corpului, și aceasta se eliberează, deci corpul este sănătos și vindecă atât timp cât persoana nu reacționează iar la stres, fapt ce poate conduce din nou la starea anterioară.

La acest punct noi putem descrie fiecare chakră și plexurile sale nervoase, organele și glandele asociate.

Chakra	Plexul nervos	Glanda	Organul
C1-chakra Rădăcinii	sacral coccigian	gonade	organe sexuale, intestine, testicule, ovare, vezică urinară, șold, picioare
C2-chakra Sacrală	plexul sacral	gonade	organe sexuale, intestine, vezică urinară, rinichi, josul spatelui
C3-chakra Plexului solar	plexul solar	suprarenale	organe digestive, splină, stomac, pancreas, vezică biliară, diafragmă, mijlocul spatelui
C4-chakra Inimii	plexul inimii	timus	organe circulatorii și respiratorii, inimă, plămâni, bronhii, brațe, piept, partea de sus a spatelui
C5-chakra Gâtului	cervical	troidă, paratiroidă	organe respiratorii, gât, nas, urechi, vertebra a șaptea cervicală
C6-chakra Ochiului al Treilea	hipotalamic	pituitară	creierul mijlociu, ochi, față
C7-chakra Croanei	cortex cerebral	pineală	cortex, sistemul nervos central, restul corpului

De exemplu, dacă este vorba de o hipertensiune, va fi utilizată chakra inimii, iar dacă există o disfuncție a stomacului, va fi utilizată chakra plexului solar.

Să ilustrăm acum, printr-un exemplu, întreg conceptul de chakre. Dacă un pacient are un ulcer la stomac, prima cauză a bolii este lipsa de energie din zona stomacului, datorită „reacției la stres” a pacientului, care s-a reflectat în sistemul nervos simpatic, încordând mușchii stomacului și reducându-le energia vitală. Această boală se vindecă direcționând Energie Universală spre C3 – chakra plexului solar. Pentru a face asta, terapeutul pune vârful degetelor sale sau palma, pe chakra plexului solar și se concentrează acolo, cu intenția de a direcționa fluxul de energie din Câmpul de Energie Universală, spre C3 (mâna poate fi pusă direct pe partea din față a corpului, pe stomac, în loc de chakră). Energia Universală care ajunge la C3, curge direct spre sistemul nervos simpatic (în acest caz, spre plexul solar) și îi reduce activitatea. Energia ajunge și la mușchii stomacului, le crește vibrațiile și relaxarea și energia vitală și vibrațiile stomacului încep să crească. Energia de la C3 merge la stomac și la glandele suprarenale, astfel că stomacul este ajutat să se vindece, iar glandele suprarenale să secrete hormoni. Când sursa ulcerului (tensiunea în stomac) este eliberată, boala se vindecă, iar energia suplimentară direcționată spre stomac ajută la restabilirea sa rapidă, pacientul făcându-se bine.

Constatăm că pentru orice boală este o idee bună să direcționăm energie suplimentară spre C3 și C6 și în mod suplimentar spre chakra asociată cu boala specifică, căci orice boală, indiferent de forma sa, dezvoltă „reacția la stres” la sursa sa și apoi epuizează glandele pituitare și suprarenale, din cauza hiperactivității ACTH, adrenalinei și cortizonului. Energia direcționată spre C3 ajută glandele suprarenale să se refacă, în timp ce energia direcționată spre C6 refacă glanda pituitară. *Uneori, glanda pituitară este descrisă ca fiind „glanda destinului”, din cauza importanței sale în dezvoltare.* Ea exercită un control important asupra sistemului hormonal – în special tiroida, glandele suprarenale, și sexuale (cu fiecare boală, aproape toate glandele sunt afectate datorită „reacției la stres” și ele se refac natural odată cu descărcarea tensiunii asociată cu zona bolnavă; energia suplimentară direcționată fiecărei glande, o va ajuta să se refacă astfel mult mai repede).

Indiferent de disfuncție, C4 ar trebui să primească Energie Universală, din cauza legăturii sale cu timusul, care reglează sistemul imunitar. Așa cum am văzut anterior, „reacția la stres” slăbește sistemul imunitar, corpul devenind vulnerabil la boală, de aceea timusul are nevoie de energie suplimentară, pentru a menține sistemul imunitar activ – această energie va ajuta corpul să se refacă după boală.

**Observație:** cele mai multe boli autoimunitare sunt asociate cu timusul.

## 21. Când sunt folosite chakrele ?

Fiecare punct din corp este o chakră, așa cum a fost definit mai înainte. Chakrele sunt folosite ori de câte ori se utilizează Tehnica cu Energie Universală. Terapeutul poate dirija de la distanță Energia Universală, de la Câmpul de Energie Universală înconjurător, către orice punct al corpului sau din interiorul acestuia (către zona bolnavă), cu puterea gândului (sau a conștiinței). În acest caz, nu este nevoie să fie utilizate cele șapte chakre majore, însă acest lucru necesită un nivel avansat al concentrării sau vizualizarea ori simțirea organului intern afectat al pacientului, ceea ce nu este foarte simplu pentru un terapeut începător. (Observați că Energia Universală este întotdeauna accesată de la distanță și nelocalizat – în afara spațiului – indiferent de tipul tratamentului, local sau de la distanță.)

Pentru a crește eficiența și succesul vindecării, în timpul tratamentului local sunt folosite cel mai adesea, cele șapte chakre majore. Terapeutul pune mâinile sale pe chakrele majore, corespunzătoare problemelor pacientului și direcționează Energie Universală, prin focalizare voită. Energia primită de către corpul bolnav, prin chakre, va reduce hiperactivitatea nervilor simpatici ce țin mușchii organelor tensionați, crescând vibrațiile (energia vitală) mușchilor organelor interne, tensionați mai înainte. Cele două efecte ajută la îndepărtarea tensiunii existente și la regăsirea vitalității și sănătății, tratându-se astfel atât cauza cât și simptomele. În timpul tratamentului local, dacă este necesar, mâinile pot fi plasate și pe alte părți ale corpului, ca un supliment al chakrelor, întărind astfel efectul

tratamentului. Dacă boala implică membrele sau dureri în mușchii scheletului – cum ar fi mușchii spatelui – atunci sursa bolii este foarte probabil să fie tensiunea din mușchii striati, care au fost contractați de către sistemul nervos somatic (voluntar). În acest caz tratamentul poate fi realizat prin chakrele majore, la fel de bine ca și local, asupra zonelor afectate.

Cele șapte chakre majore pot fi utilizate și în timpul tratamentului la distanță, dacă locul exact al organului bolnav nu poate fi vizualizat sau simțit, pentru a dirija spre el fluxul de Energie Universală. În acest caz, terapeutul vizualizează sau simte chakrele majore, corespunzătoare bolii pacientului și direcționează Energie Universală, la distanță, cu ajutorul atenției focalizate.

Deși energia Universală este accesată nelocalizat (în afara spațiului), de această dată ea este dirijată să curgă în spațiu (localizat), de la chakră la măduva spinării și de aici către sistemul nervos asociat mușchiului, organului sau glandei. Astfel devine clar acum de ce direcționarea energiei către chakrele majore este o cale mai eficientă decât dirijarea către regiunea respectivă din interiorul corpului, pentru că nu numai organul și mușchii săi primesc energie vitală, dar și sistemul nervos simpatic și glandele asociate.

În concluzie, observăm că fiecare punct din corp, fiind o chakră, primește Energie Universală de la Câmpul de Energie Universală înconjurător, în mod direct, spontan și continuu, fără a fi nevoie de ajutorul unei intervenții conștiente sau fără ajutorul chakrelor majore. În timpul Tratamentului cu Energie Universală, nivelul energiei primite de corp este mult mai mare și mai intens decât în mod natural. Acest lucru este necesar deoarece fluxul spontan de Energie Universală nu mai este suficient pentru a menține energia vitală a organelor la nivelul cerut de funcționarea lor sănătoasă, pentru că energia vitală este folosită în scopul reducerii tensiunilor.

## **22. De ce, în general, chakrele sunt închise și cum pot fi ele deschise ?**

O chakră majoră se spune că este „închisă” dacă există o tensiune suplimentară, localizată pe traseul fiziologic dintre chakră și organul corespunzător bolnav. În timpul Tratamentului cu Energie Universală, aceasta este dirijată către chakre și de aici este de așteptat ca energia să întâlnească organul bolnav, pentru a îndepărta tensiunea asociată, din mușchii acestuia. Totuși, dacă există o tensiune suplimentară în corp, localizată între chakre și organul asociat, atunci pentru început trebuie să fie eliminată această tensiune, căci altfel energia vitală nu va mai întâlni organul și va fi consumată de tensiunea intermediară, localizată pe acest traseu. Deschiderea chakrelor se referă la îndepărtarea tensiunilor intermediare din corp, aflate între chakre și organele și glandele asociate. Aceasta este obținută dirijând Energia Universală, la început către chakre, un anumit timp, îndepărtându-se întâi tensiunea intermediară, înainte ca orice altă energie să fie dirijată către organul afectat și astfel se îndepărtează tensiunea primară. „Deschiderea chakrelor” este o cale preliminară a tratamentului energetic, care ne asigură că traseul de la chakra majoră către organul bolnav este liber de obstacole (tensiuni), astfel organul, mușchii săi și glandele pot eventual beneficia de toată energia vitală primită de această chakră. Totuși, deschiderea unei anumite chakre nu are ca singur scop îndepărtarea unui obstacol aflat între chakră și organe, ea vindecă și acea parte a corpului aflată pe traseul dintre chakră și organ sau glandă, îndepărtând din acel loc tensiunea.

Se spune despre o chakră că este „închisă” – anterior tratamentului cu Energie Universală – pentru că este de așteptat să existe diferite nivele de tensiune în unele părți ale corpului. Unii oameni își interiorizează emoțiile, mai ales în zona stomacului (plexul solar) și acolo vor exista tensiuni la nivele ridicate, dar nu înseamnă că nu pot exista tensiuni și în alte părți, precum în alte organe și părți ale corpului, inclusiv spate, coloană vertebrală, piept, organe sexuale etc. Prin urmare, tratamentul cu Energie Universală poate fi la fel de bine folosit chiar și când nu există aparent nici o boală în corp, pentru a elibera tensiunile acumulate, iar bolile nu vor mai apărea. Aceasta este medicina preventivă!

## **23. Odată ce chakrele sunt deschise, se pot închide ele din nou ?**

Eliberarea tensiunii de pe traseul dintre organele corpului, ca un rezultat al deschiderii chakrelor, nu garantează niciodată că aceste locuri vor fi întotdeauna libere de tensiune. După deschiderea chakrelor, dacă persoana continuă să reacționeze la perturbațiile exterioare, cu emoții negative prelungite și își păstrează emoțiile într-un astfel de mod încât nu poate să le elibereze, atunci condiționarea dintre emoțiile interne existente și tensiunile asociate în corp continuă și vor creași mai multă tensiune, deci nu numai că chakrele se pot închide, dar și organul vindecat se poate îmbolnăvi din nou. Ca parte a medicinei alternative, este necesară atât folosirea Tehnicii Energiei Universale, dar se impune și/sau existența unei baze spirituale, ce va preveni implicarea emoțională a individului, astfel încât tensiunea se va produce mai rar sau deloc.

## **24. Poate o persoană să se vindecă singură sau este întotdeauna necesar un terapeut ?**

Un terapeut extern nu este neapărat necesar, dar este fi de preferat. Pacientul poate fi întotdeauna propriul său vindecător, totuși la un moment dat, dacă pacientului îi lipsește puterea și condiția de a focaliza și dirija Energia Universală, atunci un terapeut extern poate face această treabă în timp ce pacientul se relaxează. Dacă pacientul nu suferă de o oboseală extremă, el poate folosi atunci singur tratamentul cu Energie Universală, atunci când nu are la dispoziție un terapeut.

Concentrarea pe direcționarea Energiei Universale (cu alte cuvinte, a fi un terapeut) pentru altcineva, conduce la pierderea unei anumite energii vitale a terapeutului, din cauza efortului implicat în concentrare, dar aceasta nu este

semnificativă și nu conduce la o stare critică decât atunci când Energia Universală recepționată spontan de terapeut nu este suficientă. Prea multă terapie asupra altora poate epuiza terapeutul, dacă el nu se reîncarcă din când în când, însă el poate utiliza respirația abdominală în timpul ședinței de tratament, reîmprospătându-și astfel energia vitală proprie, consumată în timpul concentrării atenției. Când un terapeut vindecă un pacient cu Energie Universală, aceasta nu vine de la terapeut, ci din Câmpul de Energie Universală, înconjurător, atât timp cât terapeutul nu gândește altfel. Prin urmare, în condiții normale, energia vitală pe care o poate pierde în timpul ședinței de tratament se datorează numai efortului de concentrare, iar pierderea poate fi redusă printr-o stare de liniște (credință), ce trebuie să însoțească concentrarea.

Dacă pacientul este propriul său terapeut, atunci poate folosi tratamentul local asupra lui însuși sau tratamentul la distanță – în acest caz „la distanță” înseamnă puterea gândului, concentrarea, mai degrabă decât atingerea. Dacă el utilizează tratamentul local în completare, punctele de pe partea din față a corpului, ce corespund chakrelor majore dorsale, trebuie să fie localizate, pentru ca eficiența să fie sporită. Mâinile servesc numai ca ajutoare, în focalizarea asupra zonelor bolnave, iar în ambele cazuri (local sau la distanță), pacientul va direcționa niveluri intense ale Energiei Universale, prin folosirea concentrării, de la Câmpul de Energie Universală, subtil, spre zona afectată.

### **25. Ce semnifică vibrațiile și senzațiile simțite în corp în timpul tratamentului cu Energie Universală ?**

Tu simți Adevărata Ta Ființă. Tu ești un Câmp Universal, individualizat și intensificat, care vibrează constant și aceste vibrații sunt ceea ce ești tu în realitate și ceea ce tu simți. În plus, nivelele intense de Energie Universală ce vin spre corpul tău din Câmpul Universal înconjurător, în timpul tratamentului vor crește vibrațiile tale și chiar, conștientizarea senzațiilor și vibrațiilor tale interioare va crește.

Corpul tău pare solid numai simțurilor tale. În realitate, înainte de toate, tu ești corp energetic – un câmp oscilant individual – parte intimă a Câmpului de Energie Universală. Tu, ca un câmp individual, nu ești numai o parte a uriașului Câmp Universal, tu ești de asemenea conectat cu El și cu fiecare parte a Lui, în plus, Tu ești chiar unul și același lucru cu Câmpul Universal din Hiperspațiu – așa cum vom vedea mai departe. Tot ce există este Sursa și Tu apari ca fiind o parte a acesteia, dar în esență Tu ești Acela. Este cu adevărat minunat să cunoști și să înțelegi unicitatea Adevăratei Ființe – cum Ea vibrează și pulsează cu energie oscilantă – ca o stea strălucitoare în Univers. Observăm că „rotația chakrelor” este un concept folosit pentru a descrie sentimentul vibrațiilor și senzațiilor în zona chakrelor majore.

### **26. Poate tratamentul cu Energie Universală să încetinească procesul de îmbătrânire ?**

Îmbătrânirea este un proces al organismelor vii, ce se produce datorită unei pierderi gradate și continue a nivelului energiei vitale, la nivel celular, pe parcursul ciclului vieții. Un factor, precum „reacția la stres” accelerează îmbătrânirea, deoarece în acest caz energia vitală este mult mai rapid epuizată, decât în mod normal. Pe de altă parte, din cauză că tratamentul cu Energie Universală implică un flux cu nivele foarte ridicate de Energie Universală, sub forma energiei vitale a corpului, o astfel de energie va învinge procesul de îmbătrânire cât de mult este posibil, însă nu-l va putea opri complet, datorită „principiului entropiei”, aflat la baza îmbătrânirii.

#### **Comentariu științific**

„Entropia” este un principiu în fizică, care privește în special, ramura numită Termodinamică. „Entropia” este o măsură a gradului de dezordine, într-o substanță sau într-un sistem. Principiul al doilea al termodinamicii enunță: „Entropia unui sistem va crește întotdeauna”. Aceasta înseamnă că deși energia se conservă întotdeauna în timp, un sistem își va disipa energia sub formă de căldură și astfel va pierde o parte din ea în mediu. Când sistemul are mai puțină energie, el devine mai puțin organizat, deci mai puțin ordonat și astfel entropia sa a crescut. Astfel are loc un proces ireversibil, pentru că o pierdere de căldură corespunde unei pierderi de energie, ce niciodată nu va putea fi reînțoarsă într-un lucru organizat.

În cazul corpului uman avem de a face cu un înalt nivel de organizare și ordonare, atât la nivel celular, cât și subcelular. Constituenții microscopici ai celulelor sunt astfel organizați încât interacțiunile chimice în interiorul celulelor și între celule se desfășoară corespunzător, pentru funcționarea vitală a întregului organism. O astfel de organizare este realizată cu ajutorul unei părți a energiei vitale ce corespunde codului genetic al corpului. Când celulele corpului, de-lungul anilor, pierd din energia lor, ele devin în mod gradat mai puțin organizate și ordonate, ceea ce reprezintă însăși procesul de îmbătrânire. După moarte, o astfel de dezordine se accelerează mai mult ca oricând, conducând la dezintegrarea și decăderea corpului.

Chiar dacă fluxurile intense de Energie Universală, direcționate către corp, vor crește energia vitală, ele nu vor sa creșterea entropiei (creșterea dezordinii) corpului. Aceasta din cauză că Energia Universală subtilă intrată poate folosi ca energie vitală în interacțiunile chimice din interiorul celulelor și între celule, prin aceasta încetinind procesul de îmbătrânire, însă ea nu poate ține sistemul ordonat (fără îmbătrânire) pe veșnicie, din cauza pierderii căldurii. Energia vitală implicată în organizarea corpului este asociată numai cu codul genetic adus la naștere de către Câmpul Jos – LF și care nu poate fi reîmprospătat prin fluxul de energie externă.

### **27. Care sunt alte tehnici de lucru cu energie ?**

Energia Universală este principală energie din Univers. Toate celelalte energii, cum ar fi energia electromagnetică, energia atomică, energia vitală în corp sau altele, sunt diferite forme doar ale Ei. Tehnica tratamentului cu Energie

Universală, descrisă mai înainte, face apel la Energia Universală, în mod explicit (direct). Există și alte tehnici ce folosesc Energia Universală, implicit, dar toate acestea au ceva în comun: ele folosesc diferite nivele ale Energiei Universale, împreună cu o combinație de respirații și mișcări.

Să numim câteva: Qi Quong, T'ai Chi, Reiki, Acupunctura, Yoga, Exercițiile de respirație, Terapia prin masaj, Terapia cranio-sacrală, Tehnica Alexander, Refacerea, Meditația etc. sunt abordări aparent deosebite, care folosesc Energia Universală în diferite aspecte. Toate pot fi folositoare pentru propria sănătate și oricare dintre ele poate fi un complement al tehnicii Energiei Universale (lucrul cu chakrele). În mod deosebit, Qi Qong și Acupunctura sunt considerate în China, ca fiind o necesitate pentru sănătate.

Toate aceste tehnici au ca scop să îndepărteze aceeași tensiune nocivă, din diferitele părți ale corpului sau să prevină ca aceasta să apară. Tensiunea cauzată de stres este sursa comună a tuturor bolilor, astfel că toate aceste tratamente energetice se străduie să îndepărteze sursa, mai degrabă decât să lupte cu simptomele. Ele îndepărtează sau previn tensiunea folosind mișcarea și respirația adâncă, ca două puternice unelte. Mișcarea blândă a corpului, combinată cu o respirație corectă, poate îndepărta tensiunea nu numai din mușchii exteriori, voluntari, dar și din cei interni ai organelor, aceasta conducând la o creștere a energiei vitale, pentru refacerea din boală sau poate menține corpul liber de tensiuni, susținându-i astfel sănătatea.

Așa cum am menționat anterior, tensiunea corespunde imobilității și vibrațiilor mai joase, în corp (deci mai puțină energie vitală). Când mișcarea sau mobilitatea sunt combinate cu respirația, ele pot îndepărta tensiunea, prin creșterea vibrațiilor corpului, astfel încât înțepenirea (nemișcarea, monotonia, plictiseala, stagnarea) pot fi înlocuite cu relaxarea și capacitatea naturală de a fi din nou viu. Forța vieții (energia vitală) este o forță întotdeauna în mișcare, ea se mișcă pentru a da posibilitate corpului să funcționeze. Tensiunea este precum un virus, ea consumă forța vitală și trage corpul către nemișcare, cu energie vitală puțină și vibrații scăzute. Deci, mișcarea și respirația revitalizează corpul, crescându-i vibrațiile și energia, eliberează „dușmanul”, care este tensiunea și astfel corpul trăiește din nou, dansând iar cu bucurie, precum o stea strălucitoare, ce vibrează și pulsează pe cer.

Cititorul trebuie să observe că numai simpla mișcare, precum întinderea și exercițiile, pot ajuta la eliminarea tensiunii și prevenirea acumulării ei, prevenind astfel bolile.

## **28. Care este importanța respirației ?**

Respirația, în mod special respirația abdominală adâncă, este foarte importantă și trebuie să însoțească orice lucru cu energia, inclusiv Tehnica Energiei Universale, mai mult trebuie să fie un mod de viață, cu alte cuvinte, un obicei continuu și permanent.

Când ne naștem, realizăm prima respirație adânc și din plin. Din nefericire, de-a lungul anilor, cei mai mulți dintre noi uităm de acest potențial intrinsec și îl înlocuim cu respirația inconștientă, superficială. Respirația superficială este un obicei condiționat, care are originea în reținerea respirației pe durata stresului. Corpul se tensionează și reține o cantitate mică de aer, ce umple doar partea de sus a plămânilor. La un moment dat când aceasta se întâmplă foarte des, respirația superficială devine un obicei și chiar un mod de epuizare. Respirația superficială este determinată de „reacția la stres” și întărește tensiunea în corp, iar o astfel de tensiune constantă în timp întărește respirația superficială și astfel se creează un cerc vicios, ce poate fi foarte periculos pentru corp, dacă este pe o durată mare de timp. El va continua puțin câte puțin să epuizeze energia vitală și va lipsi plămânii de maximum de oxigen posibil.

Punând o mână chiar mai jos de cutia toracică (deasupra stomacului, în jurul părții frontale a chakrei plexului solar) și inspirând adânc, observăm mișcarea în mâna noastră. Se mișcă ea înspre interior sau spre afară? Se mișcă cumva? Dacă ați respirat corect, mâna s-a mișcat vizibil înspre exterior. Respirând corect, diafragma (mușchiul ce separă cavitatea toracică de cea abdominală) se mișcă încet, în jos, pentru a crea vid în cavitatea plămânilor. Ca rezultat al acestei mișcări descendente, abdomenul este forțat înainte. Dacă ne imaginăm că plămânii sunt împărțiți în trei părți, respirația adâncă începe cu mișcarea în jos a diafragmei și umplerea cu aer a părții celei mai de jos a plămânilor, apoi partea din mijloc și pieptul se umflă, iar în sfârșit, se umple cu aer partea de sus a plămânilor. Atunci când persoana expiră, ea expiră complet și în întregime, aceasta se numește respirație abdominală sau respirație diafragmatică și înlocuiește obiceiul de a respira distructiv și îngust. Respirația abdominală nu înseamnă respirația aerului în abdomen sau stomac, ea înseamnă umplerea părților celor mai joase ale plămânilor complet și în întregime – suplimentar față de părțile de sus, astfel încât nu numai pieptul, ci și mușchii abdominali, se ridică și se mișcă în timpul respirației și coboară la loc, când respirația se termină, precum un balon.

Respirația abdominală poate fi întărită conștient, în clipa în care ne observăm vechea respirație superficială, până când aceasta devine o obișnuință subconștientă. Ea este foarte importantă, căci previne dezvoltarea tensiunilor atunci când persoana face față perturbației, permite corpului să se miște mai mult (nu numai partea superioară a pieptului, se mișcă întregul piept și de cele mai multe ori și abdomenul), minimizând astfel rigiditatea și nemișcarea, prevenind producerea „reacției la stres” și ajutând corpul să fie activ.

Un alt factor important este acela că, respirația abdominală atrage după sine vitalitatea în zona chakrei C3, care este chakra plexului solar. Așa cum am văzut înainte, C3 – chakra plexului solar, conduce zona ce guvernează stomacul, ficatul, pancreasul și glandele suprarenale, care sunt hotărâtoare în timpul „reacției la stres”. Stomacul,

în mod obișnuit, este asociat cu emoțiile, din cauză că cei mai mulți oameni tensionează această zonă în timpul „reacției la stres” și al respirației căci la cei mai mulți oameni această zonă este sub tensiune în timpul „reacției la stres”, utilizând respirația superficială, interiorizând emoțiile negative în această zonă – și astfel, ulceretele, deranjamentele digestive și problemele intestinale devin inevitabile. Respirația abdominală face ca plexul solar să conserve energia vitală a corpului, așa că sănătatea este păstrată și ea ajută corpul să folosească mai mult oxigen decât în cazul respirației superficiale, contribuind la claritatea minții, iar în timpul perturbațiilor, acea parte a corpului va fi mai puțin tensionată.

Când respirația abdominală devine un obicei, ea va ajuta persoana, nu numai să nu creeze mai multă tensiune, dar va ajuta și la eliberarea vechilor tensiuni. Trebuie să ne reamintim întotdeauna că tensiunea internă este cauzată de sistemul nervos, contractând și rigidizând mușchii interni și externi ai corpului. Respirația abdominală profundă nu permite să se întâmple aceasta, căci întărește continuu mișcarea mușchilor, iar aportul suplimentar de oxigen contribuie la sporirea energiei vitale a corpului, în mod considerabil. Mai mult, respirația abdominală profundă ajută să degajeze să se degajeze efectele tensiunii, printr-un oftat ușor.

Când o persoană folosește tratamentul cu Tehnica Energiei Universale (lucrul cu chakrele) pe un pacient sau pe sine, persoana trebuie să se asigure întotdeauna că folosește respirația abdominală. Este preferabil ca respirația abdominală să fie un mod de respirație permanent, dar este și o cerință definitorie în timpul transferului cu Energie Universală, din cauza nevoii de energie vitală a corpului și a necesității eliberării tensiunii. Un terapeut trebuie să-i sugereze pacientului să folosească respirația abdominală în timpul terapiei cu Energie Universală. Deci, Tehnica Energiei Universale poate fi combinată cu respirația abdominală, pentru a obține rezultate puternice în vindecare, restabilire sau în prevenirea bolilor.

Atât timp cât terapeutul își focalizează atenția asupra direcționării Energiei Universale către zona bolnavă, pacientul trebuie să fie într-o stare de receptivitate și să-și îndrepte întreaga sa atenție conștient, spre aceeași zonă, în timp ce realizează respirația abdominală. Simțind senzațiile și vibrațiile în zona afectată sau cel puțin conștientizând o senzație în interiorul corpului (ca și în „biofeedback”), se va accelera relaxarea mușchilor interni, precum și eliberarea tensiunilor.

Autorul dorește să sugereze și faptul că este bine să se folosească tehnica respirației, care utilizează mai multe combinații de respirații și cea mai subtilă Energie Universală (să o numim respirația Energiei Universale). Respirând profund, folosim abdomenul și pieptul, iar în timp ce respirăm vizualizăm razele Câmpului de Energie Universală, înconjurător, intrând în interiorul corpului nostru ca raze de lumină și hrănindu-ne corpul nostru cu Energie Universală. Când expirăm rar și complet, simțim corpul relaxându-se, simțim senzații în interior. La fiecare respirație simțim energia curgând în interior, în fiecare celulă a corpului, iar la fiecare expirație simțim corpul relaxându-se. Acum nu respirăm oxigen cu plămâni ci Energie Universală cu întregul nostru corp. Imaginați-vă efectele acestei respirații. Voi direcționați conștient și intenționat nivele intense ale Energiei Universale din Câmpul de Energie Universală, înconjurător, subtil și peste tot răspândit, către corpul vostru, iar în același timp permiteți corpului vostru să se miște împotriva oricărei tensiuni și să primească mai mult oxigen. Efectele acestui fapt pot fi fenomenale. Se poate spune că este o autovindecare sau o prevenire a bolilor. Toate tensiunile vor fi eliberate și corpul se va umple cu energie vitală. După un timp veți începe să simțiți sensul vibrațiilor dezvoltându-se în corpul vostru și îl veți simți pulsând, plin de forță vitală, relaxat, liber de tensiune și de orice boală.

Această tehnică poate fi folosită pentru întreg corpul sau pentru o zonă locală. Dacă este vorba de o zonă locală, atunci tu vei respira prin ea, ceea ce înseamnă că vei respira profund cu plămâni, în timp ce vizualizezi și focalizezi Energia Universală îndreptându-se spre partea respectivă a corpului – în timpul inspirației simți vibrațiile interioare, iar în timpul expirației – relaxarea. Zona afectată sau dureroasă, va respira energie vitală, în timp ce plămâni tăi vor respira oxigen; în acest fel vei putea elimina aproape orice tensiune și vei începe să-ți vindeci boala și să îndepărtezi durerea.

Este bine să se dezvolte o anumită stare de conștiință în corp – să simți dacă ești tensionat în vreo parte a corpului, în timpul lucrului, al șederii sau chiar al vorbirii. Dacă simți așa ceva, cel mai bun mod să scapi de această stare este să respiri, folosind metoda prezentată anterior, relaxându-te și tensiunea nu se va transforma într-o tensiune cronică, producătoare de boală.

Dacă continui să exersezi respirația Energiei Universale în fiecare zi, poți să sporești starea de conștientizare la un astfel de nivel încât respirația abdominală nu va deveni numai automată, ci vei profita de nivelele ridicate ale Energiei Universale, ce sunt direcționate către corpul tău în mod continuu – chiar și fără prea multă concentrare. Aceasta se întâmplă deoarece conectarea ta intimă cu Câmpul de Energie Universală ce te înconjoară va deveni un reflex, ajutându-ți conștiința să atragă din ce în ce mai multă energie, în fiecare zi. Tu și corpul tău – ca un câmp individual – ești în mod intim conectat și întrepătruns cu Câmpul de Energie Universală. Darul numit conștiință, pe care îl ai, îți dă toate privilegiile să beneficiezi de Câmpul Universal și să accesezi atât de multă Energie Universală, câtă ai nevoie.

## **29. Putem preveni „reacția la stres”, tensiunea și altfel de forme ale bolii?**

Pentru a răspunde la această întrebare, să rezumăm ce determină o boală în corp. Dacă o persoană este supusă unei perturbații, într-o așa manieră că ea reacționează la aceasta printr-o stare de excitație și cu emoții negative, dacă ea nu poate lucra eficient cu emoțiile, atunci va fi împinsă în reacția „luptă sau fugi”, ce conduce la apariția „reacției la stres”. Ca un rezultat, excitația și tensiunea asociată în diverse părți ale corpului continuă, în timp ce tensiunea este aproape permanent condiționată de păstrarea emoțiilor. Când această stare este acută sau devine cronică (prelungită), atunci în acea parte a corpului se menține tensiunea, iar tensiunea va epuiza energia vitală, căci nu există o energie suficientă în acea parte a corpului ca aceasta să funcționeze într-un mod sănătos. Tensiunea este creată de sistemul nervos involuntar (vegetativ și în special simpatic), care contractă mușchii organelor interne sau uneori somatic – adică voluntar, de sistemul nervos care tensionează mușchii scheletului.

În lumina acestor cunoștințe, vedem că întregul proces începe atunci când persoana face față perturbațiilor și astfel se ajunge la boală, printr-un proces în lanț, cu multe legături intermediare. Este bine să ne propunem să rupem lanțul într-un punct, pentru a preveni rezultatul final, care este producerea bolii.

Să începem cu legătura cea mai exterioară și să mergem, înapoi... Legătura cea mai de dinafară (exterioară), care lucrează și tratează simptomele, mai mult decât cauza principală, se află, din nefericire, în zona medicinei tradiționale. Nu se poate aduce vindecarea atât timp cât scopul tratamentului este doar boala individuală. Dacă nu se recunoaște existența unei cauze comune – „reacția la stres” – simptomele (bolile) sunt înlocuite una cu alta.

Să ne uităm la nivelul sistemului nervos și să vedem ce putem face acolo. Știm că hiperactivitatea sistemului nervos involuntar contractă și tensionează mușchii organelor. Nu cu mulți ani înainte, se credea că sistemul involuntar nu putea fi controlat de gândul conștient, dar este important să înțelegem că aceasta nu este chiar așa. Cu ajutorul „biofeedback”-ului și a imaginilor mentale (precum meditația sau yoga), controlul conștient poate fi realizat în afara sistemului nervos involuntar. Acesta poate fi folositor în controlul efectiv al „reacției la stres”, pentru că o tensiune poate fi eliberată prin reducerea activității sistemului nervos sau poate fi chiar evitată total. Prin instruire, se poate învăța cum pot fi conduse funcțiile interne ale corpului.

Acum în loc să ne îndreptăm atenția spre energia vitală a corpului și să vedem dacă putem face și acolo ceva. Tensiunea folosește energia și reduce imunitatea, deci corpul are nevoie de mai multă energie vitală pentru a se restabili. Știm că nevoia sa de energie poate fi satisfăcută de Energia Universală, care va elibera tensiunea ridicând vibrațiile și coborând activitatea sistemului nervos și va învinge și simptomele (bolile). Tehnica Tratamentului Energiei Universale este cea mai eficientă metodă ce aduce vindecarea bolilor, dacă persoana nu persistă în a menține emoțiile negative ce pot crea și mai multă tensiune. Tehnica Energiei Universale poate deveni mai puternică prin utilizarea respirației abdominale discutate anterior, pentru că o astfel de respirație va contribui la anihilarea efectelor tensiunilor sistemului nervos involuntar. Combinate amândouă, pot fi folosite ca medicină preventivă.

Acum să ne întoarcem direct la sursă și să vedem dacă putem preveni total „reacția la stres”, analizând reacția comportamentală, care în mod normal conduce la „reacția la stres”. Știm că reacția emoțională a persoanei, împreună cu tensionarea corpului creează „reacția la stres”, iar nu perturbația însăși. Neavând control asupra perturbațiilor exterioare, trebuie să vedem dacă suntem capabili să ne controlăm reacțiile și tensiunile. Am văzut că tensiunea involuntară a mușchilor este subconștientă, dar ea poate fi transformată în conștientă prin „biofeedback” – ceea ce este un lucru pozitiv. Pe de altă parte, trebuie să înțelegem că o parte din controlul nostru voluntar asupra mușchilor noștri se poate realiza subconștient, din cauza condiționărilor noastre din trecut. Aici este important să conștientizăm o astfel de condiționare, căci ea poate fi eliminată prin recondiționarea conștientă.

Ultima întrebare este: avem noi control asupra emoțiilor noastre, astfel încât dacă reacționăm cu emoții negative să nu ni le menținem active pentru mult timp? Când emoțiile negative nu sunt prelungite, nu vom avea tensiune prelungită și astfel corpul nostru nu va fi într-o continuă stare de excitație. Răspunsul este afirmativ, dar el poate veni numai cu înțelegerea completă și de nezdruccinat a Adevărului, despre noi și despre Univers. Aceasta este baza spirituală de care avem nevoie, fiind subiectul ce urmează. Numai cel ce deține o astfel de înțelegere spirituală și nu se implică emoțional, în mod continuu și prelungit, va accepta „ceea ce e este” și nu va suferi.

## **30. Bazele spiritualității**

„Tot ce există este Sursa sau Dumnezeu și nu este nimic altceva decât Sursa”. „Sursa este Una singură”.

Când aceste afirmații sunt înțelese perfect, nu au mai rămas întrebări în minte. Dar pe cât de simplu sună, înțelesul și explicațiile lor sunt profunde și nefamiliare celor mai mulți dintre noi.

Când privim în jurul nostru, vedem diversitate, multitudine. Pare că întreg Universul este format dintr-un număr infinit de entități, obiecte, toate cu o substanță și aparență diferită. Nu vedem nici o existență identică cu alta, sunt întotdeauna diferențe – uneori foarte subtile. Orice există este unic și distinct față de altceva (nici două amprente nu sunt la fel). Totul – aproape întreaga materie – pare foarte solid. Vedem granițe, observăm separația. Există un sens al lui „Eu” sau „Eu am un corp” – corpul meu, care pare să fie separat de alte corpuri și de restul Universului. Există sensul existenței „subiectului”, în timp ce orice altceva pare a fi „obiect”. Există senzația „creatorului” – precum „Eu fac asta, Eu am făcut asta sau Tu ai făcut...”, care întărește sentimentul că fiecare dintre noi este o

entitate autonomă (independentă), ce poate face lucruri independente față de rest sau față de Univers. Avem senzația că deținem controlul asupra emoțiilor sau a acțiunilor noastre, simțim că avem „liberul arbitru”.

Dacă asta este chiar adevărat, atunci de ce originalul nostru pretinde: „Tot ce există este o singură Sursă sau Dumnezeu și nu există altceva decât Sursa”? Pare a fi illogic sau doar o teorie intelectuală, inventată pentru confortul căutătorilor spirituali. Cum poate să existe numai Sursa și apoi în același timp, cum putem avea toate aceste diversități și separarea pe care o observăm? Afirmatia noastră originală pare să contrazică faptele evidente și experiențele noastre clasice, deoarece noi nu spunem că orice lucru provine din aceeași Sursă, ci noi spunem „orice lucru este Sursa”. Este o afirmație foarte puternică, în contradicție aparentă cu experiențele noastre zilnice, referitoare la Adevăr.

În cele ce vor urma, vom vedea că afirmația „Totul este Sursa Unică sau Dumnezeu” este de fapt foarte compatibilă cu toate experiențele noastre. Nu numai atât, noi vom descoperi că acesta este Adevărul fundamental. Vom afla că tot ce am vorbit până acum despre Adevăr, este numai un adevăr relativ, dar este chiar 100% în concordanță cu acest Adevăr unic – „Totul este Sursa”. Vom putea înțelege că toate acțiunile despre care spunem că sunt acțiunile noastre sunt de fapt acțiunile Sursei Unice și toate acestea le vom putea dovedi prin folosirea unor noi și senzaționale descoperiri din Fizica Modernă, ce sunt prezentate în ultimul „comentariu științific”. În continuare vom revela și conceptul a ceea ce este Sursa.

Să descriem acum pas cu pas, cum Sursa Unică poate să apară în diverse manifestări, deci cum Unitatea și Simplitatea pot conduce la o astfel de Complexitate.

Sursa (Absolutul, Dumnezeu sau Adevărul) este într-o continuă Mișcare. Ea vibrează în mod asemănător unor expansiuni și contracții continue și vibrațiile Ei sunt constituite dintr-un spectru larg, de la jos la înalt, ca și diferitele mărimi (înălțimi) ale valurilor pe suprafața unică a oceanului. Universul este aceasta „Sursă în Mișcare” și nimic altceva, pur și simplu este Sursa vibrând cu frecvențe diferite. Fiecare lucru din jurul nostru este o vibrație (frecvență) diferită a aceleiași Surse, iar orice lucru pare diferit numai din cauză că diferitele vibrații ale Sursei se prezintă diferit celor cinci simțuri sau conștiinței noastre. Cele mai multe lucruri ne apar foarte solide deoarece anumite vibrații creează forțe electromagnetice ce dau falsa senzație de soliditate. Întrucât conștiința noastră este limitată, ea nu poate vedea Adevărul, ci vede Adevărul numai așa cum îi apare ei, însă aparența nu este întreaga Realitate, ci este numai o aparență a Realității. Conștiința nu este conștientă de acest lucru, ia aparența ca Adevăr Unic și creează o iluzie. Înțelegerea și experiența noastră privitoare la Univers și la Adevăr este din nefericire bazată pe iluzia creată de simțurile noastre (sau conștiință).

Să ne imaginăm Sursa precum un mare Ocean. Oceanul este în mișcare și când se mișcă formează valuri. Valurile sale urcă și coboară la diferite înălțimi – semănător cu vibrațiile Sursei. Când cineva privește oceanul din afară, el vede numai o suprafață limitată. În fiecare moment, fiecare val îi pare foarte solid și el vede valuri distincte, ca și cum fiecare val este ceva diferit, cu o formă unică. Să presupunem – de dragul argumentației – că el nu a mai văzut niciodată apa sau oceanul și nu poate observa totalitatea și integralitatea oceanului și faptul că totul este apă. El vede valuri distincte, foarte diferite și separate unul de altul și va gândi că fiecare val acționează și se mișcă independent. Nu va înțelege că oceanul este cel care se mișcă cu ajutorul valurilor sale și că valurile nu sunt nimic altceva decât o manifestare a oceanului – o aparență de suprafață.

Conștiința sau simțurile noastre sunt în aceeași poziție cu persoana care scrutează oceanul de la distanță și pierde unitatea și integralitatea acestuia, dar observă în loc, diferite forme ale valurilor (entități). Simțurile noastre, când privesc Universul – în mod asemănător – văd fiecare persoană, fiecare obiect sau fiecare entitate, foarte diferită, separat și solidă. Simțurile noastre nu înțeleg că în esență aceasta este o iluzie autocreată. Fiecare persoană, fiecare lucru sunt doar diferite vibrații ale Sursei Unice, pe care aceasta le creează când se mișcă. Universul este manifestarea Sursei Unice.

Totul este vibrație (precum frecvențele notelor muzicale) și pare solidă numai simțurilor noastre. Orice lucru apare diferit și separat numai la suprafață, deși în esență toate sunt conectate fără granițe, într-o completă Unitate și Integralitate. Orice lucru văzut de noi este Aparența Sursei, așa cum Ea se arată simțurilor noastre, însă Adevărul nu este limitat doar la Aparență, Adevărul este că „Tot ce există este Sursa Unică” – așa cum fiecare val nu este nimic altceva decât apă sau ocean.

Sursa și „Sursa în Mișcare” nu sunt două lucruri diferite. Universul creat de către Sursa în mișcare este Sursa În Sine. Orice ființă vie sau obiect fără viață este în esență Sursa sau Dumnezeu „travestit”, deoarece tot ce există sunt vibrații ale Sursei, iar vibrațiile și Sursa nu sunt două lucruri diferite, ci numai UNUL.

Aceasta este minunata „nondualitate” în Univers, care spune că Universul este Sursa în Mișcare, dar spune și că „Sursa în Mișcare” este chiar Sursa (nu două lucruri diferite), astfel încât Universul nu este nimic altceva decât Sursa. Totul este Sursa sau Dumnezeu și nu există nimic altceva decât Sursa sau Dumnezeu. Este atât de frumos și aceasta nu este filozofie, nu este doar teorie, este Adevărul fundamental.

Imaginați-vă un telescop direcționat către o stea foarte îndepărtată. El nu ne va arăta steaua, dar probabil că ne va arăta în loc, un punct de lumină. Steaua, bineînțeles nu este o pată de lumină, însă ea va părea astfel celui ce utilizează telescopul, din cauza limitărilor asociate lui. Conștiința noastră, inclusiv cele cinci simțuri – ca și



telescopul de mai înainte – este numai un instrument, ce ne ajută să observăm și să dăm un sens Universului. Totuși conștiința fiind limitată, limitează Adevărul pe care încercăm să-l vedem sau să-l cunoaștem, dar nu este numai aceasta, ci ea crede că Adevărul este așa cum îi apare ei însăși și creează o iluzie a Adevărului. Ea creează soliditatea aparentă, diversitatea și separarea, creează sensul universului fizic.

Acum să vedem ce este conștiința, și de ce este așa de limitată. Conștiința este un produs al milioanei de ani de evoluție. Este o proprietate ce rezultă din munca în colectiv a celulelor creierului (neuronii) și este unul dintre cele mai complexe lucruri din natură. În ciuda complexității sale este totuși limitată. Conștiința poate fi definită ca fiind capacitatea creierului de a percepe stimulii interni (gânduri, emoții, senzații...), la fel de bine ca și stimulii externi (intrări din mediu, prin cele cinci simțuri) și de asemenea, capacitatea de a da naștere unui răspuns – acesta este un gând urmat de o acțiune.

Conștiința este un fenomen vital, căci ea permite vieții să se desfășoare așa cumștim noi, dă naștere relațiilor interumane și unei curgeri a vieții cu înțeles. Ea ne permite să fim conștienți de noi înșine, dar și de alții, ca și de mediul înconjurător. Mai mult, din cauza capacității sale de a focaliza sau concentra, ne permite să direcționăm Energia Universală, pentru beneficiul vital al corpului, așa cum am văzut mai înainte. În ciuda tuturor avantajelor, trebuie să ne aducem aminte că atunci când vine să experimenteze și să cunoască Adevărul, conștiința este limitată și este doar o unealtă. Dar de ce conștiința este limitată ?

Conștiința este creată la energii foarte joase, în partea de jos a spectrului de vibrații, este o proprietate a Sursei ce iese la iveală datorită vibrațiilor sale joase. Această proprietate a Sursei dă naștere complexității conștiinței, care fiind alcătuită din vibrații joase, este limitată și poate să perceapă numai alte vibrații joase, ce sunt percepute ca materie. Deci, când proprietatea sau aspectul Sursei apare în forma conștiinței, în același timp soliditatea și materia apar în legătură cu ea. Aceasta este explicată cel mai bine printr-un exemplu. Imaginați-vă un aisberg pe mare. Aisbergul apare solid (gheață) din cauză că sursa sa, apa, se manifestă ca gheață la temperaturi joase. Acum – de dragul argumentației – să ne imaginăm anumite simțuri dezvoltate la vârful aisbergului și că aceste simțuri observă aisbergul (propriul corp) și alte aisberguri, pentru a înțelege „ceea ce este”. Dar simțurile aisbergului fiind făcute tot din apă la joasă temperatură – nu contează ce observă, ele eșuând în a înțelege că totul este apă, dar vor considera aparența apei ca gheață. Aceasta este exact poziția conștiinței. Complexitatea conștiinței nu-i va permite să perceapă simplitatea Sursei sale. Fiind superficială (sau de suprafață), poate percepe și înțelege soliditatea aparentă. Diversitatea și separarea, creează sensul universului fizic.

Deci, materia și separația sunt reale? Cu alte cuvinte, simțurile corpurilor noastre, fiind separate de orice altceva, sunt ele adevărate? Răspunsul este surprinzător: „da” și „nu”. Acesta sună paradoxal, dar nu este. Este „da”, pentru că simțul separării nu poate fi considerat separat față de Sursă. Tot ce există, este Sursa – chiar și simțul separării. Sursa este în tot – și în mod natural și în conștiință și în simțul separării – deci separarea este o realitate. Pe de altă parte, răspunsul este de asemenea „nu”, pentru că el pretinde că separarea este o realitate independentă, însă este incorect și aceasta este o iluzie. Separarea (sau sesizarea ei) nu este o realitate care există independentă de Sursa sa și este în acel simț – nu real sau o iluzie. Simțul separării este dependent de Sursă, în timp ce Sursa nu este dependentă de altceva, Ea doar este. Separarea este o proprietate a Sursei ce iese la iveală, care are alte proprietăți și multe nivele profunde de existență – precum starea de conexiune, integralitate, nemărginire. Deci, separarea este o realitate, dar nu REALITATEA. Ea este una dintre realitățile ce ies la iveală la nivele diferite, este un nivel jos (sau numai de suprafață) al realității, un Adevăr relativ. Gândind că asta este realitate (sau numai realitatea), este o iluzie. Din nefericire, înțelegerea noastră asupra lucrurilor din Univers este bazată în întregime pe această iluzie, pentru că noi ne percepem pe noi înșine separați de restul Universului.

Să privim Sursa ca și cum țâșnește simultan în diferite nivele (ierarhice) ale realității. Să începem cu: Sursa este Unică. Este o stare a Unității și Unicității. (Cititorul trebuie să înțeleagă că acesta este un concept și prin acest concept noi trebuie să folosim concepte ce folosesc ca fiind indicatori ai Adevărului. Conceptele nu sunt ele însele Adevărul. În realitate, Adevărul (sau Sursa) nu poate fi cunoscut, el poate fi numai simțit printr-o percepție directă că „este”. Sursa nu poate fi cunoscută căci orice cunoaștere presupune un învățător și ceva ce este de învățat. Pentru a cunoaște ceva trebuie să te detașezi de acel lucru pe care vrei să-l cunoști. Tu ești Sursa, și tu însuși nu te poți separa de Ea ca să O cunoști, deci Sursa nu poate fi cunoscută. Ea doar este și Tu ești Acea.

Faptul că Sursa este Una, și că orice este nimic altceva decât Sursa sau manifestările Ei variate, este cel mai fundamental Adevăr (la cel mai profund nivel). Acum, la cel mai înalt nivel al ierarhiei (sau cel mai jos nivel al Realității), este faptul că Sursa se mișcă și vibrează cu frecvențe diferite. Chiar dacă fiecare vibrație ne apare ca o materie separată, depărtată în spațiu, toate vibrațiile Sursei formează un mare Câmp Universal, care nu are deloc granițe și separări – este o completă stare de conexiune și integralitate la acest nivel – precum un ocean, unde totul este apă și undele sunt strâns legate. Deci la acest nivel al realității, ceea ce numim materie sunt de fapt vibrații, vibrând împreună cu orice altă vibrație (materie) într-o stare „fără granițe” – unde nu există nici o separare, nici o identitate, ci o existență de aceeași substanțe. În această stare a realității, nu există „eu”, tot ce există este Sursa. Nu există „eu” sau „alții”, din cauză că o altfel de distincție, separare sau identificare aici nu există întrucât realitatea

nu suportă entități variate – ea suportă numai o continuitate a existenței, continuitate în spațiul fără diviziuni, fără relații subiect – obiect. Sursa este subiectivă și nu există o altă obiectivitate (cu alte cuvinte, nu există obiecte).

Acum, la cel mai înalt nivel al ierarhiei (sau cel mai jos nivel al Realității), Sursa se manifestă ca fiind conștiință și împreună cu ea, materie și solid. Înțelesul diversității este multitudinea de entități (individualizate), distanțate și separate în spațiu. Aceasta este înțelegerea acțiunii autonome, realizată de către individualități, acționând separat de restul Universului, în concordanță cu voința lor. Ego-ul și „înțelesul existenței mele și a altora“ ies la iveală în același timp, în diferența dintre subiect – obiect. Întregul pare a fi spart în părți și fiecare parte pare a fi doar o subdiviziune diferită a Universului, cu o slabă legătură cu restul Universului. Ființa individuală pare a fi minusculă, un obiect vulnerabil comparat cu Universul și fără o legătură evidentă cu Întregul (Sursa). Trăind numai în această realitate, nefiind conștient de profunzimile fundamentale ale realității Integralității și Unității, avem o limitare majoră impusă de cele cinci simțuri. Sursa încorporează toate nivelele Realității Sale. Mai mult chiar, părem ca fiind separați, dar la nivele profunde suntem conectați, iar la cel mai fundamental nivel suntem Una cu Sursa. Conștiința noastră limitată este o expresie a Sursei Unice și uneori are capacitatea de a depăși limitările aparente, impuse de cele cinci simțuri, văzând (nu cu ochii, ci cu intuiția sau cunoașterea) alte nivele ale Realității. Realitățile înalte invizibile sunt acum reflectate pe ecranul conștiinței, ca și atunci când tu nu poți vedea luna, dar vezi reflectarea ei într-un lac. Aceasta poate veni ca visuri profetice, conexiuni telepatice, coincidențe necazuale, sincronicitate, sau pur și simplu, ca o sesizare a Unității în timpul meditației și mult mai rar, ca o completă și nezdruccinată înțelegere și intuiție, precum în cazul măștrilor (guru). Când acesta se întâmplă, vorbind metaforic, noi percepem Lumina. Lumina îndepărtează umbrele și elimină toate iluziile și atunci conștiința se dezvoltă, dar în acest caz, nu numai datorită evoluției, ci și datorită înțelegerii subite a „Ceea ce este” (Sursa). De observat este că evoluția și cunoașterea cu cele cinci simțuri sunt vibrații și energii joase, pe de altă parte gândurile intuitive ce sunt reflectate pe ecranul conștiinței sunt vibrații și energii înalte, deci ele vor reflecta realități înalte, așa cum sunt percepute în aparenta lor realitate (continuum dimensional spațiu-timp).

Să ne întoarcem acum și să analizăm ce este ego-ul, deoarece implicațiile sale sunt foarte importante. Conștiința, din cauza percepțiilor limitate la nivelul de jos al realității, observă entități diverse și separate și ca urmare, ea simte că este intim asociată cu gândurile și emoțiile sale interioare, create de un mecanism particular corp – minte, care identificate cu acest corp, formează sentimentul propriei existențe sau individul. Deoarece individul percepe corpul ca pe o entitate autonomă având voință, el presupune că corpul funcționează separat – doar cu unele interacțiuni – față de mediu și de restul Universului. Astfel, toate semnalele ce provin din mediu, devin externe în raport cu corpul, se creează astfel o falsă identitate bazată pe o entitate sau pe o realitate aparent independentă. Acesta este izvorul ego-ului, persoana crezând despre sine că este o realitate independentă față de Sursă.

Ego-ul poate fi definit ca o proprietate a conștiinței în interiorul minții, care nu numai că controlează funcționarea corpului asociat, în concordanță cu condițiile de mediu și factorii genetici, dar el se și identifică cu corpul și cu etichetarea sa (numele). Identificarea conștiinței cu corpul asociat, prin care apare o individualitate, denotă manifestarea (apariția) unei entități false și iluzorii.

Identificarea cu corpul este cauza tuturor dualităților (dublelor fațete) pe care noi le vedem în jurul nostru. Ea creează mai întâi dualitatea primară: separarea subiect-obiect (sau eu contra celorlalți) și apoi celelalte dualități, cum ar fi plăcere și durere, bun și rău, fericire și nefericire, dragoste și ură etc. Când apare senzația separării persoanei, toate problemele se nasc odată cu ea și referitor la persoană, problemele nu vor înceta niciodată. În legătura cu Totalitatea (Universul ca Întreg), problemele nu apar niciodată, aceasta din cauză că Totalitatea nu vede nici una din dualități. Dualitățile, pur și simplu, nu sunt definite la nivelul înalt al Realității, unde totul este conectat ca fiind vibrații ale Universului. Universul acționează ca o singură celulă. Cititorul trebuie să observe aici că separarea la nivelul jos al realității este numai o aparență în conștiință și nu este Adevărul fundamental, deci toate entitățile separate aparent, ca și indivizii, sunt profund conectate prin intermediul nivelelor înalte ale existențelor vibratorii. Deci totul este Sursa.

Împreună cu conștiința de sine (sau individuală), apare conștiința creatorului. De când individul gândește că are o existență independentă, el crede despre sine că este creatorul acțiunilor ce au loc prin mecanismul corp – minte și devine subiectul, în timp ce orice altceva apare ca obiect. Ca subiect, individul pretinde: „Eu fac asta și asta, eu am făcut asta sau eu am asta etc.” Individualitatea pretinde că este creatoarea propriilor sale acțiuni și mai mult, ea percepe că poate să gândească și să facă alegeri referitoare la cum să acționeze, experimentând astfel liberul arbitru. Dar acesta este oare Adevărul ?

La nivelul de jos al realității, așa cum o percepem noi, ne apare că totul este adevăr, însă la un nivel mai profund al său, aceasta NU ESTE. Nu există liberul arbitru și senzația creatorului este o iluzie, pentru următoarele trei motive:

**1.** Dacă nu există o separare individuală, atunci cum pot exista acțiuni individuale? Sursa sau Totalitatea (Universul) acționează prin individualități. Toate acțiunile sunt ale Sursei sau ale lui Dumnezeu. Acțiunea personală este o iluzie, pentru că nici o persoană nu poate acționa. Când nu ești o individualitate separată, când orice este vibrație a Sursei Unice impersonale, pot exista acțiuni personale? Toate acțiunile sunt funcționarea Totalității impersonale. Precum valurile și oceanul – ce se mișcă, valurile sau oceanul? Valul nu are existență

aparte față de ocean și asta din cauză că oceanul se mișcă și valul pare și el că se mișcă (acționează). Unele lucruri par pentru entități a fi liberul arbitru. Dacă voi vedeți viața ca pe un film, Sursa a proiectat acel film, Ea interpretează rolurile și apoi tot Ea este cea ce privește pe ecranul conștiinței, care este de asemenea al Sursei. Toate acțiunile sunt impersonale și toate acțiunile sunt ale Sursei. Separarea individului și acțiunile lui separate sunt iluzii în lumina Adevărului fundamental. Ele nu există

**2.** Fiecare acțiune pe care individul o numește acțiune a sa, este doar o reacție a gândului ce se naște în mintea sa. Fiecare gând pe care individul îl numește a fi gândul său, este o reacție a minții, în conformitate cu programarea sa (este condiționarea mediului și a factorilor genetici). Individul nu are controlul asupra nici unuia din acești factori, deci el nu are controlul nici asupra gândului, nici asupra acțiunii sale, prin urmare el nu are liberul arbitru. În multe cazuri, individul acționează cu o anumită dorință și descoperă că Universul are complet un alt plan pentru el.

Se manifestă oare toate gândurile noastre și dorințele noastre? Puteți voi să vă transformați gândul într-o acțiune? Dacă da, înseamnă că aveți liberul arbitru, însă bineînțeles că nu este cazul. Individul experimentează liberul arbitru din cauza identificării sale cu corpul, dar corpul este doar un instrument – în ciuda complexului său de emoții și de gânduri – și acționează în concordanță cu factorii săi în momentul prezent și aceștia nu sunt sub control.

Definiția liberului arbitru este: „În aceleași condiții date, pot eu să acționez altfel ?” Răspunsul este: Nu. Chiar dacă eu, dintr-o întâmplare, am ales să acționez într-un anumit mod, alegerea acțiunii mele este impusă de acel mod particular, determinat de factorii pe care nu-i am sub control, deci eu nu am nici un control asupra reacțiilor, pe care le numesc a fi acțiunea mea.

Individul percepe aceasta ca pe propria sa acțiune, pentru că el vede corpul lui realizând asta și fiind identificat cu corpul, se consideră realizatorul, însă corpul, gândurile sale și factorii determinanți nu sunt nimic altceva decât Sursa Însăși. Corpul este un vehicul sau manifestarea Sursei și programarea Sa este factorul determinat de curgerea evenimentelor ce au loc în Univers, care sunt tot o manifestare a Sursei. Deci, Sursa sau Totalitatea acționează prin corpurile individuale în moduri diferite, corpul fiind doar un instrument ce exprimă acțiunea Sursei și toate acțiunile sunt vibrații ale Sursei Unice.

**3.** Individul percepe existența sa ca fiind limitată în patru dimensiuni – spațiu-timp (spațiul tridimensional și timpul unidimensional), așa că există un sens al existenței în spațiu și timp. Existența în spațiu dă entităților aparența de a fi localizate într-un anumit loc în spațiu, de cele mai multe ori depărtate una de alta, iar existența în timp conduce la experiența curgerii timpului din trecut, în prezent și apoi spre viitor. Cunoscând trecutul și momentul prezent, nu știm însă ce ne va aduce viitorul (cu excepția unor cazuri rare), dar noi gândim că viitorul este determinat de acțiunile și alegerile noastre, însă nu este chiar așa.

Sensul existenței în spațiu determină iluzia separării în timp, iar sensul existenței în timp determină iluzia liberului arbitru. Chiar dacă părem a fi în spațiu și în timp, Adevărul nu este limitat la acest fapt. Adevărul este perceperea existenței într-o reflexie (sau proiecție) în patru dimensiuni spațiu-timp, a Ființei Tale. Deci, la un nivel mai înalt al Realității, tu nu ești limitat în spațiu și în timp, tu ești dincolo de spațiu și timp. Tu ești numai conștient de existența ta în patru dimensiuni, dar nu de rest, precum aisbergul ce are majoritatea gheții sub apă, de cele mai multe ori invizibilă. (Vezi comentariul științific, pentru o explicație științifică detaliată).

Cu cât tu te consideri mai mult a fi în spațiu și timp, tu ești în afara lor. Fiind în afara spațiului (nelocalizat în spațiu), înseamnă să exiști la o dimensiune în care conceptul nostru convențional de spațiu este irelevant și transcendent. Aceasta înseamnă că entitățile nu sunt separate prin spațiul tridimensional, ci ele sunt toate conectate fără distanță și separare, numai proiecțiile lor în spațiu tridimensional par a fi separate. În mod asemănător, fiind în afara timpului, înseamnă că timpul este depășit și toate punctele timpului sunt conectate, cu alte cuvinte trecutul și viitorul sunt toate conținute în acest moment prezent. Nu numai trecutul, dar în mod potențial viitorul, este de asemenea cunoscut – la acel nivel al Realității (acesta este cunoscut în fizică ca nelocalizat în timp).

Acest fapt implică că din acel punct de referință, viitorul este deja acolo, predeterminat să spunem, și dacă viitorul este predeterminat, cum poate un individ să facă alegeri sau să-și exercite liberul său arbitru, care determină viitorul? Fiecare individ își realizează numai destinul său, dar tu nu ești corpul sau individul care crezi că ești, nu ești numai asta, Tot ce există este Sursa și Tu ești Acea. Deci, destinul sau predeterminarea poate numai să determine corpurile, care sunt doare instrumente ale Sursei. Pentru Sursă (Tu cel adevărat), tot ce se întâmplă este numai o parte a „ceea ce este” și nu există nici o judecată dincolo de asta.

Să luăm exemplul unei furnici care merge repede. Furnica nu poate ști unde va fi ea în viitor. Un observator extern vede direcția în care furnica se îndreaptă și vede o sămânță de grâu în calea ei. Furnica ajunge întâi la sămânță, poate să o lase sau poate să o ia, în funcție de alegerea sa de a acționa sau de a merge mai departe. Pentru observatorul extern, furnica a fost predestinată să găsească sămânța, căci el poate să prevadă viitorul furnicii. În concordanță cu Totalitatea (Universul sau vibrațiile Câmpului Universal), totuși nu este nici un liber arbitru nici un destin predeterminat, pentru că nu există decât eternul moment prezent, în timp totul „așa este” și totul acționează „așa cum trebuie”. Problema viitorului niciodată nu se pune pentru o Ființă impersonală – Sursa sau Tu cel

adevărat. (Cititorul trebuie să observe că aici, când ne referim la Totalitate, la Sursă, noi nu implicăm percepția noastră fizică ci, mai mult, vibrațiile care sunt atât în spațiu câtși în timp, dar și dincolo de acestea).

**În rezumat:** liberul arbitru este experimentat, dar el nu există. Orice vedem este manifestarea Unicei Surse, și orice acțiune este o acțiune impersonală a aceleiași Unice Surse. Nu există individualitate separată, căci nu există acțiuni individuale. Sursa se identifică cu ea însăși, precum conștiința se identifică cu diferitele mecanisme corp – minte și creează false pseudosubiecte. Aceste subiecte (precum creatorii) nu sunt reale, pentru că ele sunt bazate numai pe percepții limitate, gânduri sau concluzii false. Când Sursa se dezidentifică, atunci Adevărul fundamental este revelat (ca și în cazul în care elevul înțelege explicațiile profesorului). Deci, sensul creației personale este o iluzie sau mai precis o realitate limitată. Tu exiști simultan în diferite nivele a realității. La cel mai jos nivel al realității, tu pari o individualitate ce se simte creator. La nivele mai înalte ale realității, tu ești constituit din vibrații, ești un corp energetic, iar la cel mai înalt nivel al realității, Tu ești Sursa – singurul Subiect, nu mai există un altul și nu există nici un obiect.

Aceste lucruri ridică în mintea noastră, cinci întrebări importante. **PRIMA**, dacă individul este un mecanism corp – minte, suntem oare noi precum roboții? Ce putem spune despre emoțiile și simțirile noastre, oare avem noi un spirit sau un suflet? **A DOUA**, de ce există răul în lume, el este tot acțiunea Sursei unice? **A TREIA**, dacă totul este predestinat, atunci de ce mai trebuie să fac eu ceva, căci mă simt fără libertate, precum o marionetă? **A PATRA**, are ea viața un înțeles sau un scop? **A CINCEA**, care este avantajul sau folosul înțelegerii acestui nivel înalt al realității ?

Să începem cu **PRIMA ÎNTREBARE**. O ființă în viață, cu corpul și cu mintea sa, este mult mai mult decât un organism complet, decât un obiect fără viață, cum ar fi un robot sau un calculator. O ființă umană este construită într-un sistem biologic mult mai sofisticat decât orice altă ființă vie. Sentimentele (emoțiile) și gândurile se nasc dar ele sunt tot parte a funcționării biologice a creierului, interacționând cu corpul. Când apare o senzație, ea apare numai din cauza factorilor genetici, biologici și de mediu, prezenți în acel moment și care cauzează schimbări chimice și biologice în sistemul nervos și endocrin. Acestea conduc către o senzație pe care noi o numim simțământ (“feeling”), sau altfel spus, gândurile și emoțiile iau naștere datorită condiționării corpului (inclusiv a minții), ce operează la un nivel mult mai complex decât un calculator, care este un mecanism destul de asemănător corpului. Calculatoarele lucrează în concordanță cu programarea lor, echivalentă cu condiționarea sau programarea genetică (biologică) a corpului. Prin urmare, corpul uman este în ciuda simțământelor și gândurilor – un sistem mecanic ca și oricare alt sistem. El recepționează un semnal de intrare și reacționează la el generând un răspuns (gând, acțiune etc.), în concordanță cu condiționarea sa genetică și de mediu – care împreună realizează programarea sa biologică (constituția sa biologică).

Sentimentul de a fi o marionetă apare numai din cauza identificării cu mecanismul corp – minte. Tu ești Sursa, corpul este marioneta. Tu nu ești limitat numai la corp. Dar ce putem spune despre sufletul și spiritul nostru? Dar despre al cui spirit și suflet este vorba? Nu este ceva individual, deci cum poate un suflet să aparțină unui individ? Există numai un singur **SPIRIT**, dacă tu vrei să-l numești astfel și acela este Sursa, Dumnezeu sau Tu cel adevărat. Tot ce există este Sursa. Adevăratul „Tu” nu s-a născut nicicând și nu va muri niciodată și în mod sigur nu va renaște.

Individul, la cel mai înalt nivel al Realității, nu poate să existe ca urmare a două motive: primul, nu există frontiereși separație, așa că nu există entități separate ce pot fi clasificate ca individualități separate din Totalitate; al doilea, atât timp cât nu există un creator personal și fiecare acțiune este o funcție impersonală a Totalității, ce funcționează prin mecanisme variate corp – minte (ce în mod eronat, cred despre ele că sunt individualități), este clar că aici nu există subiecte ca în: „Eu am făcut asta”. Dacă nu există subiecte individuale, atunci nu există motiv să se pretindă existența individualităților, căci ele sunt doar obiecte, fără subiect (fără obiectivitate). Invers, Sursa este singurul Subiect (subiectivitate), acolo unde nu sunt obiecte. Numele sunt numai etichete date mecanismului corp-minte.

Acum vom răspunde la **A DOUA ÎNTREBARE** privind așa numitul rău din lume. Ca punct de plecare, bun și rău sunt termeni ce există doar în minte și ca oricare termen dual, ies la iveală numai după dualitatea primară, care este înțelesul lui „eu” (individul) contra „altora”. Nimic nu se întâmplă Totalității sau Sursei, atât timp cât toate mișcărilor sunt în interiorul său propriu și prin urmare, dualitatea nu se poate aplica sau pur și simplu nu este definită pentru nivelele mai înalte ale Realității. Toate mișcărilor sunt simple transformări ale energiei dintr-o formă în alta sau de la o scară vibrațională la alta, și la acest nivel nu există noțiuni cum ar fi bun sau rău. Energia totală se conservă întotdeaunași nimic nu poate fi pierdut. Cum în afara Sursei nu există nimic sau în afara manifestării sale vibraționale – Universul – nu se poate întâmpla nimic în exterior, toate mișcărilor sunt interne.

Atunci când Sursa (în acest caz conștiința) se identifică cu mecanismul corp – minte, astfel creând sentimentul iluzoriu al „eu-ului” sau „individului”, toate dualitățile și problemele asociate apar odată cu el. Pentru individ problemele nu încetează niciodată, dar pentru Totalitate (pentru Univers), problemele nu apar niciodată. Așa numitul individ percepe orice ce îi generează propria plăcere, ca fiind bun și orice îi generează durere, ca fiind rău.

Aceasta este numai o judecată a minții. Universul (sau chiar viața) nu va judeca astfel, ci se va exprima el însuși în acest moment, ca o serie de dezvăluiri spontane, unde nu există judecată, din cauza inexistenței dualității.

*Din clipa în care te-ai născut, tu ești destinat morții.* Atât timp cât tu însuți te crezi o individualitate separată, tu ești afectat de către toate dualitățile ce provin din aceasta. Numai când Tu îți dai seama că nu există o astfel de individualitate și astfel „Tu cel adevărat” nu s-a născut niciodată și nu va muri niciodată, atunci toate dualitățile vor fi depășite și nu ți se mai pot aplica. Moartea va fi văzută doar ca ceva ce se întâmplă corpului, așa cum energia se transformă în altă formă.

Când privim omoruri, războaie și alte așa numite acțiuni așa numite rele, vom înțelege că toți acționează în conformitate cu condiționările sale, îndeplinindu-și destinul și totul este o acțiune a Sursei. Când suntem în fața unor astfel de întâmplări, poate apărea tristețea, dar judecata nu va apărea când există și înțelegem Adevărul. Totul este simplu, „așa este” și fiecare acțiune este „cum trebuie să fie”. Tot ce există este Sursa sau Dumnezeu.

În anumite cazuri, Sursa acționează prin așa numitul eu individualizat, pe așa numita cale rea, în special când există un conținut puternic al identificării (ego-ul). Individualitățile ce simt că ele sunt separate de Rest, generează acțiuni pe care noi le numim rele, fie pentru a-și alimenta orgoliul (în cazul ființelor umane), fie foamea (în cazul animalelor). În alte situații, când identificarea este mai slabă sau inexistentă (ca în cazul învățătorilor desăvârșiți), acțiunile rele nu vor apărea, dar în ambele cazuri răul este o judecată a minții și se găsește într-un gând. Când un leu atacă un cerb inocent, un alt cerb nu-l va judeca pe leu ca fiind rău. Leul, purși simplu, acționează conform instinctelor și condiționărilor sale și de cele mai multe ori există acceptarea din partea cerbului, cu excepția faptului că el va fugi din cauza propriilor sale instincte de conservare. Aici nu există judecată, viața se exprimă ea însăși fără judecată, numai mințile complexe o fac.

Rezumând: când orice acțiune este privită ca o fiind o funcție impersonală a Totalității, nu poate apărea judecata, nici dualitatea și nici întrebarea dacă este bine sau rău. Binele și răul există numai într-un gând fals, care este susținut de către un alt gând fundamental fals al identificării cu un mecanism particular corp – minte, ce apare datorită percepției conștiente a separării materiei. Când Totalitatea este complet înțeleasă, aceasta separare nu va exista în realitate și astfel toate gândurile false vor fi anihilate instantaneu.

De observat este că identificarea și procesul de dezidentificare sunt doar procese în fenomenologie (cu alte cuvinte, mișcări în interiorul Sursei sau în interiorul conștiinței). Nimic nu se întâmplă Sursei în timpul identificării sau procesului invers. Sursa (neumenon) nu este afectată de toate mișcărilor sau turbulențele.

Chiar dacă noi ne referim cel mai des la conștiință, ca o conștiință individuală (ori minte), în realitate, deoarece nimic nu este separat, nu există nici conștiință individuală. Toate mințile (conștiințele) sunt conectate nelocalizată și astfel există o singură minte sau o conștiință colectivă. Conștiința Unică este percepută de către diferite mecanisme corp – minte ca fiind conștiințe individualizate. Telepatia, visele profetice sau arhetipale, toate indică conexiunea minților cu Mintea Unică. Toate corpurile și creerele (mințile) sunt conectate ca un mare și unic câmp vibrațional în spațiul exterior.

Mai mult, evenimentele ce au loc în fenomenologie sunt simple reflexii ale mișcării vibraționale a Sursei, pe ecranul conștiinței unice – ele pot fi numite „vise trăite”, fiind foarte asemănătoare cu visele din starea de somn.

În timpul viselor din somn, persoana se identifică cu un personaj visat și trăiește anumite evenimente ce îi apar foarte reale. După ce se trezește, își dă seama că a fost un vis nu un lucru real. Același lucru se întâmplă pe durata stării de identificare ca individualitate, toate evenimentele sunt observate ca fiind foarte reale pe ecranul conștiinței individuale, așa că odată cu trezirea sau dezidentificarea, totul este înțeles doar ca „vis trăit” și nu ca o realitate. De aici, evenimentele sunt observate pe ecranul conștiinței unice, unde nimeni nu este spectator la nimic. Toate evenimentele sunt văzute ca mișcări ale Sursei, așa cum sunt reflectate în Sursă (precum conștiință) și ele nu sunt nimic mai mult decât vibrațiile unicului Câmp de Energie Universală.

Acum, putem răspunde la A TREIA ÎNTREBARE: „De ce să acționăm la tot, dacă totul este o funcționare a Sursei ?” și „dacă noi nu avem liberul arbitru, atunci mai există libertate ?”. Mecanismul corp – minte este programat de factorii genetici, biologici și de mediu să acționeze, să se miște sau pur și simplu să facă ceva. El nu poate sta inactiv, în așteptare, mai mult timp. Acțiunea sau lipsa ei nu este controlată de tine, tu acționezi în conformitate cu destinul tău. A nu face nimic înseamnă a face ceva, din cauză că a face și a nu face reprezintă mișcări în fenomenologie. Creierul tău poate reacționa la această cunoaștere într-un mod de a nu face nimic, în eventualitatea că totuși el va înțelege că Sursa se mișcă prin corp sau va decide să continue mișcarea atât timp cât este spectator la „ceea ce se întâmplă”. Există o reacție a creierului la factorii curenți determinanți și tu nu ai controlul asupra acestora sau asupra reacției creierului. Deci, acțiunile vor continua să aibă loc, precum au avut loc întotdeauna și dacă acesta este destinul mecanismului corp – minte, să stea și să intermedieze, așa va face.

Faptul că nu avem liberul arbitru restrânge libertatea noastră? Da și nu. Corp fiind, tu nu ai libertate. Dar de ce te necăjești? Acesta nu ești Tu. Tu precum Sursa, ești liber să te miști și să vibrezi etern. Adevărata libertate se obține numai înțelegând adevărata ta ființă. Gândind că tu ești o individualitate ce ai nevoie în mod constant să faci ceva și să lupți pentru lucruri, făcând un efort personal, poate chiar epuizant, nu vei avea o libertate adevărată. Individualitatea gândește că ea are controlul asupra evenimentelor vieții și atunci când acționează într-un anumit

fel, cum ar fi în scopul manifestării unei anumite dorințe – ea descoperă că Universul are un alt plan pentru ea. Când ego-ul este puternic, el se luptă cu Universul să obțină ceea ce dorește, așa că el poate funcționa împotriva voinței Universului. Este aceasta libertatea sau este un prizonierat format din legăturile iluziei? Libertatea este să lucrezi cu Universul, nu împotriva Lui.

Înțelegând că tu nu ești individualitatea, pe care tu însuți crezi că ești, vei lua o atitudine de spectator, vei crede în destinul propriu și vei accepta „ceea ce este” și aceasta este Libertatea adevărată. Vei vedea că Universul a fost și va fi întotdeauna acționat prin acest corp (pe care tu îl numești al tău) și tu vei fi mai puțin implicat și prins în ceea ce se cheamă implicații personale. Tu vei înțelege că orice lucru se întâmplă întotdeauna grație Sursei sau lui Dumnezeu este ceea ce trebuie să fie, chiar dacă ego-ului tău nu-i place aceasta întotdeauna.

Creația personală nu este libertate, este o robie, pentru că tu te limitezi pe Tine Însuți, la o persoană ce este o parte minusculă din Univers, atunci Sursa este prinsă și ea în acea sclavie. Totul este Sursa și totul este acțiunea Sursei și a înțelegerii aceasta este adevărata libertate. O astfel de înțelegere nu poate fi forțată, dar însă poate fi adusă printr-o înțelegere intuitivă a Adevărului. Tu vei înțelege că totul se întâmplă întotdeauna grație Sursei. Când tu cauți în afara sclaviei de a fi o persoană iluzorie, vei trage o concluzie importantă, că atât persoana, cât și dependența simțită, sunt bazate pe gânduri și ele nu sunt reale, în sensul că nu pot exista separat față de Sursă sau nu au o existență independentă, deci apar și dispar. Identificarea chiar dacă susține forma biologică, este bazată pe o gândire falsă, nu este reală deoarece se poate schimba. Ceea ce este adevărat este imuabil și etern.

În concluzie, persoana care se percepe ea însăși ca un creator separat cu liberul arbitru, nu este într-o stare de libertate, ci într-o stare de sclavie. La un nivel mai ridicat al Realității, nu există o astfel de individualitate sau cineva care să fie liber sau sub sclavie, chiar dacă conceptul dual a fi liber sau sclav este anihilat și nu poate fi aplicat deloc. Tu (Sursa) exiști pur și simplu și acesta este Adevărul Final.

A PATRA ÎNTREBARE este „Există vreun înțeles al vieții, avem noi vreun scop?”. Înțelesul și scopul sunt etichete puse de către minte, care vede viitorul ca fiind necunoscut și străin. Mintea este cea care judecă ceea ce observă, inventează un înțeles a ceea ce observă și apoi aleargă după un scop util, autocreat în viitor. Tu, ca un corp de vibrații, nelimitat în spațiu și timp, ești în afara spațiului și timpului, depășindu-le. Dacă timpul este în interiorul Tău, atunci el este de la momentul zero (sau Big Bang), până la cel mai îndepărtat viitor (infiniul pozitiv). Dacă trecutul și viitorul sunt deja conținute în momentul prezent, putem noi vorbi despre un înțeles sau un scop? Toate ființele îndeplinesc doar destinul lor, așa cum Sursa acționează în interiorul lor. La un asemenea nivel al Realității, nu poate exista judecată și astfel nu poate apărea întrebarea asupra înțelesului. Orice lucru este, numai „așa cum este”, nu din cauza unui motiv anume, ci pur și simplu pentru că „așa este”. Nu este nevoie de nici o justificare. Universul și viața sunt întotdeauna în clipa prezentă, unde judecata și înțelesul nu se aplică. Există o continuă manifestare și exprimare a Sursei, dezvoltându-se Ea Însăși prin vibrațiile ce ne apar nouă ca evenimente specifice. În realitate, nu se întâmplă absolut nimic. Sursa s-a mișcat, dar Ea încă există.

Căutând un scop, tu te ții departe de momentul prezent, ești împiedicat să te bucuri de „ceea ce este” și ești determinat să alergi după invenția minții „ceea ce ar trebui să fie”, aceasta ducând la apariția unui conflict între cele două concepte, conflict cheltuitor de energie. „Ceea ce ar trebui să fie” devine țelul tău, în timp ce tu încerci să schimbi cu eforturi personale, iluzorii, „ceea ce este”, aceasta conducând la suferință. Când tu înțelegi că „ceea ce este” este același lucru cu „ceea ce ar trebui să fie”, acționezi ca fiind unul cu Totalitatea, fără să mai alergi după țeluri inventate de ego, lăsând Sursa să conducă treburile corpului, fără să te mai temi de ceea ce se întâmplă. Singurul scop în viață este a fi și a trăi. A fi este natura Sursei și a trăi sau a funcționa este natura Universului și Tu ești Aceea. Corpul – pe care tu îl porți cu tine însuți – este un chiar mecanism unic, care îi permite Sursei să funcționeze prin el. Metaforic vorbind, el poate reprezenta mâinile Sursei, permițându-i să se miște și nefiind separat de Aceasta. Totalitatea (Universul), inclusiv corpurile noastre, sunt manifestări ale Sursei. Fiecare corp, fiind un câmp vibrațional, nu este numai parte din Sursă, este chiar una cu Sursa. Fiecare corp este unic, vibrând și pulsând precum o stea strălucitoare pe cer, precum o piesă fundamentală a unui mare puzzle, interacționând constant, într-un mod minunat, cu Universul. Nimic nu este separat și Sursa este tot ceea ce există.

În sfârșit, suntem gata să răspundem la ULTIMA ÎNTREBARE: „Care este beneficiul înțelegerii celui mai înalt nivel al Realității?” Beneficiile sunt imense – chiar la cel mai înalte nivele ale înțelegerii, pentru că nu există nimeni care să beneficieze de tot, deoarece nu există individualități. Atât timp cât identificarea există, există și sensul ființei individuale, deci rămâne să se răspundă la această întrebare. O dată ce devine clar pentru individ că totul este funcționarea impersonală a Totalității (sau a Sursei), ea va prelua toată greutatea de pe umerii individului, care a gândit în tot acest timp că el a făcut acel lucru. Nu va mai exista luptă, aceasta fiind înlocuită de către o atitudine contemplativă. Acțiunile vor avea încă loc, dar fără a se aștepta rezultate. Nu vor mai fi dorințe și temeri obsesive.

Singurul scop în viață este a fi și a trăi. A fi este natura Sursei și a trăi sau a funcționa este natura Universului și Tu ești Aceea. Corpul – pe care tu îl porți cu tine însuți – este un chiar mecanism unic, care îi permite Sursei să funcționeze prin el. Metaforic vorbind, el poate reprezenta mâinile Sursei, permițându-i să se miște și nefiind separat de Aceasta. Totalitatea (Universul), inclusiv corpurile noastre, sunt manifestări ale Sursei. Fiecare corp,

fiind un câmp vibrațional, nu este numai parte din Sursă, este chiar una cu Sursa. Fiecare corp este unic, vibrând și pulsând precum o stea strălucitoare pe cer, precum o piesă fundamentală a unui mare puzzle, interacționând constant, într-un mod minunat, cu Universul. Nimic nu este separat și Sursa este tot ceea ce există.

În sfârșit, suntem gata să răspundem la ULTIMA ÎNTREBARE: „Care este beneficiul înțelegerii celui mai înalt nivel al Realității?” Beneficiile sunt imense – chiar la cel mai înalte nivele ale înțelegerii, pentru că nu există nimeni care să beneficieze de tot, deoarece nu există individualități. Atât timp cât identificarea există, există și sensul ființei individuale, deci rămâne să se răspundă la această întrebare. O dată ce devine clar pentru individ că totul este funcționarea impersonală a Totalității (sau a Sursei), ea va prelua toată greutatea de pe umerii individului, care a gândit în tot acest timp că el a făcut acel lucru. Nu va mai exista luptă, aceasta fiind înlocuită de către o atitudine contemplativă. Acțiunile vor avea încă loc, dar fără a se aștepta rezultate. Nu vor mai fi dorințe și temeri obsesive.

Când dualitatea este acceptată, ea este depășită, și nu poate să mai atingă prea mult. Dualitatea va fi văzută ca o parte naturală a manifestării percepute și întotdeauna va fi acolo, atâta timp cât există o individualitate. Dacă cercetarea constantă numai a unei părți (fericire, bun, plăcere etc.) va fi oprită și dualitatea va fi doar observată, se vor elimina cele mai multe suferințe. După o înțelegere completă (cu alte cuvinte, dezidentificarea care vine odată cu convingerea completă și de nezdruncinat), dualitățile vor dispărea pentru că nu va mai fi un individ cu care să se înrudească. Aceasta se întâmplă în cazul înțelegerii învățătorilor (guru), când Sursa nu este mai este identificată cu mecanismul corp – minte și o individualitate separată încetează să existe. Dacă nu există o înțelegere completă (și sensul existenței ca individ este încă acolo), dar dacă există o suficientă înțelegere a Adevărului, nu se va naște nici o neliniște referitoare la viitor. Individul va afla că nu este nimic constant în viață, iar schimbarea va fi plină de surprize. Momentul prezent nu are vârstă, fiecare moment este ca un fulg de zăpadă, unic, neprihănit, irepetabil și poate fi apreciat prin modul său de a fi surprinzător și neașteptat. Această înțelegere și atitudine ne aduc pacea.

Nu va mai fi nici ură, nici invidie, nici mândrie, căci odată înțeles că nu este nimic individual ci numai o falsă senzație a unei ființe, acolo și că nu există nici un lucru ca o acțiune personală, ci doar un sentiment fals de creator, atunci cum poate cineva să urască pe altcineva pentru ceea ce a făcut? Nu, pentru că el a făcut astași n-a avut de ales. Va fi dăruită oricui iubirea necondiționată, cunoscând că orice persoană, de la Hitler până la Maica Teresa, sunt manifestări ale aceleiași Surse Unice și nu este văzută nici o separare. Iubirea va țâșni ca reflectarea Unității. Nu va fi nici invidie, pentru că fiecare va fi acceptat pentru unicitatea sa, fără judecată, totul fiind expresia lui Dumnezeuși manifestarea Sursei. La fel, nu va mai fi nici mândrie, cunoscând că fiecare acțiune este Sursa în Mișcare și dacă nici o persoană nu face nimic, poate cineva să se pretindă mândru pentru ceea ce s-a întâmplat?

Dacă corpul este răsplătit, fericirea poate să se nască. ***Corpul este un spectator și asta este tot.***

Cea mai importantă consecință a înțelegerii Adevărului este atitudinea de spectator. Persoana nu se va mai implica emoțional în evenimente, din cauza acceptării, totul va fi acceptat fără judecată, acțiunile vor avea încă loc, însă nu vor fi întreprinse pentru consecințele lor, nu vor fi nici așteptăriși nici implicări. Dacă eu nu dețin controlul, atunci de ce mă necăjesc, eu voi face doar ce este cel mai bine pentru mineși voi ignora restul – va fi un tip de atitudine. Cunoscând că tot ce există este Sursa sau Dumnezeu, aceasta îmi va aduce o poziție de spectator, este ca și cum ai fi martor al unui accident, fără să fii implicat însă în accident. Totul este o mărturie, fără o implicație emoțională prelungită și gândurile, emoțiile (pozitive și negative) vor continua să se nască, dar ele vor fi acceptate ca parte a „ceea ce este”, și dacă nu ne vom agăța de ele sau nu ne vom identifica cu ele, atunci vor exista numai pentru un moment, ca o reacție instinctivă cauzată de condiții inerente și apoi ele vor dispărea la fel de repede cum au apărut. Din cauză acceptării inerente, nu vor exista implicații sau dorințe raționale sau conștiente (ori subconștiente), legate de aceste emoții căci reacțiile nu vor dăinui.

Acceptarea a „ceea ce este” sau atitudinea de spectator nu înseamnă lipsa acțiunilor sau a emoțiilor, acțiunile vor avea loc, emoțiile se vor naște, dar una este să nu te implici emoțional, cu consecințe și să cunoști că acea acțiune sau emoție trebuia să se întâmple ca acțiune a Universului, nu ca acțiune a ta. Când cineva se îmbolnăvește, boala este acceptată, dar ea nu-l împiedică pe om să se ducă la medic și să facă ceea ce este mai bine pentru a se vindeca. Dacă însă nu va exista nici un interes pentru rezultatul acțiunii, dacă în destinul corpului este vindecarea, aceasta se va întâmpla, altfel nu. Aceasta este acceptarea. O astfel de acceptare împiedică lupta emoțională sau reacțiile emoționale prelungite și va aduce pacea interioară. *Metaforic vorbind, persoana nu se va mai lupta să înoate contra curentului, care este reprezentat de așa numitele emoții și eforturi personale.*

Atitudinea de spectator împiedică și „reacția la stres”, care este cauza principală a celor mai multe boli ale corpului (așa cum s-a arătat anterior). Pentru a înțelege mai clar, să privim la cauza suferinței. Prima cauză a suferinței este identificarea cu mecanismul corp – minte, datorită senzației false de separare. Atât timp cât există senzația de individualitate, va fi cineva, unul acolo, care va experimenta durerea, dar de fapt corpul experimentează durerea, dar nu există cineva acolo, care să sufere. Existând identificarea, împreună cu senzația falsă de existență individuală (așa cum este în cazul celor mai mulți dintre noi) suferința va fi întotdeauna acolo la un anumit grad, dar ea poate fi alinată într-o mare măsură, dacă noi putem fi conștienți de cea de a doua cauză a suferinței, deci noi putem elimina cauza.

A doua cauză a suferinței este identificarea persoanei cu ceea ce noi numim emoții și gânduri negative. Am văzut mai înainte că reacțiile emoționale prelungite conduc la „reacția la stres”, iar persoana nefiind în stare să lucreze cu emoțiile, se simte neajutorată și frustrată, deci le interiorizează, asociindu-le cu tensiune, în timp ce este sprijinită de reacția „luptă sau fugi”. Când o individualitate este față în față cu perturbația, pot să se nască brusc emoții precum supărarea, frica sau vulnerabilitatea, dar acestea nu creează „reacția la stres”. Ceea ce creează „reacția la stres” este păstrarea acestor emoții negative, o lungă perioadă de timp, care duc la apariția în corp a unor tensiuni prelungite, ce conduc la boală.

Dacă există o suficientă înțelegere a Adevărului și împreună cu atitudinea de spectator, persoana nu va mai păstra un timp îndelungat emoțiile, nu se va mai implica emoțional și nici nu se va mai identifica cu gândurile sau emoțiile negative, deci nu se vor mai crea nici tensiunea cronică, nici disfuncțiile datorate stresului. Atitudinea de spectator aduce acceptarea și această acceptare se răsfrânge asupra tuturor, acceptând rezultatul acțiunilor cuiva și perturbația simțită din acțiunile externe. Când există acceptarea a „ceea ce este” și când toate întâmplările, chiar și nenorocirile, sunt văzute ca acțiuni ale Sursei Unice, asupra cărora corpul nu are nici un control, atunci tot ceea ce se întâmplă va fi privit fără implicații emoționale prelungite, implicarea emoțională sau identificarea nu vor exista și nu va fi nici o judecată. Corpul poate reacționa la o perturbație cu câteva emoții scurte, și spontane, dar chiar aceasta este o mărturie a neimplicării emoționale. Va exista o credință desăvârșită în destin.

Cu înțelegerea adevărului, vom avea o detașare completă, care ori de câte ori se produce, ajută în fenomenologie și este o mișcare în interiorul Sursei, însă nu afectează Sursa (Tu cel adevărat). Nimic nu se întâmplă Sursei și Tu ești Acea. Atunci de ce să ne necăjim, să privim doar la acest „vis trăit”, atât timp cât el durează și să ne bucurăm !

O bază spirituală temeinică poate preveni identificarea individului cu emoțiile și gândurile, cu „reacția la stres” și cu cele mai multe boli (chiar dacă nu toate). Odată ce corpul se află într-o stare de bine, finalul (sau moartea) poate veni numai din cauza obiceiurilor sale ce creează dependențe nocive (drogul, alcoolul, tutunul), accidentele sau îmbătrânirea, ca parte a destinului său, dar nu dintr-o boală ce nu are nici o bază pentru a se manifesta. Înțelegând nivelele mai înalte ale Realității, primim pacea interioară și liniștea, în hipermințile noastre. Din cauza stării de relaxare a minții și trupului, se așterne pacea și calmul, care întotdeauna sunt martorii momentului prezent – de cele multe ori – precum privim la un spectacol pe scenă. Totul ce părea foarte real și serios înainte, nu mai apare la fel de real – este doar „un vis trăit” și ne vom pune din ce în ce mai puține întrebări și vom fi străfulgerați de o adevărată trezire.

Prin acceptare și prin atitudinea de spectator, nimic nu poate fi forțat să se întâmple. Este suficientă o înțelegere a Adevărului, că totul este una, totul este Sursa și separarea este o realitate limitată (o iluzie). Când ea vine, vine ca grație a Sursei sau a lui Dumnezeu, care este adevăratul subiect al tuturor acțiunilor sau evenimentelor. Înțelegerea Adevărului va îndepărta vechea și falsă condiționare, astfel încât implicarea instinctivă și identificarea cu emoțiile negative vor fi înlocuite cu pacea spectatorului, care va țâșni spontan din înțelepciunea inerentă.

O singură întrebare poate să apară în acest punct și aceasta este: Dacă toate acțiunile sunt ale Sursei, atunci cum este posibil ca unii oameni să înțeleagă Adevărul și acceptarea, în timp ce alții nu? De ce Sursa Unică acționează prin intermediul diferitelor ființe, în așa multe feluri? Cititorul nu trebuie să uite că, chiar dacă Sursa este Unică și este tot ceea ce există, când ea se mișcă și vibrează în forma acestui uriaș Câmp Universal, dă naștere unor șiruri de vibrații, ce sunt parte fundamentală a Sursei în Mișcare. Conștiințele separate individuale percep combinații diferite și foarte complexe ale acestor vibrații, care în realitate nu sunt câmpuri separate, precum undele, care nu sunt părți distincte ale marelui ocean. *Deci, noi avem senzația falsă a unei multitudini și diversități (haos).*

În realitate, anumite vibrații ale Sursei sunt percepute ca fiind Sursa identificată cu mecanismul corp – minte ce conduce la ideea că omul este creatorul și el nu acceptă altceva, însă datorită înțelegerii se naște acceptarea omului și poziția sa de spectator. Alte vibrații sunt văzute ca fiind Sursa ce nu se identifică cu mecanismul corp – minte, căci ea anihilează în întregime sentimentul de creator. Acestea se întâmplă din cauza unui singur motiv: noi percepem diferit unele acțiuni ce au loc în Univers, realizate de Sursa Unică, pentru că Sursa în Mișcare este constituită din diverse vibrații, ce se manifestă simțurilor noastre (sau conștiințelor noastre) ca oameni diferiți și acțiuni diferite. Totul se întâmplă în fenomenologie (manifestarea, Sursa în mișcare, Totalitatea sau universul) și nimic nu se întâmplă non – manifestării (neumenon). Extraordinarul este Sursa în acțiune, care este Universul, ca un uriaș Câmp de Energie Universală ce vibrează. Universul fizic, pe care noi îl cunoaștem în mod tradițional, este doar o reflexie a Câmpului Universal, pe ecranul conștiințelor noastre.

Deci, ce este iluminarea? Iluminarea nu este doar o înțelegere a Adevărului, este o înțelegere completă și intuitivă a sa. Iluminarea este anihilarea totală și de nezdruncinat a sentimentului de creator, ea este înțelegerea că nu a existat și nu există niciodată o separare individuală. Iluminarea este dezidentificarea Sursei cu mecanismul particular corp – minte, așa că sentimentul de ființă individuală încetează să existe. Ego-ul va fi doar în parte acolo și el guvernează funcționarea corpului, în conformitate cu factorii săi genetici și condiționările sale și acolo va fi o identificare, cu numele dat (numai ca etichetă, care ajută la funcționarea normală), însă nu se va mai produce identificarea cu corpul sau cu gândurile, emoțiile și acțiunile ce se nasc în corp. Iluminarea este trezirea din „visul trăit”, înțelegând că Tu ești chiar Sursa.



Iluminarea este depășirea atitudinii de spectator, printr-un criteriu suplimentar, nu există nimeni care să depună mărturie pentru nimic. Nu există și nici nu a existat vreodată cineva care să realizeze acest lucru. Iluminarea este îndepărtarea gândului fals, pe care se bazează realitățile limitate, ale separării și identificării. Am văzut că prin atitudinea de spectator, s-a îndepărtat cauza secundară a suferinței. Prin iluminarea identificării cu corpul s-a îndepărtat și eliminat cauza primară a suferinței, pentru eternitate. Corpul poate simți durerea, dar nu se va identifica cu aceasta, pentru că nu va fi nimeni care să se poată identifica cu așa ceva și prin urmare suferința ia sfârșit. De înțelegerea acestui lucru nu beneficiază nimeni, pentru că pur și simplu nu va fi nimeni acolo, nici o individualitate separată. Nu există iluminare individuală, pentru că iluminarea este anihilarea finală a falsei senzații de ființă individuală. Când iluminarea se întâmplă, ea doar se întâmplă sau nu, ea nu este un obiect pe care individul poate să-l dețină pentru a avea mai multă fericire. Iluminarea pur și simplu schimbă individul, deci urmările sale pot fi văzute în corp și sunt asociate cu pacea eternă și iubirea. După iluminare, corpul continuă să funcționeze așa cum a făcut întotdeauna. Singurul lucru ce îi lipsește este falsa senzație a existenței sale ca individ separat, completată de senzația falsă de creator.

Iluminarea nu este o condiție obligatorie, pentru că nimeni nu o poate provoca. Căutând iluminarea prin efort personal, se întărește în mod suplimentar existența unei persoane iluzorii. Iluminarea se întâmplă numai prin grația lui Dumnezeu sau a Sursei. Ea poate fi accelerată prin înțelegerea Adevărului și aceasta grație Sursei. Tu ești Sursa și acesta este Adevărul Final.

„Permite Soarelui să strălucească mult timp deasupra ta,  
Toată dragostea să te-nconjoare,  
Și lumina pură din interiorul tău,  
Să te călăuzească pe Cale.”

#### **Irish Blessing**

„Permite-ți să trăiești toate zilele vieții tale.”

#### **J.Swift**

„Permite lui Dumnezeu (Sursei) să ți se reveleze ție,  
așa cum Îl cauți tu pe El.”

#### **John Gilmer**

„Fie ca tu să depășești toate dualitățile și să-ți găsești în interior,  
unde locuiește adevărata frumusețe și împlinire, perechea sufletului tău.”

#### **Autorul**

### **31. Bazele științifice ale spiritualității**

În conformitate cu cele mai recente descoperiri ale Fizicii Moderne, înainte de Big Bang (explozia cosmică ce a avut loc acum 15-20 miliarde de ani, și care stă la baza Universului nostru) exista numai un spațiu cu 10 dimensiuni, la care noi ne vom referi ca fiind Hiperspațiu. Cu un singur moment înainte de Big Bang, (momentul zero), acest spațiu cu 10 dimensiuni era stabil, iar când a avut loc Big Bang-ul, acesta a devenit instabil și a început să se miște. Mișcarea sa era (și încă este) în termenii vibrațiilor.

Ca parte a acestor vibrații, 4 din cele 10 dimensiuni au început să se extindă exploziv, în timp ce celelalte 6 s-au contractat violent, până când au devenit de mărime infinitezimală. Cele 4 dimensiuni ale Hiperspațiului sunt încă extinse și acesta este Universul, pe care noi îi observăm acum, cu cele trei dimensiuni ale sale (lungime, lățime și înălțime) și cu dimensiunea timp, formând împreună spațiul nostru tradițional quadridimensional. Aceasta expansiune, asemănătoare cu umflarea unui balon, este observabilă din cauza faptului că alte stele sau galaxii sunt aruncate în afara noastră cu viteze mari. Cu mult mai puțin decât o milisecundă ( $10^{-43}$  secunde) după Big Bang, celelalte 6 dimensiuni s-au contractat la o mărime mult mai mică decât un milimetru ( $10^{-33}$  cm) și prin urmare aceste 6 dimensiuni au rămas pentru noi invizibile, așa cum acest Hiperspațiu cu 10 dimensiuni pare a fi doar cu 4 dimensiuni.

Interesant este că în concordanță cu „Teoria Superstring-urilor”, aceste 6 dimensiuni continuă să vibreze ca părți ale vibrațiilor Hiperspațiului și formează un număr infinit de particule unidimensionale invizibile, numite „Superstring-uri”. Natura „Superstring-urilor” a fost descrisă la începutul acestei cărți. Știm că „Superstring-urile” sunt aruncate în afara noastră cu viteze mari. Toate entitățile (care sunt în realitate „Superstring-uri”) interacționează cu spațiul quadridimensional, în care ele se mișcă și sunt forme inseparabile ale acestuia. (Acesta este din cauză că toate entitățile, la fel de bine ca și spațiu-timp, sunt dimensiuni ale unicului Hiperspațiu) Implicațiile acestui fapt sunt fenomenale. Rezultă că totul, incluzându-ne și pe noi înșine, este conectat intim cu spațiul quadridimensional, care în trecut se credea a fi separat de noi.

**Pe scurt:** Sursa este Hiperspațiul cu 10 dimensiuni. Vibrațiile acestui Hiperspațiu, care includeși vibrațiile „Superstring-urilor” este de fapt Sursa în Mișcare. Sursa în Mișcare cu cele 10 dimensiuni și vibrațiile sale este Universul nostru Adevărat, însă celelalte 6 dimensiuni ale sale nu ne sunt nouă vizibile. Aceste 6 dimensiuni, cu vibrații diferite (sau „Superstring-uri”), apar simțurilor noastre mai mult ca materia pe care noi o vedem în jur. Acesta este Universul fizic sau manifestarea Sursei.

Acum se pune întrebarea, cum pot „Superstring-urile” invizibile, să apară simțurilor noastre (sau conștiinței noastre) ca obiecte vizibile? Răspunsul poate fi dat numai după o scurtă descriere a fenomenului neașteptat. Un fenomen neașteptat are loc atunci când un sistem formează brusc un alt sistem, diferit și radical (sau un nivel diferit al realității). Cu alte cuvinte, chiar dacă sistemul original inerent rămâne același, în anumite condiții el arată o proprietate bruscă și neașteptată, care nu era înainte, dar care face ca sistemul original să pară a fi un sistem cu totul diferit, o structură neașteptată sau un alt nivel al organizării (sau alt nivel al realității). Un exemplu simplu: gheața este o structură neașteptată, care provine din apă numai în condiții specifice, în acest caz, temperaturile foarte scăzute. Deci, acesta este un caz foarte obișnuit (gheață-apă), dar alte fenomene neașteptate pot fi radicale. Ele produc forme noi, ce nu sunt așteptate pe bazele unui nivel fundamental. În cele mai multe cazuri, analiza în amănunt nu ne ajută prea mult, pentru că ea nu ne spune prea multe despre complexitatea și bogăția acestui nou nivel de organizare. Fenomenul neașteptat în fizică, lucrează precum miracolul. Universul fizic, pe care noi îl observăm, este o structură neașteptată a „Superstring-urilor” fundamentale (sau Câmpul de Energie Universală).

Dar cum apare el ?

Pentru a răspunde la această întrebare, să ne întoarcem înapoi cu 20 miliarde de ani, în momentul Big Bang. Inițial a fost Hiperspațiul (Sursa). Cu Big Bang-ul, el s-a mișcat și a creat Sursa în Mișcare, un Univers vibrațional cu 10 dimensiuni, care este foarte puțin asemănător cu Universul fizic quadridimensional, observat de noi acum. La mult mai puțin de o milisecundă ( $10^{-43}$  secunde) după Big Bang, cele 4 din cele 10 dimensiuni s-au extins (mai târziu au stabilit spațiul – timp, cunoscut nouă) și celelalte 6 dimensiuni s-au contractat la o mărime mult mai mică decât un milimetru ( $10^{-33}$  cm), formând „Superstring-urile” vibratoare. Energia Universului (Hiperspațiul) era atunci la un nivel neașteptat de  $10^{26}$  eV (această energie este mai mare decât orice ne-am putea noi imagina). În acest punct, domeniul vibrațiilor (variațiile în nivel, nu nivelul însuși) era mic, vibrațiile (frecvența) și energia aveau nivele incredibil de mari, cu alte cuvinte ele nu variaau mult. Cu timpul, variațiile vibrațiilor și energiei au început să crească, așa că a apărut un spectru de vibrație și energie. Acest spectru a permis vibrațiilor joase, la fel de bine ca și vibrațiilor înalte, să miște „Superstring-urile”. Energia inițială uriașă, de  $10^{26}$  eV, s-a disipat în afară și a creat o gamă de energii (mai precis densități de energii) între  $10^9$  eV și  $10^{25}$  eV. Acest lucru s-a întâmplat la momentul  $10^{-12}$  secunde. La nivelul inferior al spectrului de energie, adică la nivelul energiei de  $10^9$  eV, vibrațiile joase ale „Superstring-urilor” erau foarte dense (strâns unite) și au creat prima structură neașteptată – quarcii și electronii, care au fost primele particule existente în Universul nostru. La celelalte nivele ale spectrului (nivelele de energie medii și înalte), „Superstring-urile” și-au păstrat natura lor subtilă și infinitezimală.

Deci, particulele au apărut numai din „Superstring-uri” la cele mai joase nivele de vibrație ale energiei. Este important să observăm că fiecare quarc este încă un „Superstring”. Fiecare quarc este doar un nivel mai înalt de organizare al „Superstring-urilor” fundamentale. Altfel spus, quarcii (particulele) apar ca un nivel mai jos al Realității, din nivelul mai înalt al Realității. Fiecare particulă nu este nimic altceva decât vibrații dense, forme grosiere ale „Superstring-urilor”, și ca o proprietate uimitoare a structurilor neașteptate, quarcii au o dimensiune mai mare decât forma subtilă a „Superstring-urilor”.

Pe măsură ce timpul a trecut, variațiile în vibrațiile „Superstring-urilor” și spectrul lor de energie a devenit din ce în ce mai larg, permițând energiilor și vibrațiilor să devină din ce în ce mai joase. La o milisecundă după Big Bang, la nivelul relativ al energiei de  $10^8$  eV, vibrațiile au devenit mai dense și au format particule mai mari, neutronii și protonii, care sunt formați din quarci. După 3 minute, a fost format nucleul (compus din neutroni și protoni). După 700 000 ani, energiile din partea de jos a spectrului au ajuns până la 0,01 eV și vibrațiile acolo au devenit dense și s-au format primii atomi. Atomii erau mai mari decât orice altă particulă existentă înainte și erau formați din nucleu și electroni. La energii mai joase (10 eV), combinația atomilor a format moleculele. În mod asemănător, mai târziu, anumite molecule au format celulele vieții și celulele au format corpul viu. Unele celule (neuroni) formează în colectiv creierul sau conștiința. Vedem așadar, că deși energiile au devenit din ce în ce mai joase și vibrațiile au devenit din ce în ce mai dense, a apărut o organizare fundamentală, ca sistem diferit (un nivel următor al organizării) la energia joasă a spectrului. Începând cu „Superstring-urile”, după multe ierarhii, noi avem ceea ce numim materie: copacii, oamenii, stele etc., care sunt vizibile, deși „Superstring-urile” fundamentale sunt invizibile. În acest punct, sunt două importante probleme de observat:

1. Încă există „Superstring-uri” invizibile la energii înalte ale spectrului, pe care noi le-am denumit înainte în text Câmp de Energie Universală subtil, (asta poate explica de ce astrofizicienii caută încă ceea ce este numită pierderea masei Universului neînțelegând că acesta este Câmpul invizibil, subtil, de Energie Universală, care nu are masă și nu este detectabil). Aceste „Superstring-uri” nu apar ca materie, dar interacționează cu aceasta, sunt răspândite peste tot și noi le-am văzut aducând corpurilor noastre, Energie Universală suplimentară.

2. Ceea ce numim noi materie și ceea ce noi vedem ca materie diferită în jurul nostru, nu este nimic altceva decât vibrațiile dense ale „Superstring-urilor”, la energii joase. Corpurile noastre sunt individualizări grosiere ale Câmpului de Energie Universală, care apare ca materie solidă conștiințelor noastre. Deci, numai atunci când conștiința apare, apare împreună cu ea și iluzia materiei și falsa senzație a separării. Știm că Universul este format numai din forme de vibrații subtile și dense și din nimic altceva. Materia este însă numai o etichetă, o iluzie, un

adevăr limitat pe care noi îl folosim pentru a descrie vibrațiile dense. Devine acum clar că atât corpurile noastre, cât și tot ce ne înconjoară, sunt corpuri energetice, iar materia solidă, separată, este o iluzie creată de mintea noastră.

Motivul pentru care mintea noastră (conștiința) vede diferențele în existența din jurul nostru (precum o mașină, corp, aer) este doar pentru că totul vibrează cu frecvențe variate. Nivelul, adică cantitatea sau mărimea vibrațiilor „Superstring-urilor”, determină tipul quarcului care apare, iar combinațiile diferite ale vibrațiilor determină ce tip de atomi se va manifesta etc. Motivul pentru care noi simțim lucrurile ca fiind solide, este numai din cauză că există câmp electromagnetic (forță) între corpurile noastre și obiectele pe care le atingem, care există și între fiecare atom și care dă falsa senzație de soliditate. Forța electromagnetică nu este nimic altceva decât o vibrație diferită a „Superstring-urilor”. La început, în jurul momentului  $10^{-40}$  secunde, „Superstring-urile” au format o singură forță unificată, ce mai târziu în timp s-a divizat în forțe nucleare slabe și tari, gravitație, forțe electromagnetice, care sunt toate generate de bozoni, deci toate particulele și forțele în natură sunt doar vibrații.

Dacă diferențele între obiecte sunt iluzii și dacă soliditatea obiectelor pe care noi le atingem este tot o iluzie, atunci înseamnă că percepția noastră asupra materiei și separării este tot o iluzie sau un nivel foarte jos al realității. Realitatea fundamentală este aceea că totul este constituit din vibrații și diferențele ce există sunt urmare a nivelelor de vibrație. Deci, în realitate, ceea ce vedem noi ca lume fizică, este un ocean de câmpuri vibratorii, ce nu are granițe, îmbinate intim unele cu altele. Acesta este adevărata și frumoasa față a Universului nostru, pe care noi am cunoscut-o atât de puțin până acum.

Am văzut aceasta din cauza fenomenului neașteptat. Aceeași Sursă (Hiperspațiul) iese la iveală ca diferite aparențe, într-un mod ierarhic, iar toate aceste aparențe diferite (organizări sau sisteme) coexistă simultan, ca fiind aspecte diferite ale Hiperspațiului. Trebuie să observăm că fiecare aspect este Hiperspațiul Însuși, totuși fiecare aspect sau fiecare aparență corespunde unui nivel diferit al Realității. Cel mai fundamental, profund sau altfel spus, cel mai înalt nivel al Realității este Hiperspațiul, care este Sursa a tuturor realităților. Alte realități ce apar din Hiperspațiu, ca un nivel următor al structurii neașteptate, sunt totuși nivele mai joase ale realităților, din cauză că toate nivelele realităților depind de existența lor în Hiperspațiu (Sursa), în timp ce Hiperspațiul poate exista independent. Să privim la toate aceste realități, una câte una, căci ele joacă un rol foarte important în înțelegerea Adevărului despre Existență. Vom diferenția patru realități principale:

- **Primul nivel** al Realității este Hiperspațiul cu 10 dimensiuni sau Sursa.
- **A doua realitate** apare din aceasta și este planul vibrațiilor nelocalizate. Acest plan reprezintă un nivel mai scăzut al Realității, în comparație cu primul. El constă în Sursa în Mișcare și mai special, vibrațiile „Superstring-urilor” cu 10 dimensiuni, care sunt compactările (sau contracțiile) celor 6 dimensiuni ale Hiperspațiului. Acest al doilea nivel este numit planul vibrațiilor nelocalizate pentru că „Superstring-urile” sunt conectate nelocalizat sau dincolo de spațiu-timp. Aceasta este foarte adevărat, considerând că factorul cel mai important este că „Superstring-urile” sunt cele 6 dimensiuni ale Hiperspațiului și totuși ele există în afara celor 4 dimensiuni, care constituie spațiul quadridimensional, convențional pentru noi.
- **Al treilea nivel** al Realității este planul local vibrațional și se referă la aceleași „Superstring-uri”, dar de această dată la reflexiile lor în spațiul quadridimensional, vizibil nouă. Cu alte cuvinte, acest nivel descrie cum cele 6 dimensiuni ale Hiperspațiului – „Superstring-urile” – sunt percepute de către celelalte 4 dimensiuni, sau de spațiul quadridimensional, convențional nouă. Deci, în timp ce al doilea nivel al Realității vede vibrațiile „Superstring-urilor” mișcându-se într-un spațiu cu 10 dimensiuni, al treilea nivel observă mișcarea lor în spațiul nostru convențional, cu 4 dimensiuni, care are o perspectivă mult mai limitată. Acest nivel al Realității este local, sau în spațiu-timp. Cititorul trebuie să observe că deși celelalte 6 dimensiuni există simultan în Universul nostru, ele sunt invizibile și noi suntem conștienți doar de cele 4 dimensiuni, pentru motivul că noi ne asumăm incorect faptul că toate mișcările și conectările sunt limitate la aceste 4 dimensiuni, dar nu este așa. Acesta este modul în care vibrațiile sunt percepute în al treilea nivel al Realității.
- În sfârșit, **al patrulea plan fizic** și cel mai de jos nivel al Realității, aceasta este realitatea unde conștiința a apărut la marginea cea mai de jos a spectrului de energie. În această realitate, toate vibrațiile apar conștiinței ca materie, cu alte cuvinte, acesta este Universul fizic de care noi suntem conștienți. Această realitate este locală și are cea mai limitată aparență.

Interesant este că toate aceste patru realități există în același timp în Universul nostru, deși noi suntem de cele mai multe ori conștienți numai de cel de al patrulea nivel al realității. Aici trebuie să ne oprim și să înțelegem ce este Localizarea și Nelocalizarea.

Înainte de 1964, fizicienii gândeau că Universul era local. Local înseamnă că dacă două obiecte A și B erau separate și distanțate în spațiu, pentru ca primul obiect A, să-l influențeze pe al doilea obiect B, trebuie să călătorească în spațiu, pe drumul către obiectul B și să-l influențeze fizic, sau să trimită un semnal către B și acest semnal să poată călători în spațiu, să-l găsească și să-l afecteze pe B. Dacă A nu poate face aceasta, înseamnă că A nu este în legătură cu B. Cu alte cuvinte, în conformitate cu localizarea, toate legăturile sunt realizate prin spațiul nostru quadridimensional și sunt limitate. Ceea ce noi vedem a fi separat, este în parte datorită localizării aparente.

Noi gândim că dacă două lucruri sunt depărtate, între ele nu există nici o legătură, iar dacă sunt unul lângă altul, ele au legătură. În 1964, fizicianul Bell a dovedit că această teorie era greșită, el a avut o străfulgerare în al doilea nivel al Realității. Bell a arătat că două obiecte se pot influența unul pe altul și influența nu trebuie să călătorească în spațiul quadridimensional, convențional pentru noi. Aceasta înseamnă că două entități, aflate la orice distanță sunt conectate și se pot influența una pe alta instantaneu. Nelocalizarea indică existența unui tărâm invizibil nouă, dar care este aici și există la un nivel foarte adânc și la acest nivel orice lucru este conectat cu orice altceva, dincolo de limitările spațiu – timp. În timp ce localizarea înseamnă în spațiuși timp, nelocalizarea înseamnă în dincolo de spațiu și de timp. Conform nelocalizării, două entități sunt conectate chiar dacă ele sunt depărtate în spațiu, așa că spațiul-timp quadridimensional tradițional și limitările nu mai au nici o importanță, fiind depășite. Sub lumina acestor informații, al patrulea nivel al Realității devine acum mult mai clar.

Deci, „Superstring-urile sau vibrațiile sunt Hiperspațiul cu 6 dimensiuni. Aceasta implică două lucruri, primul înseamnă că ele sunt echivalente cu Hiperspațiul (cu alte cuvinte, ele nu sunt doar obiecte în el sau părți ale lui), al doilea, ele sunt în esență dincolo de spațiul nostru quadridimensional, tradițional. Dacă ele sunt în afara spațiu-timp, prin definiția de mai sus ele nu sunt localizate, deci chiar dacă proiecțiile lor apar a fi localizate în spațiu-timp, în realitate ele nu sunt. Aceste lucruri implică următoarele: ca parte a celui de al patrulea nivel al Realității, numai entitățile ce sunt unele lângă altele, sunt conectate. Ca parte a celui de al treilea nivel al Realității, toate entitățile sunt în esență vibrații, dar numai vibrațiile aceleia care este în imediata vecinătate a celeilalte se conectează. Ca parte a celui de al doilea nivel al Realității, este adevărat că orice vibrație este conectată cu orice altă vibrație și nu contează cât de departe se află ele. Dacă vibrații („Superstring-urile”) sunt conectate în 6 dimensiuni, cum ar putea fi ele permanent separate? În sfârșit, al patrulea nivel al Realității spune că toate vibrațiile sunt una cu Hiperspațiul și totul este Sursa Însăși.

**În rezumat:** toate obiectele și toți oamenii sunt vibrații și orice lucru este conectat cu orice altceva, nelocalizat, dincolo de spațiu-timp. Aceasta se poate datorită localizării (și din cauza percepțiilor conștiinței noastre, căreia lucrurile îi apar separate), dar și din cauza nelocalizării fundamentale (prin care orice lucru din Univers este adânc conectat). La al patrulea nivel al Realității, noi observăm materia (soliditate, diversitate) și separația. Al treilea nivel al Realității spune că toată materia este constituită din vibrații, deși nu toate vibrațiile sunt conectate, ci numai acelea ce se înconjoară unele pe altele – aceasta este o conectare locală. Diferențele în materie sunt depășite în această realitate unde există asemănare și armonie. Al doilea nivel al Realității arată că toată materia este vibrație și totul este conectat cu totul. Distanța în spațiu-timp este irrelevantă. Această realitate indică că separația este depășită în întregime și există Integralitatea în Univers. În sfârșit, cel mai înalt și primul nivel al Realității ne arată purși simplu că toate obiectele, toate vibrațiile, toți oamenii nu sunt decât Sursa Însăși. Această realitate depășește Nemărginirea. Aici există Unitatea. Această realitate indică că universul nostru real este atâta vreme cât noi suntem receptivi la aceasta. Aceste lucruri implică următoarele: ca parte a celui de al patrulea nivel al Realității, numai entitățile ce sunt unele lângă altele, sunt conectate. Ca parte a celui de al treilea nivel al Realității, toate entitățile sunt în esență vibrații, dar numai vibrațiile aceleia care este în imediata vecinătate a celeilalte se conectează. Ca parte a celui de al doilea nivel al Realității, este adevărat că orice vibrație este conectată cu orice altă vibrațieși nu contează cât de departe se află ele. Dacă vibrații („Superstring-urile”) sunt conectate în 6 dimensiuni, cum ar putea fi ele permanent separate? În sfârșit, al patrulea nivel al Realității spune că toate vibrațiile sunt una cu Hiperspațiulși totul este Sursa Însăși.

Deci, nelocalizarea este un adevăr mult mai fundamental în Univers decât localizarea. Aceasta înseamnă că chiar dacă lucrurile pot sau nu pot fi conectate localizat în spațiul quadridimensional, ele sunt întotdeauna conectate nelocalizat. Chiar și „Superstring”-urile sunt conectate nelocalizat, iar proiecțiile lor, pe care le percepem în spațiul quadridimensional, apar ca fiind conectate numai localizat. Deci, fiecare influență este mai întâi nelocală, din cauză că localizarea apare din nelocalizare. Să dăm un exemplu. Când noi direcționăm Energie Universală sau în gând, de la punctul A la punctul B, aflate la distanță, energia sau gândul pot să traverseze spațiul prin intenție inconștientă, însă nu este necesar atunci când noi suntem conștienți de legătura nelocală dintre A și B. A și B apar a fi la distanță, numai în percepția noastră. Apoi, noi putem face gândul sau energia să fie transferat de la A la B instantaneu, fără nici o călătorie în spațiu. În realitate, toate influențele locale sunt purtate de natura nelocală. Un exemplu simplu este apariția în mintea noastră a unui gând despre o persoană pe care nu o așteptăm să vină și ea tocmai sosește.

Altă implicație a diverselor nivele ale Realității este faptul că înțelegerea, scopul și determinarea, sunt concepte neașteptate, ce există numai la nivele joase ale Realității. Când noi privim la Adevăr dintr-un nivel adânc sau înalt al Realității, conceptele nu mai există acolo. Sursa nu are o preferință pentru aceasta sau cum să se miște. Totul se întâmplă în interiorul Ei Însăși și nu poate să se separe de mișcarea sa – să controleze mișcarea, așa cum face mintea cu corpul. Aceasta este într-o stare a Unității (și Acesta este Adevăratul Tu). Mișcarea ei apare spontan. Ca un rezultat, mișcarea vibrațiilor în Univers este expresia lor însele, într-un mod aleator – precum este dansul liber. Și atunci, la cel mai de jos nivel al Realității (a patra realitate), conștiința (mintea) apare și cu ea apar judecata, intenția, scopul și determinarea. Toate acestea nu erau înainte.

Fizicienii confirmă acest fapt în Fizica Cuantică. Universul este o întâmplare inerentă, deși el ne apare determinat. În conformitate cu realitățile cele mai înalte, nu există nici un alt scop în viață, decât să trăiești. Țelurile spirituale sunt minunate, dar păstrează în minte că ele se întâmplă întotdeauna neașteptat în fenomenologie (manifestare) și nimic nu se întâmplă Adevăratului Tu sau Sursei, când mintea ta este spirituală. Adevărul Final este că Tu ești Adevărul și în loc să-L cauți, bucură-te Tu, fiind chiar El, pentru că Tu ești deja Acela. Nu ar trebui să uităm că toată învățătura este realizată doar din concepte și din indicatori ai Adevărului și Tu ești deja Acel Adevăr înaintea învățăturii. Când există înțelegere intuitivă și completă că „Totul este Dumnezeu sau Sursa” nu mai este necesară nici o învățătură.

În concluzie, Universul fizic este mai mult o creație a minții tale, pentru că adânc, dincolo de orice lucru, sunt vibrații nonfizice și orice lucru este conectat cu oricare altul.

Tot ce există este Sursa – Hiperspațiul – „Nimicul”, în afara „Totului” – Universul care a apărut și s-a manifestat. Tu nu ești limitat la persoana pe care Tu o reprezinți, Tu ești chiar Sursa Întregii Creații.

Dragă cititorule,

Fie ca Tu să te bucuri și să sărbătorești Natura Ta Dumnezeiască, în fiecare moment al Prezenței Tale Eterne.

*Autorul*

**Sfârșit**