

O TOQUE QUÂNTICO
Quantum-Touch – O Poder de Curar, de Richard Gordon
"UMA SIGNIFICANTE DESCOBERTA NA CURA ATRAVÉS DAS MÃOS"
Magazine de Medicina alternativa, Julho de 2001

"A SIGNIFICANT BREAKTHROUGH IN HANDS-ON HEALING"

Alternative Medicine Magazine, July 2001

Quantum-Touch

The Power to Heal



Richard Gordon

Best Selling Author of "Your Healing Hands"

Foreword by Dr. C. Norman Shealy, M.D., Ph.D.

Founding President of the American Holistic Medical Association

Richard Gordon é o autor de outro best seller "Your Healing Hands"
"A SUA CAPACIDADE DE CURAR – nas SUAS MÃOS"
Tradução e adaptação de www.joraga.net 2011 12

Conteúdo

Prefácio pelo Dr. Norman Shealy C., MD, Ph.D.....	2
Introdução.....	3
PREPARANDO-ME I	
1. Discovery – Descoberta.....	7
2. Ressonância, Força de Vida, e os Princípios de Quantum-Touch.....	15
TÉCNICAS II	
3. Técnicas Básicas.....	25
4. Perguntas Frequentes.....	53
5. Técnicas Intermédias.....	79
6. Técnicas Avançadas.....	97
APLICAÇÕES III	
7. Alterando postura com Energia.....	113
8. Trabalho sobre problemas nas costas e pescoço.....	125
9. Trabalhando em todo o corpo.....	137
10. Self-Healing – Auto Cura.....	151
11. Cura Animal.....	157
12. Cura à distância.....	163
OUTRAS COISAS ESSENCIAIS IV	
13. Cura emocional.....	173
14. Estilo de Vida e Cura Nutricional.....	181
15. Diversão.....	191
VISÃO V	
16. O Futuro da Energia de Cura.....	205

Prefácio

Há duas décadas, Delores Kreiger¹ introduziu o conceito de Toque Terapêutico, que tem sido amplamente utilizado pelos enfermeiros. Assim como existem "muitas estradas para chegar a Roma", há certamente muitas técnicas de "cura". Para mim, todas estas são parte de um conceito universal que chamo "cura sagrada".

Eu conheci pessoalmente e fui treinado por Richard Gordon, nesta sua modalidade de cura, que se tornou conhecida por Quantum Touch – QT – Toque Quântico - TQ.

Muitos dos meus funcionários também foram treinados e fomos capazes de demonstrar que Quantum-Touch, mesmo sem tocar o paciente (!), é capaz de mudar o eletroencefalograma.

O alívio sintomático da dor foi obtido num grande número dos nossos pacientes crónicos.

Um rápido alívio da dor e resolução de cura após a remoção cirúrgica dos dentes do siso foi observado numa jovem.

Sally Hammond, no seu livro, «Todos Somos Curadores», ressaltou, durante mais de 25 anos, a capacidade potencial de cura de cada ser humano.

Quantum-Touch parece ser a primeira técnica que pode realmente permitir-nos a todos tornarmo-nos curadores.

Atenciosamente,

Dr. C. Norman Shealy, MD, PhD.

Fundador do Instituto Shealy para Presidente Fundador Global Health Care,
Investigação Associação Americana de Medicina Holística e Professor Clínico de Psicologia, Instituto Florestal de Psicologia Profissional

¹ (1970?) ver anexo 1 – nota de joraga)

Introdução

Quantum-Touch é um método de cura pelas mãos que, literalmente, deve ser experienciado e visto na prática, para se poder acreditar nele. Empregando apenas um toque muito leve, seja em proveito próprio ou alheio, poderá acelerar profundamente a resposta de cura do próprio corpo. O efeito é tão imediato e extraordinário, que se podem realmente ver os ossos realinhando-se no corpo espontaneamente, com apenas um leve toque. Desde que o corpo decide onde colocar esses ossos, não precisa de se preocupar sobre o “como fazer isso numa forma correcta”. Além do realinhamento estrutural, uma dor ou uma inflamação podem ser rapidamente reduzidas, enquanto os órgãos, sistemas e glândulas entram em equilíbrio.

Para se capacitar em usar o Quantum-Touch, só precisa de aprender várias técnicas de respiração, de meditações, de consciência corporal e algumas posições das mãos. Aqueles que aplicam os princípios e técnicas deste livro podem-se tornar altamente profissionais capazes, num simples e único dia. Isso ocorre porque a capacidade de curar é uma parte inerente das pessoas e é essencial à natureza. Assim como os carros novos que saem da linha de montagem são todos equipados com uma direcção de rodas, janelas e portas, a capacidade de ajudar a curar o outro é automaticamente incorporada no nosso sistema. Tão certo como as crianças são dotadas da capacidade de andar, aprender uma língua, rir, chorar, e amor, todos temos a capacidade de ser praticantes de cura - curadores.

Depois de ter aprendido Quantum-Touch, nunca mais pode esquecer o modo de o fazer. O processo é muito parecido com o “aprender a andar de bicicleta”. Antes de começar, (lembra-se?), só a ideia de se sentar sobre duas rodas e ficar direito, provavelmente, parecia-lhe completamente impossível. Quando, enfim, começa a andar e a ficar em cima da bicicleta, primeiro, pode parecer um milagre, mas depois de algum tempo, torna-se completamente natural e esperado e nunca mais se esquece.

Quando puder observar os resultados do uso de Quantum-Touch, a experiência muitas vezes será surpreendente e inesquecível. É, repito, como a história de "andar de bicicleta", que tinha aparecido milagrosa antes, mas passado algum tempo, tornam-se natural e até esperado. Além disso, vai experimentar uma imensa alegria e satisfação, ao saber e experimentar que pode ajudar os outros no seu processo de cura.

Uma pequena nota de aviso: Eu acredito que esta alegria é contagiosa.

Deepak Chopra escreveu:

"Para promover a resposta de cura, deve passar por todas os níveis mais grosseiros do corpo – células, tecidos, órgãos e sistemas - e chegar aquela zona entre mente e matéria, aquele cruzamento que é o ponto onde a consciência realmente começa a surtir efeito".

Creio que existe esse tal ponto onde se cruzam a consciência e a matéria, e que esta junção existe num nível quântico (sub atômicas), e que esta relação extraordinária entre mente e matéria se torna acessível a todos nós através do nosso amor e intenção.

Ao dominar este poder inato do nosso amor, podemos, de forma dinâmica e positiva, activar o processo de cura do próprio corpo. A partir do DNA dos ossos, todas as células e sistemas respondem facilmente às vibração de cura de seu amor.

A seguir apresento mais algumas coisas interessantes que eu quero que saiba sobre Quantum-Touch:

Praticantes de várias modalidades de cura, que estudaram Quantum-Touch nos Estados Unidos, Canadá e Europa, têm-me dito que, a utilização do QT aumentou significativamente o poder e a eficácia de suas práticas de cura. Quiropráticos pensam nele como uma forma avançada da Quiropraxia. Fisioterapeutas pensam nele como uma forma mais eficaz de terapia física. Da mesma forma, acupuncturistas já me disseram que funciona como uma forma avançada de acupunctura. Mestres de Reiki estão a chamá-lo de "potenciador de enriquecimento do Reiki" ou "turbo do Reiki". Quantum-Touch combina perfeitamente com outras inúmeras técnicas para melhorar a sua eficácia tais como: massagem, shiatsu, Jin Shin, acupressão, polaridade, tratamento craniano, toque terapêutico sacral, toque de cura, e assim por diante.

Quantum-Touch é uma terapia maravilhosa autónoma e acessível a pessoas sem qualquer treinamento prévio.

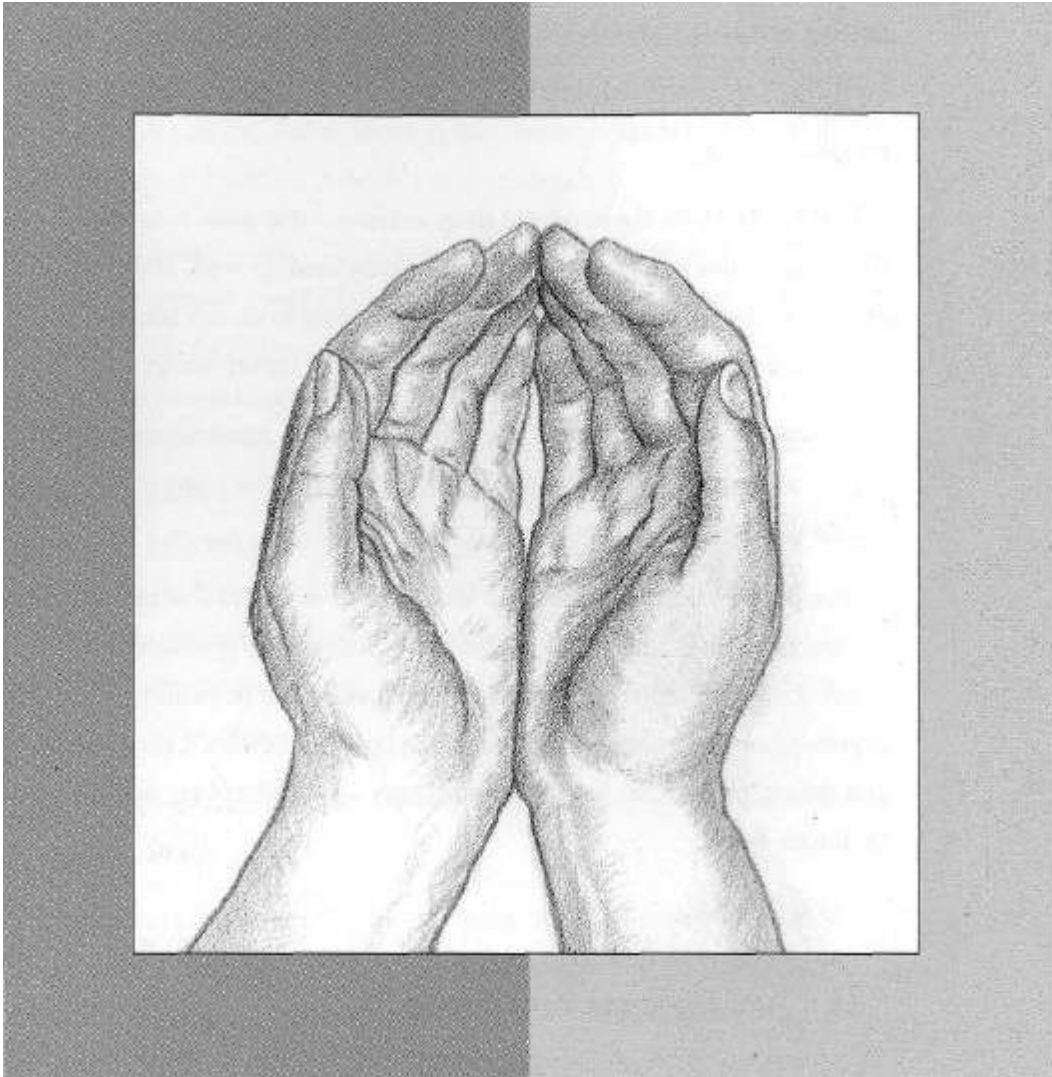
Pode muito bem ser a técnica mais fácil de cura que há para aprender. Quase toda a gente pode aprender a fazer trabalhos de cura extraordinária, após um ou dois dias de treinamento. É tão fácil, que a pode aprender facilmente com este livro. As próprias crianças geralmente podem aprender a fazer este trabalho quase que imediatamente.

Quantum-Touch vai capacitar as pessoas a conseguirem aliviar uma tremenda quantidade de dor e sofrimento de amigos e entes queridos. É realmente uma das habilidades essenciais para a vida, que todos nós devemos aprender.

A um nível puramente egoísta e pessoal, gostaria de viver num mundo onde a cura possa ser considerada real, onde a cura é universalmente praticada, e onde o tipo de humanidade e a natureza generosa pode ser facilmente expressa. Por estas e muitas outras razões faço os meus mais sinceros desejos e convido todos para se juntarem a mim numa viagem maravilhosa de descoberta - a descoberta de Quantum Touch.

"Não é importante que você saiba tudo, apenas as coisas importantes."

- Miguel de Unamuno



CAPÍTULO 1

DESCOBERTA – REVELAÇÃO – (Discovery) –



P
R
E
P
A
R
A
Ç
Ã
O

- GETTING READY

Uma Bênção Portentosa

A capacidade de trabalhar como curador é simplesmente um presente. É um DOM, presente dentro de cada um de nós que só precisa de ser descoberto. Esta capacidade é nossa desde o nascimento. Ele vem como equipamento padrão em todos os seres humanos – com ligação ao sistema.

Sala de Sessões (Café Sessions) Um episódio no consultório

"A minha mãe está com uma dor muito grande... ela pode se sentar aqui, por favor?", – perguntou uma mulher que parecia estar na casa dos sessenta. O meu amigo e eu, que estávamos a folhear um livro de fotos de morcegos, saímos logo do banco do escritório, onde estávamos e convidou as mulheres a ocupar os nossos lugares. A mulher, que era muito velha e estava inclinada sobre si própria, com uma respiração muito difícil e dolorosa, aproximou-se muito humildemente e sentou-se. Eu perguntei à filha qual era o problema da sua mãe e em que é que ela poderia precisar de ajuda. Ela contou-me que a mãe estava com uma extrema dor nas costas.

Durante cerca de trinta segundos, tive um debate dentro de mim para saber se devia ou não deixar-me envolver nesta questão, mas o "curador" que existe em mim, como em todos, levou a melhor. Expliquei à filha que, na minha profissão, uso uma forma de curar com as mãos e devia tocar levemente na área onde sentia a dor. Ela perguntou à mãe se aceitaria que eu fizesse isso. Falou com a mãe em francês, e disse que a senhora mais velha aceitava e até achava que seria ótimo.

Na minha maneira típica de trabalhar, eu faço o meu trabalho em qualquer lugar em que esteja, como, por exemplo, no meu escritório. Tem-me acontecido muitas vezes dar sessões de cura em concertos, palestras, filmes, campos de golfe, seminários, supermercados, ou onde quer que aconteça estar.

Chamo a isso a minha "Sala de sessões".

Pedi então à mãe da senhora para apontar o local onde sentia a dor. Risos..., e um momento depois, eu estava de joelhos com minhas mãos no local que a senhora me indicou como doloroso. Ela estava a respirar de um modo muito ofegante e seu rosto estava contorcido pela dor, quando comecei a "aplicar a Energia" através das minhas mãos. Perto de cinco minutos depois, o rosto da mulher mais velha parecia pacificado. Virou-se para mim e disse simplesmente: "Obrigado, eu estou melhor agora."

As duas mulheres levantaram-se, sorriram para mim, e saíram do meu escritório sem mais uma palavra.

Imediatamente, sentei-me no banco e peguei de novo no livro, pronto para recomeçar onde tínhamos ficado. Para minha surpresa, o meu amigo estava visivelmente muito abalado pela experiência. Apesar de eu e ele termos já uma amizade normal, desde há um grande número de anos, ele tinha escapado ao meu encontro inexorável com o ceticismo das pessoas: "Como é que pode pegar simplesmente num livro, depois de uma experiência como essa?", perguntou ele. Expliquei que as curas são uma espécie de experiência quotidiana. Embora estas experiências tivessem sido chocantes para mim, quando comecei a fazer Quantum-Touch, ao longo dos anos eu já me tinha acostumado a eles e até tinha aprendido a esperar estes resultados!

Primeiros Choques

Desde muito cedo, choques como estes e ao longo dos muitos anos, tornaram-se relativamente comuns para mim, em eventos como os já mencionados, mas, às vezes, esquecemos, que, para muitas outras pessoas, este tipo de acontecimentos podem ser um choque para o sistema a que estão habituados. Para ser honesto, confesso que tive mais do que um destes choques, quando comecei a fazer este tipo de trabalho e alguns vindos dos meus próprios colaboradores.

Quando o meu primeiro livro, "A Cura nas suas Mãos – Experiência da Polaridade", estava prestes a ser lançado em 1978, uma amiga insistiu comigo para participar num encontro de um curador notável. No início desse encontro, fiquei surpreendido com o aspecto de um velho de uns 60 anos, muito pesado e silencioso, que estava sentado sozinho, não falava com ninguém e afinal era o único a liderar o grupo.

Devo dizer que, nessa altura particular da minha vida, eu estava a sentir-me muito arrogante, por ser um autor jovem, com quase 28 anos de idade e prestes a publicar o seu primeiro livro, mas que seria um livro muito popular sobre o tema da terapia de polaridade. Ora ali estava Bob Rasmusson, o líder. Bob era naturalmente um exímio contador de histórias... era absolutamente "passado" (blasé) e de facto, ele contou uma série de histórias, que pareciam totalmente incríveis. Então pediu a um dos membros do público para se oferecer como voluntário. Apresentou-se a amiga que me tinha convidado para a sessão.

Levámos alguns minutos a analisar a postura da minha amiga, em grupo. Eu nunca tinha percebido até ali, que ela tinha uma profunda curva no "S" da coluna: um ombro era muito mais alto que o outro, um quadril estava também mais alto, e assim por diante. Bob trabalhou simplesmente nestes e em mais alguns sítios de passagem, tocando num lugar, depois noutro.

Capítulo Um: Descoberta (Discovery)

Mostrou claramente como os ossos da sua crista occipital (atexplained) (que fica na base do crânio) estavam severamente desalinhados. Começou então a fazer respirações enormes e tocou levemente na base do crânio, apenas por alguns segundos. Imediatamente, a crista occipital parecia estar completamente uniforme e alinhada.

Ele tocou nos quadris, e tocou seus ombros, e passou as mãos para baixo da coluna vertebral. Francamente, eu mal podia acreditar nos meus olhos, enquanto observava os ossos que parecia se derretiam e encaixavam no seu lugar. Num espaço de dez ou quinze minutos, a coluna da minha amiga ficou quase correcta e os quadris e os ombros estavam devidamente alinhados. Para dizer o mínimo, eu estava absolutamente espantado!

Imediatamente me vieram à cabeça três conclusões principais.

A primeira conclusão era que Bob Rasmusson tinha algum tipo de dom raro e incrível.

A segunda conclusão era a de que ninguém jamais seria capaz de aprender isso.

A terceira conclusão era a de que eu nunca seria capaz de aprender isso.

Até ao final desse dia, eu achava que nunca seria capaz de conseguir que uma deformação óssea pudesse mover-se com um toque tão leve. Em suma, eu estava completamente atordoado.

Felizmente, estava errado em todas estas conclusões.

Logo me tornei amigo de Bob, e frequentador do seu meio, e passei depois, muitas vezes, muito tempo em sua casa a observá-lo a trabalhar e a tentar descobrir como, e porque é que as suas curas eram muito mais poderosas do que as das pessoas que ele treinava. Durante um bom par de anos, eu viria a gastar muitas horas por dia a praticar, para exercitar o fluxo de energia. Eventualmente, comecei a ficar criativo com as minhas tentativas de fazer o trabalho e fui capaz de descobrir novas maneiras de amplificar a energia e aumentar o meu poder. Cheguei a um ponto, em que Bob já gostava de me ter a trabalhar com ele.

Margery

Eu acho que o choque maior que tive, desde que fazia este trabalho de cura, foi cerca de dois anos depois de ter aprendido a técnica básica de Bob. Eu estava em Los Angeles e estava a apresentar o Quantum-Touch a um grupo de cerca de oito pessoas. Margery ofereceu-se para ser tratada para exemplificar o tema da minha demonstração. Ela tinha um caso grave de osteoporose e andava tão curvada que olhava para o chão quando andava. Pedi-lhe para desapertar um botão de cima atrás da camisa, para que pudéssemos ter um olhar mais completo das suas costas.

Capítulo Um: Descoberta (Discovery)

Fiquei bastante chocado quando vi a sua coluna vertebral pela primeira vez. Cada vértebra estava severamente desalinhada. Uma vértebra estava fora do alinhamento para a esquerda, a próxima estava muito mais abaixo, para a esquerda e, a que estava mais abaixo, tinha sido, de alguma forma, empurrada maciçamente para a direita. Alguns ossos estavam saídos mais do que eu jamais poderia ter imaginado possível. Pareciam ossos de dinossauros. Outros ossos estavam recuados. Estava ali belo problema! Olhando para sua coluna vertebral, foi fácil perceber porque é que Margery caminhava debruçada sobre ela, quando entrou.

Comecei a fazer correr energia na sua coluna. Gostaria de trabalhar numa vértebra de cada vez, passar um minuto ou dois, e então mover-me para baixo para o próximo e fazer a mesma coisa. Depois de cerca de quinze minutos, as pessoas do grupo começaram a fazer comentários sobre o efeito, "Olha ali. É isso mesmo, ou olhando melhor, é da minha imaginação?" Quinze ou vinte minutos mais tarde, comecei a ouvir comentários como: "Tenho a certeza que está melhor agora." Parecia que os ossos iam, gradualmente, encontrar uma posição mais alinhada. Após os quinze minutos seguintes, os comentários começaram a soar como: "Oh meu Deus, está muito melhor!" No fim de uma hora e quinze minutos, estávamos todos completamente espantados.

Eu mal podia acreditar nos meus olhos. Cada vértebra da coluna de Margery estava agora alinhada. As vértebras, que tinham sido brutalmente empurradas para fora, agora, pareciam estar na sua posição natural. As vértebras, que tinham sido brutalmente empurradas para dentro, agora, pareciam ter-se chegado para o seu lugar. Margery levantou-se e, de repente, parecia muito mais alta do que eu, quando antes, na sua posição curvada, nos olhávamos olho no olho. A filha de Margery entrou na sala e começou a chorar ao ver a mãe de pé e direita.

Mãe e filha abraçaram-se e choraram. As pessoas na sala não podiam deixar de falar sobre isso, e eu estava tão espantado como qualquer delas. Quando cheguei a casa do meu amigo, onde estava hospedado, em Los Angeles, os eventos do dia tinham realmente abalado as minhas crenças e criado uma enorme emoção muito agradável e confortável. Lembro-me de me ter sentado no chão, com as costas contra a parede, pensando no que tinha acabado de acontecer.

Capítulo Um: Descoberta (Discovery)

De repente, ouvi uma voz alta e muito credível na minha cabeça, dizendo: **"isso não aconteceu!"** Por um breve momento eu realmente ia acreditando nisso. Então eu tive de protestar contra mim mesmo, dentro de mim, lembrando-me que as pessoas tinham comentado e que tinham visto que sua coluna tinha gradualmente melhorado e como as vértebras se tinham movido até que todas ficaram perfeitamente realinhadas.

Lembrei-me então de como ela ficou em pé, muito direita e alta, chorando agradecida com sua filha. "Não", protestei dentro de mim, "isso aconteceu mesmo! Isso é real."

O coelhinho

Um outro choque que apanhei foi muito mais suave. A minha amiga Carol tinham ficado em minha casa, e já que estávamos perto da Páscoa, ela trouxe um coelho bebê para minha casa. Quando cheguei a casa, um dia, descobri que a criatura bonitinha não estava em sua casinha e havia deixado pequenos aglomerados de pêlos acastanhados por toda parte. Decidi capturá-lo e colocá-lo novamente na sua caixa. Depois de um ou dois minutos de perseguição ao Mr. Rabbit, em torno da casa, finalmente tinha-o encurralado.

Como tinha as minhas mãos sobre seu pequeno corpo, eu podia sentir como ele tremia de medo, e perguntei-me o que aconteceria, se eu começasse a fazer circular energia dentro dele. Passados cerca de um minuto ou dois de ter feito correr a energia, pude sentir que parava de tremer e os seus pequenos músculos estavam relaxando sob as minhas mãos. Por curiosidade, continuei a fazer correr a energia. Depois de mais alguns minutos, o coelho fez algo totalmente inesperado: ele estendia as patas dianteiras para a frente o mais longe que podia, e sua patas traseiras para trás o máximo que podia, e ali estava totalmente relaxado. "Eia, isto é divertido", pensei. Continuei a fazer correr energia para o coelho, e, de repente, o coelho rolou sobre as suas costas, com as patas dianteiras esticadas para a frente das patas traseiras, com as minhas mãos sobre a barriga dele. Este coelho olhava para mim como se tivesse tido um dia agradável de praia, todo esticado e bebendo na luz solar. Eu nunca tinha visto um coelho fazer uma coisa assim, nem sequer tinha ouvido falar de uma coisa semelhante. Nessa altura estava a começar a ficar com a ideia das coisas notáveis que poderiam acontecer durante estas sessões, e já não estava tão chocado, como fiquei durante aquela minha sessão com Margery.

Vesícula Biliar de Bob

Certa manhã, recebi um telefonema que Bob Rasmusson tinha tido um ataque da vesícula biliar e que estava com uma grande dor e não conhecia nenhum curador em Los Angeles. Será que eu me importava de conduzir de Santa Cruz (cerca de sete horas), até Los Angeles, para trabalhar com ele? Cancelei os meus planos para o dia, e, dentro de 20 minutos, estava no carro, a minha única maneira de ver Bob. Quando cheguei a Los Angeles, segui até o motel onde ele estava hospedado e encontrei-o na cama. Disseram-me que os médicos queriam remover a vesícula biliar. Bob não gostava da ideia de ser cortado por estranhos e ter um de seus órgãos vitais retirado. Então, subi para cima da cama, coloquei minhas mãos sobre a sua vesícula biliar, e passei a trabalhar fazendo aplicar a energia. Como você irá aprender mais tarde, este trabalho é muito focado e requer uma boa dose de esforço e trabalho de respiração, por parte do praticante. Após cerca de uma hora e meia, Bob já não estava com dores. Tinha suado muito na última parte da sessão. Então, saiu da cama, tomou um banho, e quando saiu, disse simplesmente: "obrigado"... ...e que se estava a sentir bem. Voltei a Santa Cruz, ainda naquela mesma noite. Eu só me apercebi do resultado completo da sessão, 13 anos mais tarde. Bob nunca mais teve qualquer problema com a vesícula biliar.

Estes primeiros "choques" serviram-me muito bem na minha evolução com o Quantum-Touch. Ver ossos, de repente, voltando para o seu alinhamento, é algo que aprendi a aceitar como normal. Os grandes choques, que tenho agora, vêm geralmente por ver meus alunos fazerem coisas que eu nunca tinha feito antes. Agora eu já não fico tão surpreendido, mas emocionado pela gratidão e admiração.

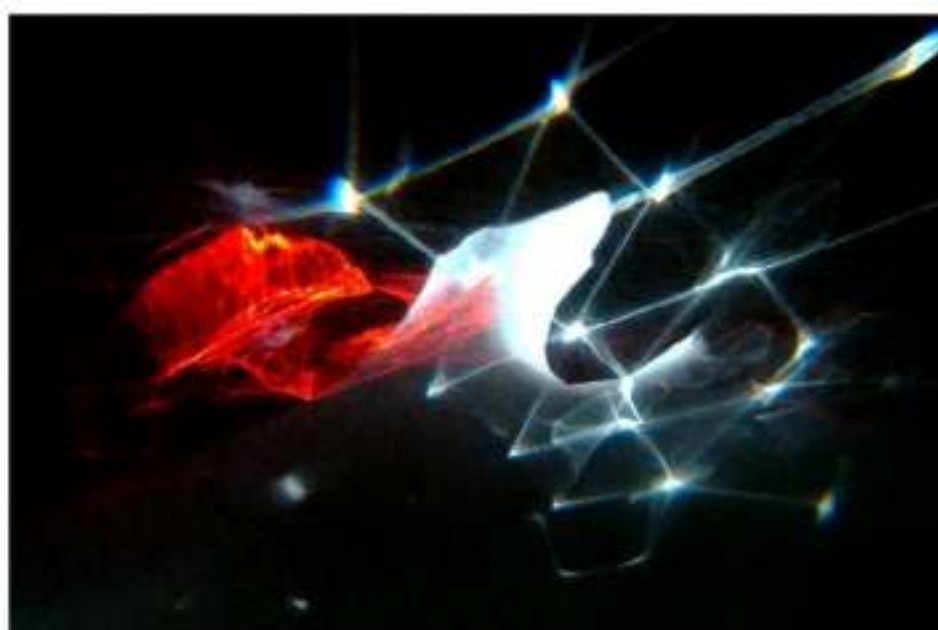
(FIM do) Capítulo Um: Descoberta (Discovery)





Capítulo 2

Ressonância, Força de Vida, e os Princípios do Quantum-Touch



P
R
E
P
A
R
A
T
I
V
O
S

GETTING READY

http://olhares.aeiou.pt/outros_reinos_foto2603432.html - Autor: MaGaGek

Abaixo da superfície de nossa consciência encontra-se um vasto mundo de vibração. Como a superfície de um lago está cheia de vibrações com os besouros nadando por cima da água, muitas vezes não vemos reinos que existem, logo abaixo da linha de água da nossa percepção imediata.

Ressonância

Há realmente um mistério e uma maravilha na função aparentemente simples da ressonância. Desde o que se passa no espaço das galáxias, aos fenômenos que acontecem com as partículas subatômicas, e até nas relações entre todas as pessoas, é qualquer coisa de incrível poder dar conta da dança das partículas invisíveis e do seu poder inacreditável.

Se, numa sala, um piano e uma guitarra estiverem em sintonia e uma NOTA for tocada no piano, a corda dessa NOTA também vibrará no violão. As ondas sonoras que se deslocam no ar transferem a energia acústica do piano para a guitarra. Da mesma forma, os osciladores sintonizados, isto é, as coisas que podem vibrar na mesma frequência, exigem muito pouco trabalho para fazerem a transferência de energia de um para o outro. Neste exemplo, a corda da guitarra absorve as ondas de energia a partir da do piano, porque está sintonizado na mesma frequência.

Sempre que houver osciladores com a mesma forma sintonizada, eles formam o que é chamado um sistema de ressonância. A corda da guitarra e a do piano estão em ressonância uma com a outra. Se alguns relógios do tipo de pêndulo forem montados numa parede com seus pêndulos oscilando desencontrados, em questão de dias, os seus pêndulos acabarão por se sintonizar e chegarão a uma fase em que vão oscilar ao mesmo tempo. Neste caso, a energia transferida através da parede comum, é suficiente para permitir que os relógios entrem em sintonia um com o outro.

Este é um fenômeno de arrastamento, um fenômeno que permite que dois sistemas semelhantes, se ajustem para alinhar os seus movimentos e energia, para que coincidam no ritmo e na fase. Este fenômeno também ocorre na área da electrónica. Quando se têm circuitos oscilantes sintonizados da mesma forma, vibrando em frequências semelhantes, a mais lenta do circuito irá subir para coincidir com a velocidade da mais rápida. Em ambos os exemplos, podemos ver como a energia é transferida de um sistema que está sintonizado da mesma forma, para outro. O que podemos aprender com tudo isso? Primeiro, quando dois sistemas estão oscilantes em diferentes frequências, há uma força impulsora chamada ressonância que faz com que os dois façam a transferência de energia de um para outro.

Capítulo dois - Ressonância, força de vida, e os Princípios de Quantum-Touch

Quando dois sistemas vibram da mesma forma sintonizada em diferentes frequências, há outro aspecto desta transferência de energia chamado arrastamento, que faz com que eles se alinhem e vibrem na mesma frequência. Arrastamento é o processo pelo qual as coisas alinham os seus movimentos e energia, juntamente com a correspondência em ritmo e fase. Isso parece funcionar com os sistemas biológicos também.

Em noites quentes, em muitas partes do mundo, reúnem-se vaga lumes numa árvore que acendem e apagam aleatoriamente. Passado pouco tempo, todos eles estarão a ligar e a desligar as luzes de forma coordenada. Muitas vezes ouvi grilos ou rãs, e, passado algum tempo, todos vão encontrar o mesmo ritmo e coordenar os seus sons uns com os outros. Nestes casos, a natureza acha útil, ou talvez económico, ritmar os sons que soam nos indivíduos.

Talvez através de um processo mais misterioso, as mulheres que partilham uma casa ou um dormitório durante algum tempo vão descobrir que os seus ciclos menstruais se irão ajustar ritmicamente. Como também os cientistas descobriram que mesmo corações desencarnados de animais, quando mantidos vivos num laboratório e colocados próximos uns dos outros, uns vão arrastar os outros – o coração individual, chegado mais recente, começará a bater em uníssono. O processo parece ser universal.

Itzhak Bentov pode ter estado absolutamente correcto em 1977, no seu fascinante livro "Stalking the Wild Pendulum".

Ele afirma: "Podemos olhar para a doença, como um comportamento que está fora da sintonia de um ou outro dos nossos órgãos do corpo. Quando uma forte harmonização de ritmo é aplicada, o padrão de interferência de ondas, que é o órgão, pode começar a bater novamente em sintonia." Ele postula que essa teoria pode explicar a razão pela qual a energia cura realmente. Eu concordo. Quando duas coisas estão vibrando em diferentes frequências, por meio de ressonância e arrastamento, ou a menor vibração virá para cima, ou a vibração mais elevada virá para baixo, ou se vão encontrar ao meio. Em Quantum-Touch, os profissionais aprendem, com as técnicas de respiração e meditação, a elevar a vibração das suas mãos a uma frequência muito alta. Quando colocam as mãos na proximidade de alguém que está com dor, o corpo do seu cliente, como acontece num circuito semelhante sintonizado, vai repercutir e vai ser arrastado para o nível de vibração das mãos do praticante. O amor é a vibração universal que permite transferir energia de cura de um para o outro.

No seu livro, "Mãos de Amor são Mãos que Curam", ("Healing Hands") Bruce Berger escreve:

"Uma simpática ressonância descreve a tendência de duas formas de onda com o mesmo grau de arco para as fazerem vibrar simpaticamente juntas, com a energização, e fazê-las comunicar universalmente umas com as outras."

Capítulo dois - Ressonância, força de vida, e os Princípios de Quantum-Touch

"Assim, as formas de ondas de mesmo comprimento e frequência irão arrastar-se umas às outras e vão-se influenciar mutuamente em toda a criação. Esta é a chave para a compreensão de uma dinâmica que abrange a criação no seu conjunto e para a compreensão da nossa teoria do corpo, como a energia do som sagrado."

Quando se trabalha com o Quantum-Touch, o praticante tem a vibração mais elevada que pode e assim se torna na frequência dominante.

O "cura(n)dor" (também conhecido como o cliente ou paciente), ou seja, a pessoa cujo corpo está para ser curado, vai simplesmente ser arrastado e vai fazer combinar a sua, com a vibração do praticante.

Um mestre espiritual chamado Lazaris disse:

"A definição de um grande curador é a de alguém, que estava muito doente, se cure e, de repente, ficou bem."

Na minha opinião, quem afirma ser capaz de curar os outros ou está equivocado ou é ignorante, arrogante, ou então está delirante.

Os que participam na cura, tudo o que eles estão fazendo é fornecer energia ressonante para permitir que os outros se curem a si próprios.

O terapeuta simplesmente mantém uma vibração energética tremendamente forte, e o cliente (aquele que se cura) entra em correspondência para atingir a harmonização. A inteligência inata do corpo da pessoa que recebe a energia vai fazer aquilo que o corpo considere útil para fazer com que a cura ocorra. O corpo cura-se a um nível de inteligência insondável. A civilização ocidental, muitas vezes não tem em conta a capacidade de cura do corpo inata como algo normal, mas é precisamente o corpo o verdadeiro curador. Se olharmos para as células do nosso corpo, podemos ver que temos centenas de bilhões de células que são constantemente a alimentar-se de oxigénio e a absorver os nutrientes dos alimentos que comemos, e estão constantemente a libertar o dióxido de carbono e outros resíduos materiais. Essas células também estão ocupadas em produzir a autocura, com milhares de alterações microscópicas que ocorrem em cada minuto de cada dia! É uma sorte não ter que acompanhar conscientemente toda essa actividade, já que bem me basta o tempo que preciso para me lembrar de onde deixei minhas chaves.

Sem a respiração e as técnicas de meditação que vai aprender no Quantum-Touch, é realmente possível que um praticante se sinta mais fraco e possa descer para a vibração do cliente e, assim, poderá ficar drenado durante a experiência. Isso não ocorre em Quantum-Touch, uma vez que usamos as técnicas para realizar uma ressonância naturalmente elevada.

Talvez um dia, os curadores virão a ser conhecidos como os médicos da ressonância.

A Força da Vida

"Não, eu não tenho absolutamente nenhuma ideia de o que é água ",
disse o peixe.

"Mas que pergunta mais disparatada!"



<http://eduhistoriador.blogspot.com/2009/11/um-peixe-de-aqua-salgada-vive-na-aqua.html>

Capítulo dois – Ressonância, força de vida, e os Princípios de Quantum-Touch

Em cada momento, cada um de nós está inundado pelo movimento perpétuo da vida e pelo vigor da energia que flui através e ao redor de nossos corpos. Como o peixe que não tem noção do que é a água, esta noção só foi ignorada pelas modernas culturas ocidentais, que negam a existência da força vital.

De acordo com as regras inerentes ao método científico, tudo deve ser mensurável, a fim de se reconhecer a sua existência. Como os cientistas não têm sensibilidade nem instrumentos suficientemente críveis para medir ou provar a existência da força da vida, então negam que possa ser real. Isto é como negar a existência de um canal de televisão, simplesmente porque o seu aparelho não recebe essa estação. Também é como negar a existência do amor, porque não pode medir o seu comprimento ou pesá-lo numa balança.

A Força Vital é a energia que diferencia o que é viver do que não é. É o animador de vida actual, que tem sido reconhecida, apreciada e utilizada por inúmeras culturas ao redor do mundo durante milhares de anos. Os chineses chamam-lhe "Chi", e os japoneses chamam "Ki". Estes e muitos outros países utilizam a energia em várias técnicas de cura, como massagem, acupuntura, e em inúmeras formas de artes marciais. Os iogues indianos chamam a essa energia "Prana" e usam estes conhecimentos para alcançar níveis mais elevados de consciência através das suas práticas de yoga, pranayama, meditação e outras práticas de cura diferentes. Os Kahunas, havaianos referem-se a ela como "Mana" e também é usada para a cura pelas mãos, cura à distância, e para a oração. A ironia é que todas as pessoas são realmente sustentadas por esta força da vida, que esta dentro de si, em cada momento de todos os dias. Simplesmente não têm consciência do que se passa. Para a maioria das pessoas, as sensações da energia vital podem ser semelhantes ao ruído de fundo da rua onde vivem. Temos crescido tão completamente acostumados a isso que já não notamos. Só damos conta do barulho da nossa rua se pararmos e prestarmos atenção. Às vezes, as coisas mais flagrantes e evidentes são as últimas a ser vistas ou reconhecidas. A Força Vital é só uma dessas coisas. Ainda mais, apesar da falta de consciência que temos desta força da vida, ela pode ser facilmente sentida por qualquer pessoa sem grande esforço. Só precisamos de saber olhar para ela, PARAR para VER.

Capítulo dois - Ressonância, força de vida, e os Princípios de Quantum-Touch

Talvez haja uma espécie de compreensão intuitiva da força de vida, o Prana, verificando a maneira como nos exprimimos mesmo no idioma Inglês ou em muitos outros idiomas. Por exemplo, quando alguém morre e a sua vitalidade e a força de vida deixam o corpo, nós dizemos que a pessoa "expirou". Da mesma forma, quando alguém experimenta um fluxo criativo maravilhoso, nós descrevemos isso como "sentimo-nos inspirados". Ora "Inspirar" e "Expirar" são as mesmas palavras que usamos para descrever a respiração, e a respiração passa a ser a principal fonte de Prana.

Em resumo, a energia vital é a corrente de animação permanente que mantém o nível da vida e da inteligência, e encanta a imaginação humana. A força da vida permeia todos os seres vivos.



Princípios Quantum-Touch

- O amor é uma vibração universal; o amor comunica com e entre todas as espécies, em todas as funções e a todos os níveis e expressa a nossa verdadeira natureza. É o fundamento de toda a cura e a essência da força vital.
- A capacidade de auxiliar outra pessoa, por exemplo numa simples cicatrização é natural em todas as pessoas.
- A cura é uma habilidade que pode ser ensinada e que se torna mais forte com prática. Os praticantes tornam-se mais fortes na "arte de fazer correr a energia" e na sua "capacidade de cura" ao longo do tempo.
- A energia segue o pensamento. O praticante utiliza a intenção e vários tipos de meditação para criar um campo de alta energia e utiliza esse campo para envolver a área a ser curada.
- A Ressonância serve para causar, por arrastamento, uma alteração da área a ser curada levando a sua vibração a coincidir com a do terapeuta. Este, simplesmente, levanta e mantém elevada esta nova ressonância.
- Ninguém pode realmente curar ninguém. A pessoa que necessita de cura é que é o seu próprio curador. O terapeuta simplesmente mantém uma ressonância para permitir que o corpo se possa curar.
- Confiar no processo é essencial. Certos tratamentos podem causar dor ou outros sintomas angustiantes, mas fazem parte da cura. A força vital e o trabalho do processo de cura são realmente de tal complexidade e sabedoria que estão para além de nossa concepção e compreensão.
- A energia segue a inteligência natural do corpo para fazer o que for necessário para a cura. O terapeuta presta atenção à "inteligência do corpo" e "persegue a dor".

Capítulo dois - Ressonância, força de vida, e os Princípios de Quantum-Touch

- O terapeuta também está a receber a sua cura, ao fazer o seu trabalho.
- Respiração amplifica a força da vida.
- A combinação da respiração com as técnicas de meditação em conjunto faz com que a energia venha ao de cima, o que aumenta o seu poder, muitas vezes, como um laser.
- Sinergia é o efeito de vários curadores a trabalharem em conjunto e esse efeito é maior que a soma das partes. Esta forma de trabalhar pode transformar-se numa espiral muito poderosa.
- Os dons de cada pessoa, tanto na vida como na cura são únicos. Algumas pessoas são especialmente dotadas para tratar determinadas condições específicas.
- A cura pode ser realizada à distância e pode ser altamente eficaz.
- Quantum-Touch combina facilmente e efectivamente com a cura de outras modalidades.
- A possibilidade de contactar com qualquer forma de espiritualidade é sempre uma mais valia e pedir ajuda acrescenta outra dimensão ao poder deste trabalho.

Muitos desses princípios serão ampliados nos próximos capítulos deste livro.

(Capítulo Dois: Ressonância, força de vida, e os Princípios de Quantum-Touch p. 26)

FIM

Capítulo dois - Ressonância, força de vida, e os Princípios de Quantum-Touch



Capítulo 3

Healing Hands MÃOS QUE CURAM



T
É
C
N
I
C
A
S

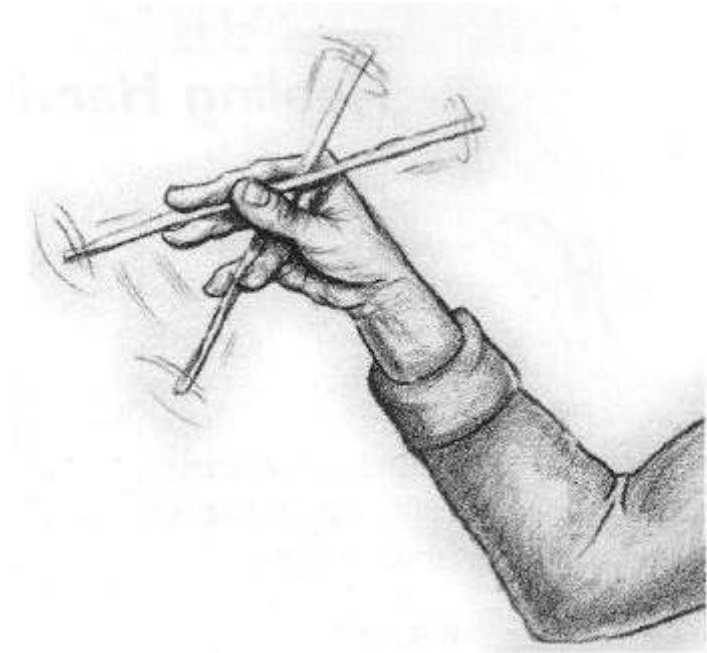
"Eu acho que o melhor tipo de medicamento é o tratamento mais suave, que produz o máximo de cura".

Andrew Weil, MD



«Andrew Weil, MD, é um líder de renome mundial e pioneiro no campo da medicina integrativa, uma abordagem orientada para a cura aos cuidados de saúde que engloba corpo, mente e espírito.»

Cura e Pauzinhos



Muito mais simples do que aprender a ler,
tão natural como aprender a abraçar aqueles que ama,
a cura é provavelmente a mais fácil das habilidade que alguma vez já
aprendeu.

Para muitas pessoas, aprender a curar com as mãos é muito mais fácil do
que aprender
a usar os pauzinhos chineses.



<http://sosolikes.wordpress.com/tag/hashi/>

Para ser um "curador"

Há muita gente que nos quer fazer crer, que são precisos muitos anos de trabalho duro e disciplina, para alguém se tornar um praticante de cura – um terapeuta - "curador".

Querem-nos fazer crer que apenas os mais brilhantes, talentosos e treinados exaustivamente de entre nós, poderiam ter alguma esperança de obter tal título.

Mas a verdade seja dita: crianças, idosos, e todos os que quiserem podem aprender a ser praticantes de cura. Eu iria mais longe ao dizer que os médicos e as pessoas com pós-graduação podem aprender a fazer este tipo de trabalho de cura. Houve muitos aclamados "curadores", cujo talento tem sido bem documentado e aceite como verdadeiro. No entanto, a maioria deles não tinha explicação para o que estavam a fazer ou para a maneira como o faziam. O grande contributo do Quantum-Touch é que, agora, temos uma explicação cognitiva para a forma de estimular o processo de cura, e nós temos uma comprovada metodologia para ensinar outros, como o fazer, e com sucesso também.

Uma vez que o verdadeiro curador é a pessoa que recebe a energia, o praticante actua meramente como catalisador para que o curador se possa curar a si próprio e para ter acesso e poder utilizar um maior e mais elevado campo de energia vibracional.

Durante esse processo, a verdade sobre a cura é a seguinte:

- A cura é real.
- Tornar-se um praticante de cura, altamente eficaz, é uma das habilidades mais fáceis de aprender.
- A cura pode ser a fonte de uma enorme alegria e prazer.
- Qualquer pessoa, com um forte desejo, pode aprender esta arte.
- Você, caro leitor, pode aprender a ser um extraordinário praticante de cura, a partir agora!

TUDO começa com AMOR

Todo o trabalho de Cura se baseia no amor, e o praticante aprende a manter um campo vibratório desse amor. Para esclarecer as minhas afirmações, quando eu digo "amor", não estou a falar no sentido tradicional de um tipo de amor, que uma mãe tem por um filho, um marido para uma esposa, ou de um querubim alado com um arco e uma flecha. Estou a falar de uma forma mais básica de amor – uma forma de AMOR, que é mais inata e intrínseca. Já assistiu a brincadeira das crianças? Eles parecem estar sempre a dizer: "Olhe para mim!" Assim, se você percebe a maneira de ser de uma criança ou qualquer outra, quer você fale a língua dela ou não, se você se sentar ali simplesmente observando a criança a brincar, ele ou ela vai-se sentir amado. O simples facto de dar atenção a uma criança é automaticamente experimentado como um acto de amor.

Isto é o que eu chamo amor (nonenculturated or nonassociative) não aculturado ou não assumido, porque não tem nada a ver com o seu passado, a sua raça, a religião, a política ou outras crenças que possa ter adquirido. Quantum-Touch é estar presente, que é a expressão da sua essência. Creio que a sua natureza e essência é tecida com os fios do amor. Quer acredite que ele está presente ou não, (na minha opinião) isso é irrelevante. Este amor é o essencial da natureza do seu ser, que vem através das suas mãos, independentemente do seu estado de espírito. A sua energia fundamental, instintiva e mais básica é a do amor. Você não tem que trabalhar para isso – você é quem você é. Como uma rocha não tem que tentar ser mais "firme como uma rocha" e a água não tem que tentar ser mais húmida, nós não temos que tentar ter mais essência do amor. Nós podemos, no entanto, esforçarmo-nos para reconhecer que o amor existe realmente. Intenção é algo que acontece de forma automática, mas a maioria das pessoas, simplesmente, perdeu-a. Quando decide atravessar uma sala, já gerou a intenção de o fazer. Como pode ver, amor e intenção estão entre as qualidades mais naturais que temos. Então não se preocupe. Se está a ler este livro para aprender a fazer a cura, você já tem o amor suficiente e a intenção de fazer um trabalho maravilhoso.

Energia exercícios básicos

Quantum-Touch é um trabalho poderoso de cura. Para praticar Quantum-Touch, é necessário primeiro aprender alguns exercícios de energia.

A maioria das pessoas vai achar esses exercícios fáceis de aprender e muito agradáveis de fazer. No entanto, precisa ter o seu tempo e praticar estas técnicas com uma certa persistência.

Estes exercícios são concebidos para ajudar a aumentar a sua consciência da força vital de energia e para sentir essas sensações físicas nas suas mãos.

O tempo extra e o esforço que dispender com eles farão uma enorme diferença na sua capacidade de exercitar a energia e aumentar o poder de cura das suas sessões.

Eventualmente, vai sentir uma crescente sensação de segurança, e esse estado pode tornar-se uma segunda natureza para si.

Os exercícios de energia vão ser colocados numa ordem específica que irá facilitar a sua aprendizagem e a utilização dessas habilidades.

Depois de ter concluído a primeira ronda de exercícios da energia, estará pronto para aprender as técnicas básicas da respiração.

Nesse ponto, será capaz de começar a combinar os exercícios de respiração e de energia em conjunto, para começar a fazer seu trabalho de cura.

Se colocar o melhor do seu esforço em trabalhar esses exercícios, o seu sucesso não parará de crescer. A melhor estratégia é concentrar-se, mantendo um quadro muito descontraído da mente.

A tensão muscular vai impedir que possa manter o corpo e as mãos disponíveis, para fazerem o melhor que é capaz de fazer.

Exercício 1: Sentir o DEDO – Feel Your Finger

1. Mantenha o dedo indicador no ar e passe cerca de dois minutos ou mais sentindo a sensação no dedo, tanto quanto puder.

Sintonize-se com a sensação no dedo e foque-se na intensificação da sua consciência.

2. Sinta como a pele envolve seu dedo. Veja se pode sentir o sangue que se move através de seu dedo. Use a imaginação e veja se pode sentir como é que a unha fica ligada ao dedo. Tente sentir a sensação sob a unha. A chave é usar a sua atenção para sentir completamente o dedo. A premissa básica é que a energia segue o pensamento. Onde puser a sua atenção, a energia segue.

Com o aumento das sensações no seu dedo, movendo e mantendo ali a energia, está a causar alterações fisiológicas que ocorrem ao mesmo tempo noutra lugar. Essas sensações podem parecer como um tipo comum de sentimentos, que tem no seu corpo, mas como vai ver, está realmente a sentir a energia da força vital. A maioria das pessoas vai dizer que elas sentem um formigamento no dedo. Algumas pessoas descrevem a sensação como uma vibração, uma tremura, um resfriamento, ou um aquecimento. Uma vez que todas as coisas se podem sentir de maneira diferente, conforme as experiências de cada um, as pessoas têm tendência a usar palavras diferentes. Algumas pessoas descrevem a energia como calor, palpitações, sensação de peso, espessura, ou simplesmente como um aumento de consciência do próprio dedo.



Sentir a energia vital não é algo estranho para nós. Pelo contrário, a força da vida é uma energia que sempre sentiu, mas acaba por não aprender a identificar. Se você está vivo, e como está a ler isto, eu vou assumir que você está a sentir, tem que sentir cada minuto de cada dia.

Lembre-se do peixe...

Se não sentir nenhuma dessas sensações, tente imaginar que está a acariciar o dedo com uma pena, passando no dedo para trás e para frente com esta pena imaginária. Agora preste atenção à sensação que sente no dedo. Tente levar cerca de um dois minutos ou mais para sentir uma sensação qualquer. Esta sensação pode não parecer muito, e pode estar a usar uma palavra diferente das que eu usei para a descrever, mas seja o que for, eu sugiro que use essa sensação, como um ponto de partida para explorar a energia. Se não é capaz de sentir qualquer sensação no dedo, sugiro que trabalhe com os outros exercícios e veja se pode sentir uma sensação qualquer noutras partes do corpo.

Ao fazer este exercício, alguns de podem sentir, na mão inteira, um formigamento ou mesmo também noutras partes do corpo. Se isso ocorrer, é porque está certo, e significa que está a trabalhar maravilhosamente bem e já está a fazer, espontaneamente, o próximo exercício.

Exercício 2: Sentir as partes do seu corpo

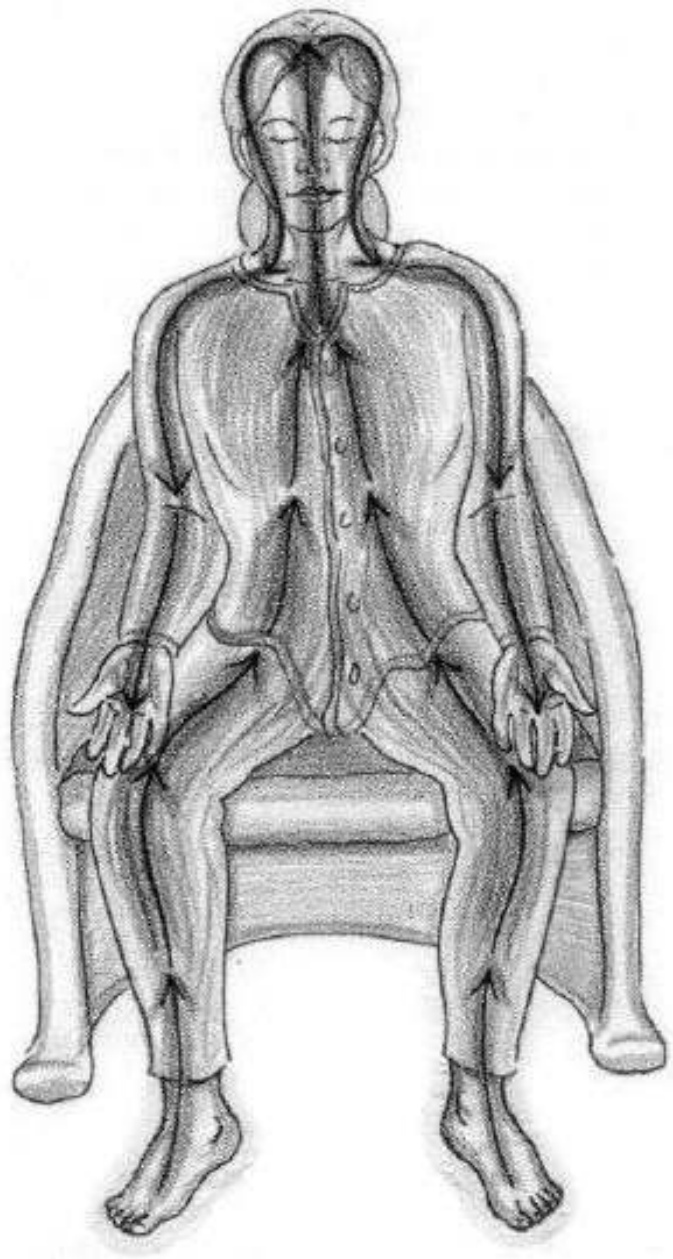
Neste exercício, vamos levar a energia e a sensação a todas as partes do corpo. As sensações que sente provavelmente serão semelhantes às que experimentou no dedo, no exercício anterior.

Muitas pessoas acham que pode haver lugares do seu corpo, onde parece difícil ou mesmo impossível sentir qualquer sensação, mesmo que ali concentre toda a sua atenção.

Isso geralmente é um problema temporário, e é bastante comum e não tem nada que se preocupar em termos de fazer um grande trabalho para sentir a energia. Quanto mais praticar, mais fácil se tornará sentir todas as partes do seu corpo.

Este exercício pode resultar melhor com a ajuda de um amigo.

1. Tire os sapatos, fique sentado ou deitado e, em seguida, o seu amigo vai passar as mãos, levemente, no sentido ascendente, a partir dos pés até aos tornozelos, por alguns segundos. O toque deve conseguir uma cobertura da área da superfície tão completa quanto possível, os pés e os tornozelos, numa varredura de suave movimento, como acariciar um gato, por apenas um ou dois segundos. Após esta passagem ascendente, o seu amigo deve parar e não tocar mais.



O objectivo deste exercício é ajudá-lo a ser capaz de sentir a energia como sensação tanto quanto possível nos seus pés e tornozelos.

Idealmente, você vai se sentir os seus pés com o mesmo nível de intensidade que sentiu antes no seu dedo. Tendo o toque de um amigo, é útil e será mais fácil, para o ajudar a focar a sua atenção. Parar é também uma parte essencial do exercício, porque lhe permite sentir as sensações no seu corpo, mesmo sem ser tocado.

Se não for capaz de perceber a sensação nos seus pés, peça ao seu amigo para os afagar novamente. Se, mesmo assim, ainda não conseguir sentir nada, peça ao seu amigo para passar à próxima etapa.

2. Quando estiver pronto, e estiver a sentir bem essas sensações nos pés, peça ao seu amigo para colocar as suas mãos sobre uma área um pouco acima dos tornozelos, movendo-se para cima, para as suas pernas, por um par de segundos e em seguida, deve parar.

3. Continue para cima no resto do corpo, acariciando canelas, joelhos, coxas, quadris, zona da pélvis, estômago, peito, pescoço, até à cabeça.

Então, desça da cabeça para os ombros, braços e mãos. Este padrão de carícias dos pés à cabeça é útil para estimular o fluxo direccional da energia, quando estiver a fazer funcionar a energia por todo o corpo e quando estiver a fazer uma sessão de cura. Falaremos da parte de trás do corpo mais tarde.

4. Quando terminar de sentir a energia fluindo por todo seu corpo, troque de lugar com seu amigo e vão usar as mesmas técnicas para lhe proporcionar a experiência também a ele.

5. Se estiver a fazer isto, sozinho, toque os seus próprios pés e varra para cima por cerca de 2-5 segundos e depois solte. Sinta até atingir uma sensação muito intensa e, como pode repetir, vá sentindo um ascendente arrebatador, como e quantas vezes forem necessárias. Faça-o. Como o toque de outra pessoa é menos previsível do que o seu, você pode ter que usar um pouco mais atenção e foco, quando trabalha sozinho. Continue acariciando o corpo a partir da cabeça, e então siga para baixo, para os ombros, braços e termine nas mãos.

Algumas pessoas simplesmente têm mais dificuldade de serem capazes de experimentar sensações no seu corpo. Se isso se aplicar a si e verificar que é incapaz de sentir uma parte específica do seu corpo, mova-se para outra parte do seu corpo onde perceber que pode sentir. (Basta repetir, repetir, repetir... Este exercício vai ajudá-lo a limpar as áreas bloqueadas ao longo do tempo.) Quanto mais repetir este exercício, mais facilmente será capaz de sentir as sensações do corpo todo. Pode até descobrir que a parte do seu corpo onde não sentira nada antes, agora está de repente, a experimentar sensações. Muitas pessoas relatam que este exercício provoca sensações do corpo altamente agradável. Procure desfrutar esse prazer. (Quem disse que aprender a curar tem de ser doloroso e privado de prazer?)

O que fazer, se não consegue sentir sensações, nalguma parte do corpo? Descobri que um ou dois por cento das pessoas que ensinam são cinestesticamente carenciadas. Ou seja, elas têm dificuldade em sentir qualquer sensação, de qualquer forma, no seu corpo. Verifiquei, entretanto, que essas pessoas, mesmo assim, ainda podem aprender a fazer isso, mas vai exigir um maior esforço e concentração, do que para alguém que tem acesso às sensações no corpo inteiro.

Se achar que não pode sentir qualquer sensação no corpo, tente manter a sua atenção no interior das partes do corpo que estão a ser pressionadas. Com o tempo, a sensação vai despertar. Reconhecidamente, isto não é fácil, mas com a prática, descobri que a maioria das pessoas vai ser capaz de começar a gerar a sensação. Tenho a certeza que, apesar disso, ainda assim, será capaz de fazer o trabalho de cura, mas pode exigir mais concentração também.

Exercício 3: Varreduras de 18 polegadas (= 45,72 centímetros ou cerca de um pouco mais de dois palmos...)

1. Vamos seguir o mesmo padrão de movimentos suaves de varredura que utilizámos no exercício passado. Desta vez, porém, o seu amigo varre cerca de 18 polegadas de comprimento. Mais uma vez, o toque é leve (o seu amigo, aqui e agora, não está numa sessão de cura) e o toque tem a duração de 04:58 segundos. O seu amigo vai usar um toque de varredura a partir dos pés até os joelhos. Este exercício também deve levar cerca de um ou dois segundos para estar concluído. Use a sua atenção e intenção para trazer a sensação e perceber de que área se trata, e depois dizer ao seu amigo que quer repetir o movimento ou para parar.

2. O objectivo de fazer este novo tipo de varreduras já é mais fluida e vai conscientemente mover a energia em todo o seu corpo. Estamos a criar uma onda suave de energia que flui através dos nossos corpos.

Depois de o seu amigo se afastar, vai sentir as sensações no seu corpo tão fortemente quanto puder. O objectivo é fazer com que essas áreas do seu corpo sintam o formigamento, a vibração, a tremura, ou a ficar quente, como a que percebeu no primeiro exercício. Se não sentir nenhuma sensação, ou gostaria de ter o toque repetido, peça ao seu amigo para o tocar de novo. Certifique-se de que vai esperar até que esteja pronto antes de passar para a próxima posição.

Depois de o seu amigo ter concluído o processo, você pode trocar de lugar e repita o processo.

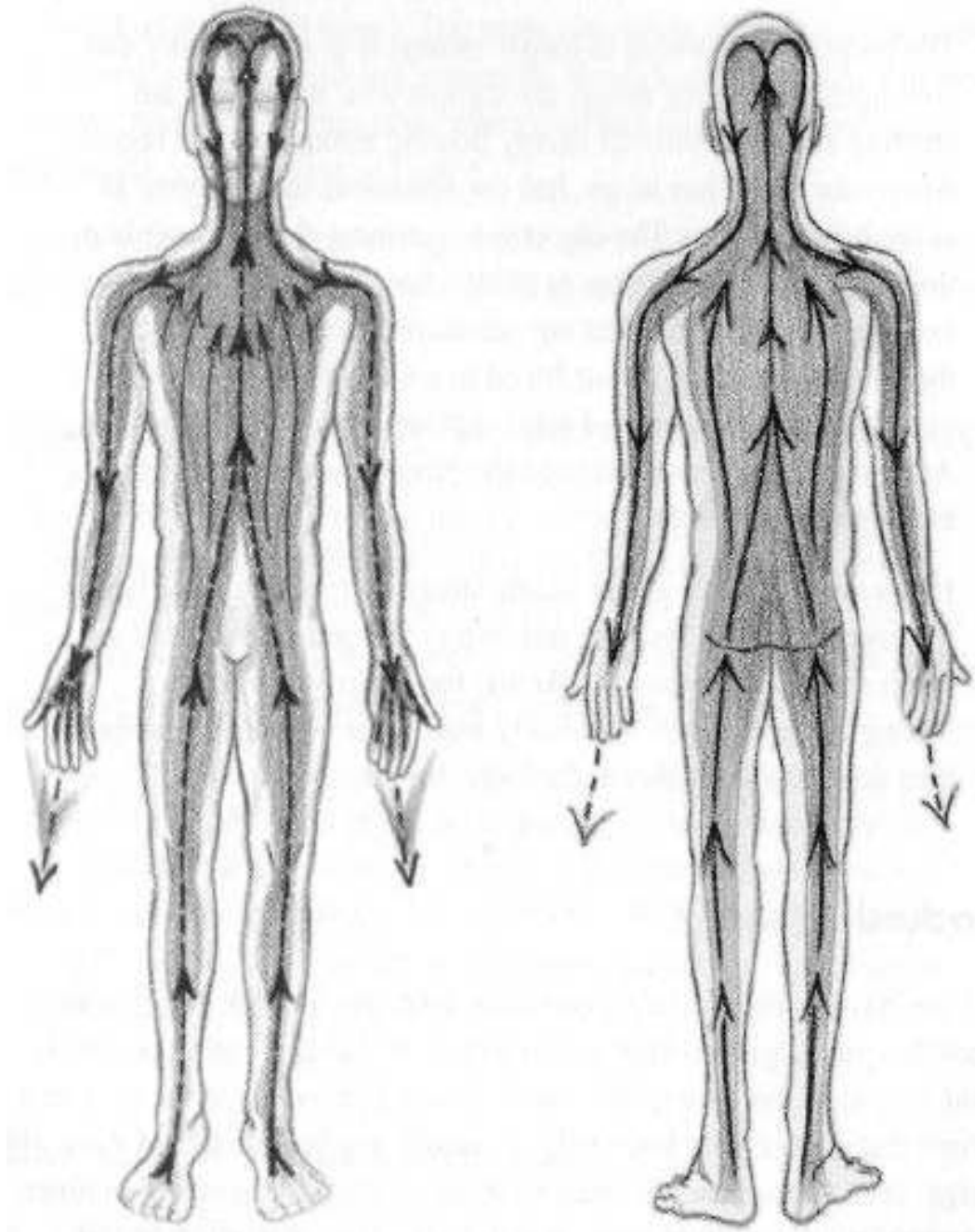
3. Se estiver a fazer isso sozinho, tente agora sentir como que um leve acidente vascular cerebral dos pés aos joelhos por alguns segundos até parar de sentir as sensações. Sinta essa sensação tanto quanto puder. Repita a tentativa, se não estiver a sentir as sensações esperadas. Aos poucos, continue a esta maneira de trabalhar na direcção da cabeça, em seguida, para baixo em direcção aos ombros, até às mãos.

Áreas bloqueadas

Se tiver problemas para sentir uma área em particular, pode pedir ao seu amigo para tocar o lugar novamente para o ajudar a sentir outra vez. Se não conseguir trazer essa sensação para a área depois de três tentativas, não se preocupe com isso, e pode passar para a próxima área. A certa altura, vai acontecer que essa área do seu corpo vai acordar "wake up" e vai ser capaz de sentir a energia. Na maioria dos casos, as pessoas aprendem a acordar áreas difíceis dentro de algumas horas ou talvez semanas. Em casos raros, pode demorar um ano ou mais para o conseguir.

Note que isso não afecta significativamente o seu poder ou eficácia quando se trata de fazer grandes sessões de Quantum-Touch.

Exercício 4: Varreduras de corpo inteiro à FRENTE e ATRÁS



Uma Varredura Grande à Frente

Com um movimento bastante forte, subir a partir dos pés, subindo pelas pernas, pelo tronco e seguir para a parte superior da cabeça, do pescoço para baixo, ao longo dos ombros e os braços e nas mãos.

A varredura inteira deve levar cerca de dois segundos para ser bem conseguida.

Se estiver recebendo o toque, dê-se tempo para recriar a experiência e experimentar muito a sensação em todo o seu corpo, tanto quanto possível. Vá em frente e peça ao seu amigo para repetir a varredura grande mais uma ou duas vezes, permitindo que, de cada vez o seu corpo tenha tempo para recriar a sensação. Faça isso até que se torne fácil perceber a sensação no corpo inteiro com o poder da intenção e atenção. Se estiver a fazer isso em si mesmo, pode acariciar os seus pés, pernas, e do tronco, passar para a cabeça, cruze os braços, e faça o varrimento por baixo de cada braço.

Uma Varredura Grande, atrás.

Neste exercício, seguimos o mesmo padrão que as varreduras na parte frontal do corpo. Só que agora estamos a varrer as costas também. Com o seu amigo em pé, vai fazer uma longa varredura contínua a partir dos pés para o alto de sua cabeça e para baixo, pelos ombros, braços e nas mãos. Se estiver a trabalhar sozinho, este passo não será tão fácil ou tão fluido. Basta fazer o seu melhor.

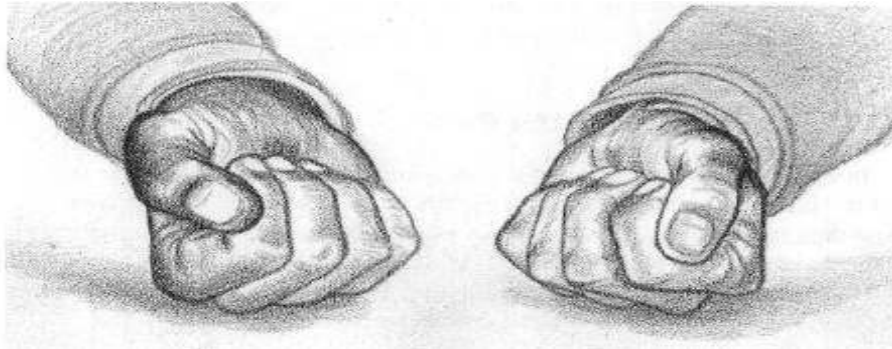
Varrer as costas não é um passo crucial. Sinta a sensação tão forte quanto puder, em cada parte do seu corpo. Se quiser repetir qualquer uma das varreduras peça ao seu amigo para o fazer.

Caso contrário, diga "OK" quando estiver pronto para passar para a próxima etapa.

Energia - Exercício 5:

Varredura de corpo inteiro usando sua mente

Nesta etapa, vai mentalmente recriar as sensações das varreduras de corpo inteiro. Com o poder de sua imaginação, veja-se a receber uma varredura de corpo inteiro. Agora, procure sentir o formigamento, ou vibração, ou outra qualquer sensação por todo o corpo, e sinta essas sensações tão forte quanto puder. Permitir que as sensações fluam através do corpo com o mesmo padrão de antes: a partir dos pés, subindo pelas pernas até o tronco, à cabeça, depois para baixo da cabeça e para os braços até às mãos. Este padrão de energia que se move a partir dos pés para cima por todo o corpo e depois para baixo, para os braços, até às mãos, é o que eu vou passar a referir como uma varredura de corpo inteiro.



Estenda as mãos e feche-as com os punhos muito soltos. Agora tente direccionar a energia do corpo para as mãos. Observe bem como a sensação da energia está agora nas suas mãos. Tente isto com as mãos fechadas e com o punho solto e com as mãos abertas.

Resumo

Agora que completou a primeira série de exercícios para fazer fluir a energia, vamos dar uma olhadela ao que aconteceu.

Primeiro, aprendeu a dar atenção e a sentir sensações em qualquer parte do corpo.

Se ainda existem lugares em que não consegue experimentar sensações, com sua atenção intensamente focada, continue a praticar e confie que essas zonas se vão abrir.

Não é necessário ter todos os lugares abertos e sentir o tal "formigueiro" para fazer um grande trabalho de cura.

Faça o seu melhor, e com certeza vai continuar a melhorar.

Se já fazia antes estes exercícios, tem mais probabilidades de avançar, uma vez que já não há necessidade de ter outra pessoa para fazer a varredura para o ajudar a despertar o processo dentro de si.

Assim, vai ser capaz de experimentar as sensações e tomar consciência disso a um nível mais profundo.

Lembre-se que pode praticar o fluxo da energia quase a qualquer hora, em qualquer lugar – por exemplo, quando está de pé na fila de uma loja, de um banco ou dum supermercado, enquanto fala ao telefone, numa reunião de negócios entediante, ou enquanto vê televisão ou um filme. Uma vez que a experiência é tão agradável, recomendo que pratique este exercício com frequência.

À medida que for continuando a praticar estes exercícios, vai descobrir que se tornará significativamente mais forte na arte de fazer fluir a energia.

Repita esses exercícios como forma necessária e eficaz para aprender a trazer a energia de forma mais intensa para cada área do seu corpo e dirigi-la para as suas mãos.

Técnicas Básicas de Respiração

Em todos os trabalhos do Quantum-Touch é importante utilizar as técnicas de respiração 100 por cento do tempo, em 100 por cento de suas sessões.

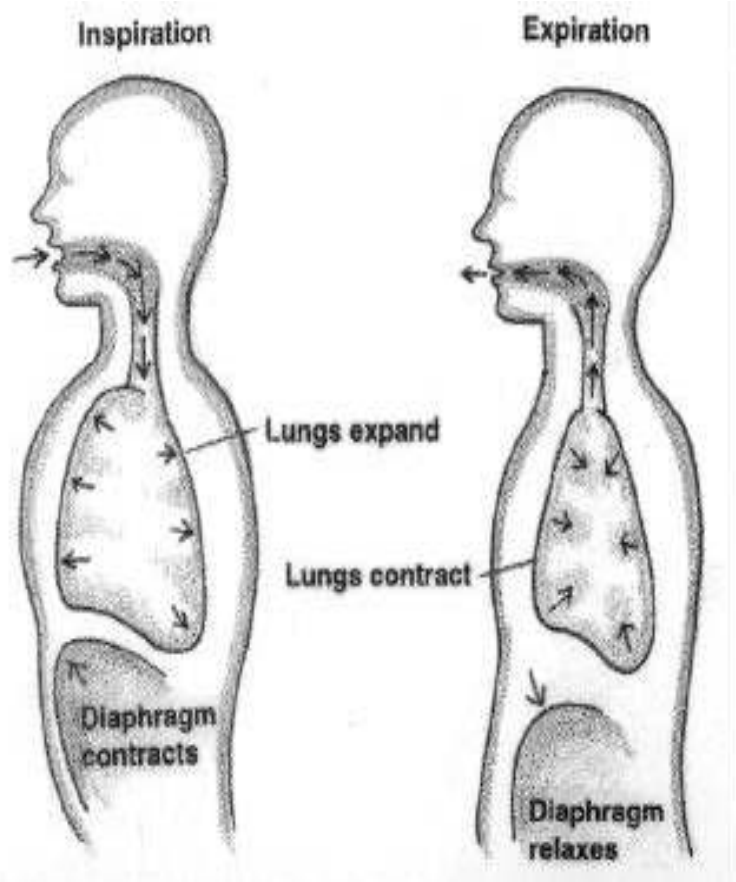
Se estivesse na minha aula, eu estaria ali a insistir consigo recordando esta regra base, várias e várias vezes, durante todas as horas em que estivesse a praticar o fluxo da energia.

As técnicas de respiração são uma parte essencial e fundamental do funcionamento da energia.

A respiração amplifica o poder da força vital, e o seu valor nunca pode ser considerado exagerado.

Os yogis indianos chamam "Prana" à força de vida do ar que respiramos.

Os kahunas havaianos recebem esta força da vida do ar que respiram e chamam-lhe "Mana". Eles consideraram que é um factor essencial no processo de oração e de cura. Acho interessante e um pouco divertido dar conta de que os primeiros Havaianos ficaram muito surpreendidos e espantados, quando viram os sacerdotes ocidentais cair de repente de joelhos para orar, sem fazerem qualquer respiração especial. A palavra, que se refere a esses visitantes do continente, é "haole", que na verdade, significa: "quase sem fôlego".



A maior parte das pessoas são respiradoras superficiais. Os mais comuns são respiradores da "parte superior do tórax".

Cada um tem de saber o tipo de respirador que é. Provavelmente, tem tendência para fazer respirações superficiais, usando só a parte superior do peito.

Outros respiradores superficiais usam o "estômago", a barriga.

Estes (eu incluído) tendem a ter respirações incompletas, na área do estômago.

Atenção: cada uma das técnicas de respiração no Quantum-Touch requer respirações profundas.

Respirar através de nariz a menos que sinta que necessita de um volume maior de ar e, então, nesse caso, seja mais aconselhável respirar através da boca.

O Quantum-Touch funciona muito bem com a respiração através da boca ou do nariz.

A respiração completa começa abaixo do umbigo e empurra a barriga para fora durante a inalação.

Quando os pulmões estão cheios, a respiração deve obrigar a levantar os ombros ligeiramente.

Tente praticar algumas respirações completas, agora.

Coloque as mãos sobre sua barriga, abaixo do umbigo, e inspire.

Sinta as mãos a serem empurradas na inalação.

Traga a respiração desde a barriga, aos pulmões, todo o caminho até o topo dos ombros de modo a empurrá-los ligeiramente para trás. Isso pode ser desconfortável ao princípio, durante algum tempo, para as pessoas que não estão acostumadas a uma respiração profunda.

Técnicas de Respiração

1. A RESPIRAÇÃO 2-6

Esta é uma técnica de respiração muito poderosa para aumentar a energia durante as sessões de Quantum-Touch. O nome diz tudo: conta dois tempos para a inalação e seis para a expiração.

A contagem tem a duração de cerca de um segundo.

Esta respiração exige um pouco de esforço.

Realmente tem que inspirar uma boa dose de ar para encher os pulmões (...) com uma respiração completa em apenas dois tempos.

Não há nada de especial nesta respiração ou em qualquer outra técnica. A exalação é suave e deve prosseguir até à contagem dos seis pontos.

2. A RESPIRAÇÃO 1-4

Esta respiração de 1-4 é uma técnica extremamente poderosa de reforço. Aqui vai conseguir um fôlego completo, inspirando enquanto conta um tempo e vai expirar completamente, contando até quatro.

Inalar ar suficiente, com a contagem de um tempo, é um processo que exige um esforço muito forte e então convém fazer a respiração bucal. Pare, se começar a ficar tonto.

3. A respiração de fogo alternado a de 2-6 seguida da 1-4

Esta é a mais poderosa das respirações para o aumento da energia e deve ser feita com a frequência de uma vez a cada minuto.

O uso excessivo deste tipo de respiração pode causar desmaios.

PARE imediatamente esta técnica se começar a sentir a sensação de desmaio. (Não use esta técnica durante a condução ou se estiver a operar máquinas pesadas). Rapidamente tente soprar e inalar grandes quantidades de ar de cinco a sete vezes. Os seus pulmões funcionam como um grande fole que movimenta um grande volume de ar.

Pode imaginar que está soprando uma vela que está a dois metros de si, na expiração e, logo de seguida, na inspiração, imagine que está puxando para trás todo o ar que acabou de soprar. Esta inalação e a exalação requerem uma respiração pela boca e têm de ser muito rápidas, como quando está ansioso, levando apenas alguns segundos para completar 5-7 respirações. Depois de ter concluído uma rápida inalação e exalação, logo a seguir, vai fazer uma inspiração muito completa e expire contando até quatro ou seis tempos, e depois continuar com as técnicas de 1 ou 2.

4. A RESPIRAÇÃO 4-4

A respiração 4-4 tornou-se a técnica de respiração favorita de muitos dos meus alunos.

Quando inalar durante a contagem de quatro tempos, faça uma varredura completa do corpo muito aprofundada desde os pés até ao topo da cabeça.

Certifique-se que é capaz de experimentar uma sensação de absorção de energia, tanto quanto puder, e certifique-se que é capaz de tomar consciência de todo este percurso através de seu corpo.

Na expiração, tente sentir todas as sensações, que puder gerar, nas suas mãos tão fortemente quanto possível.

Esta é uma respiração com um fácil padrão, mas é preciso muita concentração para a fazer bem.

Ligar a energia à respiração

Agora que já aprendeu a mover a energia em todo o corpo e depois de ter praticado as técnicas de respiração base, é hora de praticar a combinação destes elementos juntos.

Eu uso a expressão "exercitar ou fazer correr a energia" para descrever o processo de ligação dos exercícios da consciência corporal com as técnicas de respiração. Em Quantum-Touch, é a combinação da respiração com o movimento da energia que faz com que o sistema funcione de forma eficaz.



1. Sentado ou em pé, faça agora mentalmente uma varredura de corpo inteiro em si mesmo (cf. p. 36).

A chave é sentir-se como a conseguir mover muita sensação por todo o corpo, tanto quanto for capaz.

Tendo praticado exercícios anteriores, a maioria das pessoas é agora capaz de usar o seu poder de intenção suficientemente bem para gerar uma sensação muito forte até no corpo todo.

Junte as suas mãos ou feche suavemente as mãos para formar o que podemos chamar "punhos soltos." Faça duas ou três varreduras de corpo inteiro para sentir que toda a energia se reúne nas mãos. Uma vez que já pode sentir o aumento de sensações nas mãos, é hora de coordená-lo com a respiração.

2. Iniciar um padrão respiratório 2-6.

Faça uma respiração completa, inspirando com a contagem de dois tempos, e expiração com a contagem de seis, e coloque toda a sua atenção nas mãos. Sinta o fervilhar da energia na expiração. Faça isso por alguns minutos enquanto coordena a expiração com a sensação de acumular energia. Trabalhe sempre para aumentar a sensação de energia na expiração ao longo destes exercícios. Não se preocupe se não for capaz de sentir a energia na sua construção a acumular-se nas mãos durante a inalação. Concentre-se nos seis sopros da expiração. Se estiver a fazer isto correctamente, vai sentir, com certeza, um aumento da sensação de energia nas mãos.

3. Com as mãos ainda suavemente fechadas ou em forma de concha, inicie o padrão respiratório 1-4.

Aviso que as sensações, nas mãos, vão mudar, quando começar a fazer isso.

Continue a trabalhar para sentir o aumento das sensações na expiração. Isto requer simplesmente, que, mantenha a sua atenção nas mãos e que tenha a intenção de aumentar as sensações de energia. Desenvolver a capacidade de aumentar a sensação de energia e ligá-la à respiração é uma das habilidades mais importantes do Quantum Touch.

Se estiver a fazer tudo correctamente, deve perceber que a sensação nas mãos cresceu mudando o ritmo da sua respiração. Contudo que seja capaz de manter este padrão de respiração sem ficar tonto e sem perder o equilíbrio, a ponto de poder cair... mais o ar se desloca e mais a força vital irá aumentar.

4. Comece a fazer a técnica de respiração que chamei de "fogo". Novamente, as mãos devem ser cuidadosamente fechadas ou colocadas em concha, enquanto faz a respiração. Depois de ter terminado as inalações rápida e as exalações lentas, faça uma inspiração grande e passe para o padrão de respiração de um 1-4 ou 2-6.

Agora observe como as sensações nas mãos se alteraem. Se sentir um aumento nas sensações durante exalações, é certo que está a fazer um óptimo trabalho e está pronto para a próxima etapa. O próximo passo é fazer uma sessão de cura.

Colocar tudo em ACÇÃO

Chegou a hora de experimentar as suas novas habilidades.

Neste ponto, a maioria das pessoas já consegue gerar alguma sensação de energia nas mãos, fazer varreduras de corpo inteiro, e são capazes de fazer os diversos padrões de respiração muito bem. Além disso, a maioria das pessoas já é capaz de utilizar esses elementos em conjunto e sentir um aumento de energia na sensação das mãos.

Agora, aqui está a surpresa: a maioria não tem consciência de quão poderosamente podem ajudar outra pessoa que está com dores, apenas com essas habilidades rudimentares.

Nem parece mesmo ter muita importância se está a duvidar ou até se está descrente ou céptico em relação a esta última afirmação.

O facto de poder mudar a vibração nas mãos criará um campo energético que pode ajudar na cura ou no alívio da dor.

É simplesmente através da prática e pela experiência que vai descobrir o poder da cura energética que é capaz de desencadear e ganhar confiança na sua capacidade.

A próxima secção vai-lhe dar algumas dicas sobre como trabalhar com o que você acabou de aprender. Mais informações detalhadas sobre estas instruções se seguirão.

A sua Primeira Sessão de Cura

1. Procure encontrar alguém que sabe que está a sentir alguma dor.

Pergunte ao seu amigo quanta dor ou desconforto que ele ou ela está a sentir. Peça ao seu amigo, que tente definir uma taxa do seu desconforto, numa escala de 1 a 10, onde 10 é o pior.

É incrível como muitas vezes as pessoas esquecem o quão ruim era a dor depois de passar e já não sentir nada.

2. Pergunte ao seu amigo se é capaz de definir o nível da sua dor, o quanto elas lhe causam desconforto. A coisa mais importante é não fazer quaisquer suposições sobre onde está localizada a dor. Se perguntar a alguém onde ele sente que está a doer, e ele disser que é no ombro esquerdo, ainda assim vai precisar de lhe pedir, para indicar melhor em que parte do ombro é que dói. A menos que seja um conhecedor experiente, os seus pressupostos, muitas vezes, estão errados nesta matéria. A melhor maneira de descobrir exactamente onde é que o seu amigo está a sentir a dor é perguntar e pedir-lhe para apontar o local ou colocar as mãos no lugar exacto.

Isto é o que tenho vindo a chamar como a técnica de "Onde dói?".

3. Certifique-se que vai colocar as mãos directamente sobre esse local, ou de ambos os lados, nas áreas em que seu amigo está a sentir a dor. Colocando essa área de dor entre suas mãos, em "Sandwich", estará de facto a criar um forte campo de ressonância que vai permitir que os tecidos mudem o seu padrão de vibração e se possam curar por si próprios.

Capítulo Três: Técnicas Básicas

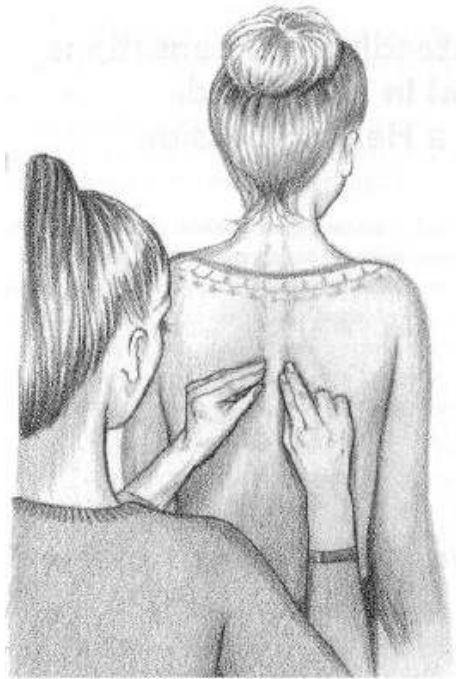
4. Se estiver a trabalhar num problema nas costas de alguém ou no pescoço, coloque uma mão de cada lado das vértebras da coluna vertebral.



5. Aplique a experiência adquirida com as técnicas da respiração e preste atenção às sensações de energia acumulada nas mãos durante a expiração. Certifique-se de respirar profundamente todo o tempo em que estiver a trabalhar. Se começar a sentir-se um pouco tonto, pare um pouco.

6. Certifique-se de que as suas mãos estão relaxadas, pois assim a energia fluirá mais facilmente das mãos, que estiverem soltas e abertas. Lembre-se de usar sempre as duas mãos durante uma sessão. Isso ajuda a gerar um melhor campo de vibração que passa mesmo através da roupa.

Enquanto está a trabalhar, preste atenção à mudança das sensações que está a sentir nas mãos.



Isto irá mostrar ser uma informação muito útil para o que vou apresentar em breve.

7. "Perseguição" a dor.

Peça ao seu amigo para o manter informado, no caso de as sensações de dor se deslocarem no seu corpo ou em que medida se estão a alterar. É bastante comum para alguém informar simplesmente que a dor passou, ou que estão a experimentar a sensação de dor, mas noutra lugar. Quando isso ocorrer, mova as mãos para esse lugar. Desta forma, é como se estivéssemos "perseguido a dor".

8. Deixe as suas mãos no lugar de vinte a trinta minutos ou mais, se a dor não tiver desaparecido.

9. No final da sessão, peça para avaliar sua dor novamente.

Compreender as sensações que você é capaz de perceber nas suas mãos durante uma sessão de cura

É provável que os praticantes de Quantum-Touch experimentem uma grande variedade de sensações nas mãos. É importante prestar atenção a essas sensações, pois, muitas vezes, vão-lhe dar pistas valiosas sobre o que está a acontecer durante a sessão e vão ajudá-lo a decidir o que fazer a seguir.

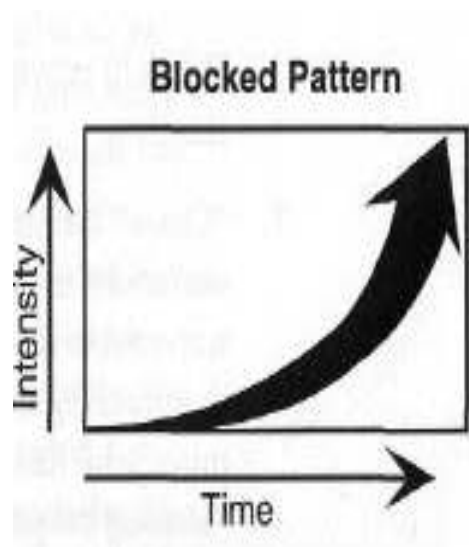
A intensidade das sensações que sentir é um indicador directo da quantidade de energia que tem gerado e está a ser recebida durante o toque de cura.

Quanto mais aberto o seu corpo estiver à energia que está a ser gerada, mais fortes serão as sensações que vai se sentir.

Os cinco padrões básicos para a Energia

Há cinco padrões de energia primária que provavelmente vai sentir nas mãos quando estiver a fazer um trabalho de Quantum-Touch:

1. O padrão bloqueado – Sentir muito pouco nas mãos, ao começar e depois, gradualmente, atingir um pico na construção das sensações. Se estiver muito bloqueado, frequentemente, é sinal de que está a trabalhar em áreas com problemas crónicos, em órgãos muito doentes ou, às vezes, de dor aguda (mas não muitas vezes).



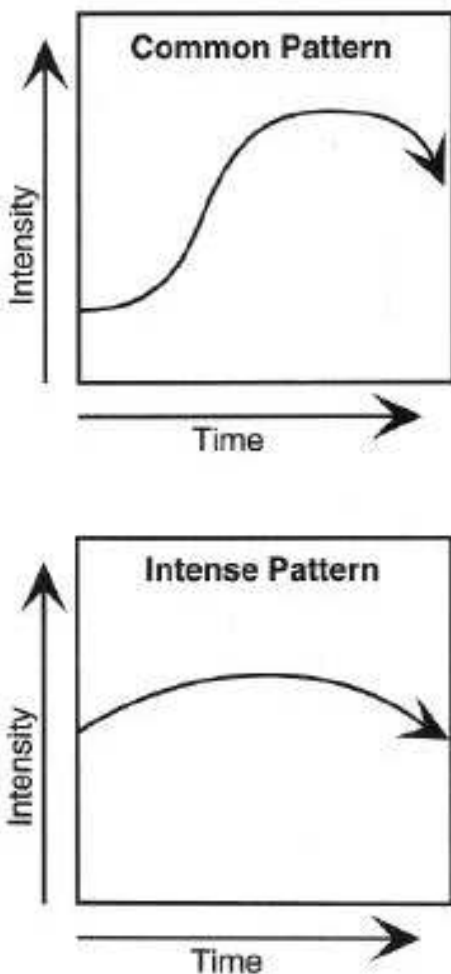
Quando está a trabalhar numa área que está muito bloqueada, é provável que tenha uma sensação muito pequena nas mãos.

No entanto, na maioria dos casos, quanto mais conseguir segurar as mãos nesse lugar, mais irá notar que a energia está lenta mas que seguramente se está a construir. Isso pode levar algum tempo para acontecer.

Pode ser que seja preciso permanecer com as mãos numa determinada posição durante dez, vinte, quarenta minutos, ou mesmo de uma hora.

Ao longo desse tempo, a energia nas mãos vai gradualmente se sentir-se cada vez mais forte, até parecer que vai atingir um pico de intensidade. Às vezes, a sensação de energia vai ficar nesse nível de pico por um longo tempo e de repente pode subir para um patamar com maior grau de intensidade. Mais frequentemente, a energia começa a equilibrar-se em determinado momento, e então, pode baixar ligeiramente.

2. O padrão comum – Sentir uma quantidade moderada de sensação nas mãos, que vai atingir um pico e depois diminui um pouco. Este é o padrão que provavelmente vai encontrar na maior parte das vezes.



Às vezes, a sensação de energia que sente que está a acumular parece estar num nível bastante elevado, como se tivesse um planalto, durante uma subida a uma montanha. Nessas circunstâncias, muitas vezes, será uma boa ideia usar um pouco **respiração de fogo** para ver se pode aumentá-la para um nível ainda maior.

Enquanto trabalha para receber mais energia e aumentar a sua intensidade, eventualmente, vai descobrir que ela se nivela ou vai descer. Quando isso ocorre, pode muito bem ser o sinal de que está na hora de mover as mãos para outro lugar.

3. O padrão intenso – Uma sensação muito forte de energia nas mãos, e que eventualmente vai diminuir passado algum tempo. Esse padrão é o mais frequente quando se está a trabalhar com sintomas agudos, ou com uma pessoa cujo corpo, por qualquer motivo, é altamente receptivo à energia.

Isto que dizer:

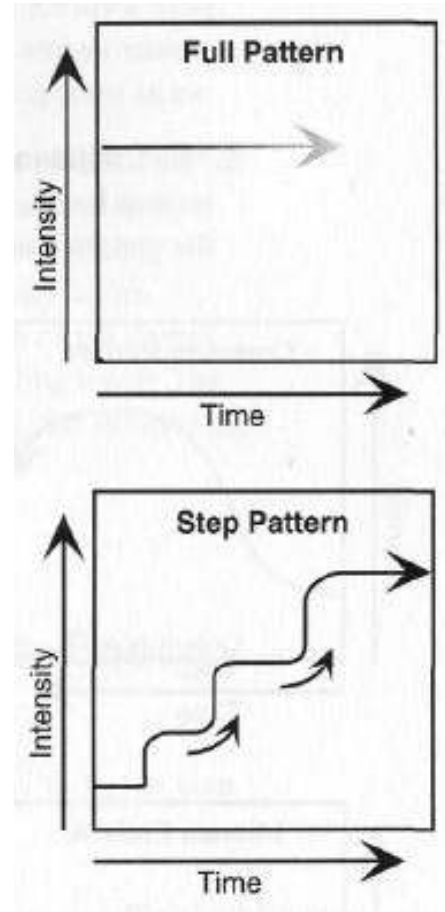
Estar atento às sensações nas mãos e aos padrões que normalmente seguem o trabalho da energia pode ajudar a determinar o tempo para manter as suas mãos em qualquer posição determinada. Também pode simplesmente perguntar ao seu amigo como ele ou ela se está a sentir. Quando toda a dor desaparecer ou tiver diminuído consideravelmente, geralmente, é uma boa indicação de que o trabalho está feito, nesta sessão, por agora.

4. O padrão completo – Às vezes, quando está procurando absorver energia, tudo parece estar a funcionar bem, e então, em determinado momento, durante a sessão, descobre que não sente nada nas mãos. Mas se afastar as mãos, as suas mãos sentirão uma grande quantidade de formigamento. Esta é uma indicação do Padrão completo.

O padrão completo ocorre quando a pessoa já absorveu tanta energia quanto o seu corpo pode e deve absorver. Neste ponto, não vai ter mais sensações nas mãos quando tocar a pessoa. Se voltar daí a dez ou vinte minutos, o seu corpo pode ser capaz de ressoar com uma vibração mais elevada e "absorver" mais energia.

5. A etapa Padrão – Às vezes quando está a deixar fluir a energia, pode sentir que a intensidade atingiu um pico. Neste ponto, se fizer alguma **respiração de fogo**, pode descobrir que as suas mãos estão agora vibrando numa frequência ainda maior. Apenas quando der conta que a energia atingiu seu pico e não pode subir mais, se fizer a respiração do fogo, pode novamente fazer com que a energia suba mais um pouco, uma e outra vez, como se estivesse a subir umas escadas.

Eventualmente, a energia, de repente, baixa, ou sensação desaparece das suas mãos, e fica então a saber que deve parar. A consciência desses padrões não é uma ciência dogmática. Não vai fazer mal a uma pessoa por lhe transmitir demasiada energia e, se não completar a cura, a pessoa irá dizer-lhe que há mais para ser feito, talvez noutra sessão. O importante é divertir-se e estar lá para quando a pessoa com quem está a trabalhar, precisar da sua ajuda.



Energia estática

Na maioria das vezes, quando dá sessões de Quantum-Touch, as suas mãos vão sentir-se muito normais. Usando as técnicas de respiração que eu descrevi, os praticantes estão naturalmente protegidos permitindo que as suas energias possam corresponder à vibração da pessoa com quem está a trabalhar. Nesses casos, pode sentir uma espécie de "**energia estática**" que se pode ter acumulado nas mãos. Esta energia estática pode ser facilmente libertada pela simples lavagem das mãos, punhos, e antebraços com água fria após cada sessão. Pode sentir esta energia como uma espessura nas mãos, como se estivesse a usar umas luvas de "energia". A sensação não é particularmente desconfortável, mas é recomendável que lave as mãos na primeira oportunidade. Para muitas pessoas, a lavagem das mãos, neste momento, dá uma sensação muito real de alívio. Sacudindo as mãos, como se estivesse a sacudir a água, faz o mesmo efeito, mas, segundo a minha experiência, parece não funcionar tão bem como a lavagem das mãos com água fria. Considero a necessidade de lavar as mãos minimamente importante no trabalho com o Quantum-Touch.

Quando eu praticava a terapia da polaridade, eu achava que seria de uma importância vital, do ponto de vista da energia. Mas lavar as mãos também é uma coisa excelente simplesmente para fins de higiene.

Alguns dos meus alunos da terapia de polaridade e praticantes de Reiki têm-me dito que eles se sentiam drenados, após fazer a polaridade ou sessões de Reiki. O truque é usar sempre as técnicas de respiração ao longo das sessões. Uma amiga que pratica Reiki e tinha aprendido Quantum-Touch, esteve a trabalhar comigo durante um tempo. Um dia reclamou que sentia a energia em baixo no seu braço. Perguntei-lhe se ela tinha parado a respiração, e afinal, era isso que tinha acontecido.

Quando lhe lembrei para continuar a usar as técnicas respiração, o problema desapareceu imediatamente.

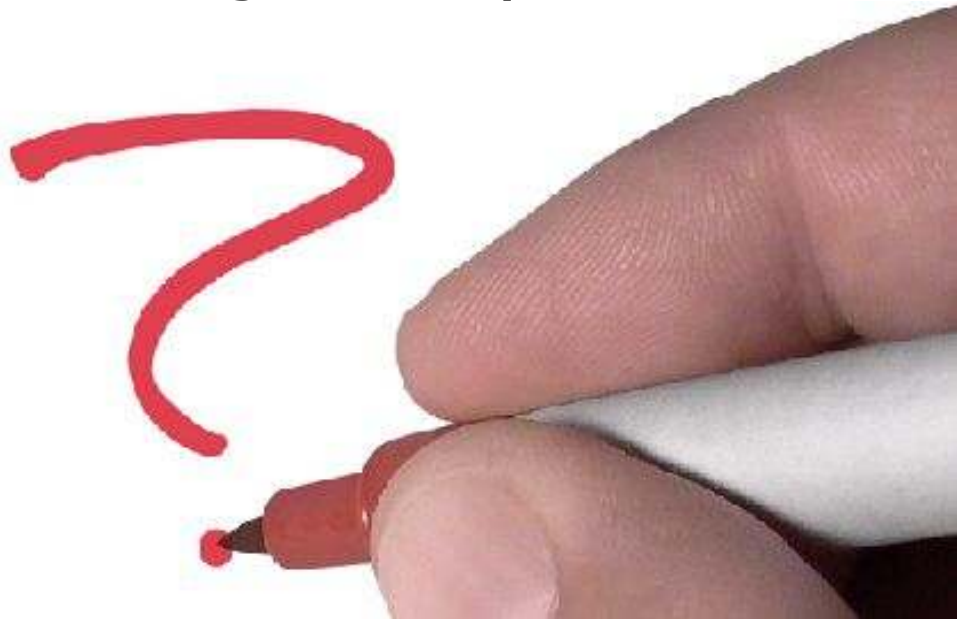
FIM





Capítulo 4

Perguntas Frequentes



T
E
C
H
N
I
Q
U
E
S

"A vida não é um problema a ser resolvido, mas um mistério para ser experimentado." - Frank Herbert

Ao longo dos muitos anos que tenho vindo a ensinar em sessões de Quantum-Touch, parece-me terem sido feitas muitas das mesmas perguntas repetidas vezes. Então, seguindo a minha própria maneira de actuar, vou incluindo as respostas nas minhas aulas, e estou a oferecer-lhe uma série de perguntas e respostas por capítulos. Para sua comodidade, as questões foram divididas em vários tópicos. Procure aproveitar.

Praticando técnicas de Quantum-Touch

Você fica mais forte com a prática?

Sim, absolutamente.

Quando aprender a fazer circular a energia, você, provavelmente irá surpreender os seus amigos com sua nova habilidade.

Com a prática regular, a sua força continuará a desenvolver-se ainda mais. Esta Arte de fazer circular a energia é uma habilidade que exige concentração física e mental. Como um atleta que usa vários músculos, você vai ficar cada vez mais forte.

Estima-se que, após 100 horas de execução de energia, a sua força terá duplicado ou possivelmente triplicado.

E se eu não pratico há muito tempo?

Será que vou perder a minha capacidade?

Quando anda na rua, não está sempre preocupado com uma falha que possa aparecer na calçada. Quando atende o telefone, não se vai preocupar com a ideia de se ter esquecido de falar. Aprender a fazer circular a energia e fazer Quantum-Touch é muito mais fácil do que aprender a andar ou a falar. Depois de ter aprendido as habilidades básicas, estas são suas para toda a vida. Dentro de algumas horas depois de começar a ler este livro, será capaz de fazer um trabalho de cura profunda. Se não tiver praticado a circulação da energia por algum tempo, mesmo alguns meses ou anos, pode precisar de gastar cinco ou dez minutos a exercitar a circulação da energia, antes de se sentir apto a dar uma sessão de cura. Outra opção é exercitar a circulação da energia durante a própria sessão. Basta a prática de executar a energia enquanto está a dar uma sessão.

Pode activar a energia quando está sozinho?

É uma ótima ideia activar a energia sempre que pensar nisso. Eu costumo fazer alguns exercícios de activar a energia, por cerca de cinco minutos, antes de sair da cama, pela manhã e também cinco minutos antes de eu ir dormir. Então, ao longo do dia, de vez em quando, pratico alguns exercícios de activar a energia.

Preocupo-me com o facto de nunca estar a fazer isso muito bem. O que posso fazer para ter certeza que estou a fazer funcionar a energia correctamente?

Esse medo de inadequação é, muitas vezes, algo que foi apreendido noutras áreas da vida, como fazer um exame, ou um teste para tirar a carta de condução, mas não se aplica a Quantum-Touch.

Quando for comer ao seu restaurante favorito, você não se preocupa com o problema tão primário como o de pensar que se esqueceu de como vai engolir ou pegar no garfo. Essas habilidades são totalmente naturais. Se você está a sentir as suas mãos, pode fazer uma varredura de corpo inteiro e fazer as técnicas de respiração, e então está a fazer tudo muito bem. Agora é só uma questão de prática e descobrir os seus dons. Não pode estar sempre preocupado em fazer tudo errado. Com o tempo você pode aprender a fazê-lo melhor e duma maneira mais poderosa.

Até agora, ninguém que eu conheça, se queixou de que um milagre levou seis sessões, em vez de uma!

Um dos temores é que as pessoas não sentem amor ou estímulo espiritual suficiente para fazer um grande trabalho. Lembro-me de uma ocasião, em que eu tinha uma sessão agendada para o dia em que eu estava extremamente deprimido e triste. A mulher, com quem eu estava a trabalhar no pescoço, tinha um problema bastante grave. Assim, eu estava apenas a deixar correr a energia tão bem quanto era capaz. Ela estava deitada de costas sobre a minha mesa e eu estava sentado numa cadeira, a segurar o seu pescoço. Como eu, já estava a aguentar esta posição há mais de uns quarenta minutos, descansei a cabeça em cima da mesa. Então, de repente, percebi que tinha adormecido durante a sessão. Olhei para o relógio e descobri que tinha estado a dormir, há mais de dez minutos, mas as minhas mãos ainda estavam em actividade, transmitindo energia com uma intensidade tremenda. No final da sessão, a mulher com quem estava a trabalhar, disse que tinha sido a melhor sessão que já tinha recebido.

Tenho de reconhecer que esta dúvida é algo que muitas pessoas sentem relacionadas com outras áreas das suas vidas e vão trazê-las também para o Quantum-Touch. Para muitos profissionais, a única coisa que, finalmente, pode resolver as suas autodúvidas, nas curas, é a experiência. Pode ver, por exemplo, o quão é incrivelmente eficaz pode estar a tratar o pescoço do seu amigo, por detrás, e outras dores eventualmente, e convencer-se de que está a fazer um trabalho fabuloso.

Não há nenhum substituto para a experiência.

É importante para a pessoa que recebe a sessão de Quantum-Touch ou para a praticante acreditar que vai ajudar, para que o processo funcione?

Como eu escrevi no meu primeiro livro, "Your Healing Hands", não tem que acreditar no oceano para ficar molhado, mas tem que saltar para dentro da água, o mesmo acontece aqui - não precisa de acreditar no trabalho de Quantum-Touch, para o poder experimentar a sério. Cínicos e cépticos não sabem como bloquear a energia intelectualmente. Quantum-Touch funciona mesmo.

Quais são os maiores erros que você vê fazer aos praticantes pela primeira vez e como é que podem tornar-se mais eficazes?

Em geral, os profissionais, logo na primeira vez, já estão bastante qualificados e são eficazes neste trabalho. Mas, para responder a esta questão, há três erros que os iniciantes costumam fazer. O primeiro é esquecerem-se de manter a respiração. Eu encorajo gentilmente todos os instrutores de Quantum-Touch e os seus alunos, para manterem a sua respiração durante todo o processo. "Mantenha a respiração" torna-se uma espécie de mantra que é repetido em cada dez minutos durante os meus treinos.

"Mantenha a respiração – mantenha sempre a respiração!"

O segundo erro é que os novatos, muitas vezes, precisam de aprender a relaxar as mãos. É realmente muito mais fácil fazer circular a energia, quando as mãos estão relaxadas. Durante as sessões, em todos os workshops, vou dar uma volta à sala, e procuro verificar se todos conseguem ter as mãos controladas, para ver se as conseguem relaxar. Chego até a pegar nas mãos das pessoas e agitá-las levemente, incentivando-os a relaxá-las ainda mais. O trabalho de Quantum-Touch é feito com a energia, e as mãos crispadas e apertadas não são úteis e podem estar a bloquear a energia.

O terceiro erro é deixar de trabalhar antes de a sessão terminar. Se estão a trabalhar num caso de doença crónica ou numa situação de crise aguda, os novatos tendem a querer parar antes de a cura estar completa. A regra de ouro é: quando pensa que está a terminar a aplicação de energia numa determinada área que precisa muito dela, é uma boa ideia passar pelo menos alguns minutos extras a trabalhar nessa área. As duas razões para isso são as seguintes:

Pode achar que a ressonância (isso pode ser observado pela quantidade de sensação nas mãos) está pronta para aumentar novamente se mantiver as mãos nesse lugar por mais tempo.

Os novos profissionais, por isso mesmo, sentem-se frequentemente inexperientes em decidir quanto tempo é necessário para aplicar a energia numa determinada área. Fazendo correr a energia por mais algum tempo, pode, muitas vezes, ajudar a proteger a nova vibração naquela zona, de modo a conseguir que a sua cura vai durar mais tempo.

Quantum-Touch e Energia Pessoal

Você está a usar a sua própria energia pessoal quando faz Quantum-Touch?

Absolutamente não. Estamos a usar o poder do nosso amor e do poder da nossa intenção. Com base na experiência, eu diria que quanto mais usar essa energia, mais energia tem. Você tem simplesmente de se preocupar em não se deixar esgotar. Quando ama muito alguém, não se vai preocupar com os limites, armado em miserável, ou passar todo o dia a choramingar: "Pobre de mim, usei todo o meu amor deste dia. Eu não tenho mais para dar." De qualquer forma, vamos esperar que não. Quando tem um grande amor ou está empenhado num projecto, você sente que tem muito mais amor e entusiasmo para dar, e, muitas vezes, em todas as direcções. Todos na sua esfera de influência, podem tornar-se beneficiários do seu amor – desde os familiares e amigos que você tem, até a estranhos que vê na rua. Muito simplesmente, quanto mais amor sente, mais tem para dar. Da mesma forma com a intenção: quanto mais usar o poder de sua intenção, mais intenção terá disponível.

Já se sentiu esgotado quando faz sessões de Quantum-Touch?

Não, não se fica esgotado de todo. Como já referi várias vezes, as técnicas de respiração são uma parte essencial do trabalho. Contanto que mantenha a respiração, será capaz de manter uma ressonância muito elevada. A outra pessoa, simples e automaticamente, começa a sintonizar a sua vibração. Não está realmente dando ou desperdiçando a sua energia, está a manter um campo de energia e a deixar a outra pessoa entrar nesse mesmo campo, de modo a não ficar esgotado no processo do Quantum-Touch. A acontecer qualquer coisa, é o oposto: ao fazer este trabalho parece fazer com que o praticante se sinta mais curado e com as capacidades mais desenvolvidas. Pessoalmente, quando faço horas de trabalho de cura, dá-me muita fome, o que é um sintoma que pode ser facilmente corrigido.

A poucos praticantes ouvi reclamar que se tenham sentido tão energizados por fazer sessões muito tarde durante a noite, que tenham tido problemas para dormir. Isto parece acontecer a uma pequena percentagem de pessoas que usam o Quantum-Touch. Então, recomendo que façam as sessões, mais cedo, durante o dia. Ocasionalmente, alguém pode sentir-se cansado depois de fazer uma sessão, mas isso pode ser a sua reacção ao receber uma cura em si mesmo enquanto estava a fazer o trabalho com outra pessoa. Lembre-se que, quando está a dar uma sessão, está a aumentar a sua vibração, o que faz com que a cura aconteça, também, dentro de si. Às vezes pode só conseguir dormir um pouco mais tarde. Isso, entretanto, não tem nada a ver com ter sua energia sugada.

Acho que quando faço sessões de Quantum-Touch, muitas vezes sinto-me mais desperto após a sessão, do que quando comecei. Por que isso?

Quando está a aplicar a energia e a fazer o trabalho de respiração, você também está a beneficiar dessa mesma energia. Tem havido um grande número de vezes que me sentia cansado quando estava prestes a começar a dar uma palestra com demonstrações. Mas. Logo que começo a fazer uma demonstração de curta duração, com sessões para o público, sempre achei que ficava cada vez mais desperto e energizado. Numa certa época cheguei a fazer 20 ou 30 sessões de cura com demonstrações durante a palestra, e, afinal, mantinha-me bastante excitado e desperto. Quanto mais tempo passar a aplicar energia, mais forte parece ficar física e energeticamente.

Quando aplica a energia, acha que, no final do dia, a energia não é tão forte como quando você começou?

Acho o contrário. Quanto mais fizer a aplicação de energia, mais forte parece ficar.

Durante muitas palestras em que eu podia estar a aplicar energia em dezenas de pessoas durante duas horas ou mais, as sessões que depois dava, eram muito mais eficazes do que as anteriores. Às vezes a energia torna-se tão forte que as pessoas realmente podem sentir-se um pouco sacudidas com um grande aumento de energia que se move através deles, no momento em que são tocadas. Eu posso sentir-me fisicamente cansado com palestras de duas horas e a fazer sessões de cura com muita gente, mas não é a energia que fica diminuída. A acontecer algo inesperado é tornar-se muito maior.

Preparação para uma sessão de Quantum-Touch.

O que devo fazer para me preparar para dar uma sessão?

Se quiser preparar-se antes do tempo, pode ser útil fazer varreduras de corpo inteiro e verificar quão intensamente pode sentir a energia em todo seu corpo. Quando estiver a fazer a sessão, também é útil utilizar qualquer uma das técnicas de respiração para aumentar a sua energia. A maioria dos profissionais que acabam de dar uma sessão, acham que devem fazer essas coisas também.

É importante sentir-me "enraizado" antes de dar uma sessão?

Para aqueles não familiarizados com o termo "enraizado", refere-se à prática de centrar as suas energias e manter-se ligado à terra. Desta forma as pessoas sentem-se mais equilibradas e menos vulneráveis a receber alguma energia não desejada. Eu não acho necessário sentir-me "enraizado" quando faço varreduras de corpo inteiro e mantenho a respiração. Algumas pessoas acham que estes exercícios de "enraizamento" são muito úteis, pois podem sentir-se um pouco tontos, com o trabalho que estão a desenvolver. Outras pessoas acreditam que o processo de funcionamento de energia é, automaticamente, uma motivação suficiente para elas.

Capítulo Quatro: Perguntas Frequentes

Alguns dos meus alunos disseram-me que conseguiam ver a energia, quando o grupo acabou de fazer uma "varredura de todo o corpo", porque todos na sala se tinham ligado à terra, o que bastante me surpreendeu,.

Se se quiser manter no ligado à terra além de fazer varreduras de corpo inteiro, isto é um assunto de fácil abordagem. Imagine um feixe de luz descendo para o topo da sua cabeça, passando através de tronco, seguir pelas pernas a baixo, até aos pés e chegar à terra. Sinta que se afunda profundamente na terra e se sente em ligação com a terra. Respire profundamente algumas vezes. Respirar na energia da terra é sentir-se ligado à terra. Um segredo para esta abordagem de ligação à terra é fazê-lo de tal forma, que pode causar em si mesmo sensações tácteis em todo o corpo. Enquanto estiver a fazer isso, inicie o padrão respiratório 2-6. Depois de ter passado por todo o seu corpo, estenda as sensações do seu corpo para a terra. Este exercício só precisa de durar um ou dois minutos para ficar completo. Uma vez que você está "aterrado", "enraizado" tome alguns minutos para exercitar a energia através de todo o corpo. Agora está pronto para iniciar uma sessão.

É importante para a pessoa com quem está a trabalhar, tirar a roupa?

Nas sessões de Quantum-Touch, não é de todo necessário remover a roupa de uma pessoa. É, ou pode ser útil se tirarem as roupas pesadas, como casacos ou blusões. Gostaria e recomendo que as pessoas removam qualquer coisa feita de couro durante este trabalho. Isso pode parecer estranho, mas as peças de couro podem bloquear o fluxo da energia vital. As fibras sintéticas, como por exemplo o poliéster, podem fazer diminuir a quantidade do fluxo de energia. Então sugiro que as pessoas usem o algodão, lã ou seda...

Usando suas mãos numa Sessão Quantum-Touch

Quanta pressão deve colocar com as suas mãos quando aplica a energia?

Realmente, a aplicação das mãos no QT /TQ não precisa de qualquer pressão. Um leve toque funciona melhor. Eu digo isto aos meus alunos logo no início e cinco minutos mais tarde. Quando me ponho a andar em redor da sala e toco nas mãos deles, apercebo-me de que, muitos deles, estão com uma boa dose de tensão nas mãos e nos dedos. Nessas ocasiões, eu pego na mão deles e sacudo-a um pouco, para lhes indicar que devem deixar cair a tensão. Muitas pessoas acostumam-se a usar a força na massagem, acupuntura, shiatsu, rolfing, ou num trabalho em camadas mais profundas, e assim por diante. A grande ironia é que se consegue descontrair e aliviar melhor a tensão nos músculos da pessoa que está a ser tratada, se não se usar qualquer pressão, ou uma pressão muito suave. O segredo está em deixar actuar a energia em vez de usar a força bruta. Na maioria dos casos, o uso de força é até contraproducente.

É realmente mais fácil aplicar energia, quando as mãos estão muito relaxadas. Como eu não estou aí consigo para pegar na sua mão e sacudí-la levemente para ajudar a liberar a tensão, pode tentar este exercício simples. Feche as mãos suavemente com os punhos soltos, e sinta as mãos relaxar completamente. Tente sim exercitar a energia nas mãos. Observe como a energia flui. Agora experimente fazer o mesmo com os punhos apertados, e tente sentir a energia nas mãos. Provavelmente descobrirá que é muito mais difícil sentir a energia quando está mais descontraído.

Por que é importante cercar com as mãos as áreas em que se está a trabalhar?

Por que não usar apenas uma mão?

Ter dois pontos de contacto cria um campo de vibração mais forte entre si e a pessoa com quem está a trabalhar. Metendo um ponto doloroso entre as mãos, como se fosse uma prensa, é uma excelente forma de aumentar a ressonância em toda a zona que está a ser tratada. Como descrevo na secção sobre sessões de grupo no capítulo 5, quando há quatro mãos a trabalhar ou até mesmo seis, elas podem rapidamente atingir uma ressonância dominante. Eu recomendo que use sempre as duas mãos sempre que possível. Além disso, eu sugiro que coloque as mãos de ambos os lados da área do problema, em sanduíche entre suas mãos.

Apercebi-me que às vezes quando está a fazer demonstrações Quantum-Touch, umas vezes usa as palmas das mãos, outras vezes usa os polegares ou a ponta dos dedos. Por que faz isso?

Quando quero concentrar a energia numa pequena área como o ponto de JTM² (Junta Temporo Mandibular - veja p. 145) ou nas vértebras laterais, uso a ponta dos meus dedos para concentrar aí a energia. Esta é uma técnica que Bob Rasmusson chamou "Tripé". Basta juntar o polegar, o dedo indicador e o dedo médio e assim dirigir a energia para essa zona. Focalizando a energia dessa forma pode ajudá-lo a ser mais eficaz quando se trabalha em lugares muito pequenos. Utilizar as palmas das mãos é recomendado para a grande maioria dos casos. Se se tornar fisicamente estranho ou desconfortável usar as duas mãos durante a sessão, use as pontas dos dedos ou os dedos em tripé.



Não deixe que as regras que lhe estou a dar, condicionem a forma de colocar as mãos em alguém, para fazer o trabalho de cura. Acima de tudo, sinta-se confortável quando estiver a realizar esse trabalho Quantum Touch.

Eu não sinto nenhuma sensação nas minhas mãos ou em qualquer outra parte do corpo. O que devo fazer?

Tenho encontrado nas minhas aulas uma pequena percentagem de pessoas com problemas com as sensações. Isso torna um pouco mais difícil aprender a fazer Quantum-Touch, mas com o tempo e persistência essas pessoas aprenderam a fazer correr bastante bem a energia. Eu sei que alguns dos melhores curadores tiveram um tempo difícil para sentir fluir a energia, nalguma parte de seus corpos, quando começaram a trabalhar.

² JTM – Junta Temporo Mandibular é aquela superfície óssea que se move quando a boca está aberta ou fechada e as pessoas se habitam a mover com o queixo, ou procuram mastigar saliva para aliviar a pressão dos ouvidos. Experimente, quando em viagem, começar a entrar em altitude que não está habituado. (jrg)

A primeira questão a levantar é perguntar a si próprio, se tem ou não alguma sensação em qualquer parte do corpo que pode sentir sem tocar. Pode sentir qualquer parte do seu corpo sem tocar em si mesmo? Se puder sentir as mãos, os pés, o rosto, ou qualquer outra parte do corpo, dirigindo a sua atenção ali, então já tem um ponto de partida e pode treinar a partir daí.

O Poder da Energia Focada.

Quão importante é estar focado durante as sessões?

Para realmente aumentar o poder das sessões, pode fazer uma grande diferença tentar uma focagem 100 por cento sobre a execução do fluxo energético. É evidente que isso exige um grande esforço por parte do praticante. Quando eu digo "esforço", quero dizer para se concentrar no funcionamento da energia, concentrar-se na respiração, e ao mesmo tempo ligar a energia à respiração. Aqueles que desenvolveram uma grande habilidade na gestão de energia muitas vezes falam de se entregarem completamente ao processo.

Se eu me concentrar 100 por cento em fazer funcionar a energia, isso significa que eu nunca devo falar ao dar uma sessão?

Não necessariamente. Eu recomendo vivamente que se concentre em se divertir, quando estiver a fazer sessões de Quantum-Touch. O trabalho é de amor, alegria, gratidão e admiração, não de trabalhar com rigidez ou de se tornar demasiado sério. Quando está a guiar o carro numa estrada e sente necessidade de acelerar, pode ter de dar uma pontinha mais de gás para fazer chegar o carro até à velocidade desejada. Uma vez alcançada essa velocidade, pode deixar de acelerar e manter a velocidade de cruzeiro. Da mesma forma, quando estiver a aplicar energia, pode ter de aplicar-se com um pouco mais no trabalho para trazer a vibração até um determinado "nível elevado". Uma vez que conseguiu isso, pode manter a respiração e deixar a energia continuar a fazer o de trabalho.

É correcto falar com seu cliente de tempos a tempos. O importante é ser capaz de continuar a usar as técnicas de respiração enquanto conversa. Se fizer um esforço, pode respirar profundamente, enquanto fala. Certifique-se de perguntar sobre o que o seu cliente está a enfrentar, pois isso pode dar-lhe informações muito valiosas. Continuando com a analogia do carro, pode querer acelerar a fim de passar outro carro na estrada. Em Quantum-Touch, às vezes pode querer fazer algumas respirações de fogo para levar a energia até uma vibração mais elevada. Neste ponto, poderá parar de falar e concentrar-se 100 por cento em fazer funcionar a energia.

A experiência do cliente numa sessão Quantum-Touch

Quanto tempo demora, para que as pessoas saibam que algo está a acontecer, quando estão a receber uma sessão?

Muitas vezes as pessoas vão notar as mudanças de energia e as alterações nos seus níveis de dor passados poucos segundos após terem sido tocados. Durante as minhas sessões ou palestras, gosto muitas vezes de dar os minutos que puder em três ou quatro demonstrações. Eu peço às pessoas para me indicarem uma única área onde estão a sentir uma dor. Se tenho um grande público, com frequência, levo comigo alguns dos meus alunos ou outros professores de Quantum-Touch, ao palco para ajudar. Normalmente, cerca de 90 por cento das pessoas que recebem estas demonstrações, num breve relatório que deixam no final, assinalam uma grande mudança dos sintomas. Muitas vezes, as pessoas vão procura-me, seis meses ou um ano depois e dizem-me que a dor não voltou, mesmo que a sessão tenha sido bastante curta. Gosto de fazer estas demonstrações curtas, porque torna o trabalho mais credível. Muitas vezes as pessoas têm necessidade de sentir a energia, antes de estarem dispostas a acreditar nela ou a usá-la.

O que é que as pessoas sentem geralmente, quando recebem uma sessão de Quantum-Touch?

As pessoas são todas originais e cada uma vão experimentar a energia à sua maneira. Algumas pessoas não vão sentir a energia. Muitos outros vão sentir a energia como algo muito quente, ou muito frio ou como sensações de formigamento. É importante compreender que todas as sensações que uma pessoa experimentar durante uma sessão QT/TQ – desde a menor à mais intensa - são excelentes sinais de que a sessão está a funcionar. A sensação mais comum que as pessoas sentem é a de calor. O calor pode ir desde uma suave sensação de aquecimento agradável, ou um pouco mais quente, ou mesmo até à sensação de queimadura dolorosa. Se um leve toque provocar uma dor física forte mas suportável, pode ser para o cliente, a curto prazo, um sinal muito positivo de que está a fazer um maravilhoso progresso na cura. Lembro-me de uma estudante, que estava a trabalhar em mim, durante uma aula, a quem disse – “não sinto nenhum calor nas minhas costas”, onde ela estava a trabalhar, e ela, afinal, “tinha as mãos a arder”.

É à temperatura da sua mão que as pessoas se referem ou dizem que estão a sentir como sensações de calor ou frio?

Este não parece ser o caso. Recentemente, eu trabalhei num homem que sentiu um ardor, calor, quando estava a trabalhar nas suas costas. Eu deixei-o tocar nos meus dedos e, para sua grande surpresa, descobriu, que meus dedos estavam realmente muito frios. Quando toquei nas suas costas, novamente, já não era a mesma sensação de queimadura, como antes. Um pouco mais tarde, ele sentiu uma sensação agradável, em torno de seus quadris. É um pouco incomum, para uma pessoa, sentir, à vez, tanto calor e depois frescura da energia, mas isso não acontece, normalmente.

Numa outra ocasião, eu estava a trabalhar num homem, que tinha problemas no braço. Este paciente estava certo de que o calor ardente que sentia era devido ao meu calor do corpo. Para lhe provar que era uma sensação puramente física, ele puxou o casaco para baixo, o que isolava o calor que vinha das minhas mãos. Eu dei uma boa risada, porque ele deu um salto na cadeira, quando sentiu a mesma sensação de queimadura como antes, através do casaco. A sensação de calor é provavelmente a coisa mais comum que as pessoas referem nos relatórios das sessões de Quantum-Touch. Outras sensações comuns, que as pessoas experimentam durante sessões, incluem sensação de frio, formigamento, ou vibração ou dor.

É sempre doloroso para receber energia?

Sim, às vezes é. Às vezes as pessoas sentem uma reacção dolorosa quando estão a receber energia. Essa dor, geralmente, não dura muito tempo. Eu não gosto de ver as pessoas em sofrimento, mas fico sempre animado quando isso acontece, uma vez que tem sido sempre uma forte indicação de que uma grande cura está ocorrendo. A chave aqui é para continuar a fazer a sessão, pelo menos, até que a dor desapareça.

Alguns anos atrás, o meu amigo Dan perguntou se eu iria trabalhar no seu filho de 13 anos que tinha quebrado o joelho e ainda estava mancando, mesmo depois de o gesso ter sido removido. Quando comecei a fazer correr a energia no seu joelho, protestou: "Ai, você está-me a magoar. Parece que o meu joelho me está a matar." Disse-lhe para respirar profundamente e que as sensações não iriam durar muito tempo. Cerca de dois minutos depois, ele protesta: "Ai, agora o meu joelho está em chamas. Que é que está a fazer ao meu joelho? " Expliquei-lhe que era tudo parte do processo de cura.

Passados alguns minutos, ele disse que sentia o joelho, como se estivesse a ser picado por "alfinetes e agulhas", e, dois minutos depois, ele disse que sentia o joelho todo quente e maravilhoso. Depois de cerca de 12 minutos, o joelho estava bem e já não mancava.

Pode obter sempre pistas sobre outros locais, que necessitam de energia de cura, do que aqueles lugares onde, especificamente, se manifesta a dor?

Há duas maneiras de fazer isso. A primeira forma envolve a utilização de conhecimentos de anatomia e lógica. Orientações sobre o assunto podem ser encontradas em vários capítulos deste livro.

A segunda maneira é deixar que o corpo lhe diga exactamente onde a energia é necessária, e, na minha opinião, a segunda é muito mais profunda.

Muitas vezes, quando estiver a aplicar energia num determinado lugar, por um período longo de tempo, o corpo da pessoa vai dar prioridade ao uso da energia como e onde lhe aprouver. Como acontece em toda a cura, todo o processo é bastante autónomo.

A única lógica, a razão por detrás disso, é a magnificência da inteligência inata do próprio corpo.

Se, por exemplo, estiver a trabalhar na dor de alguém, na parte inferior das costas, eles podem avisá-lo de que, agora, estão a sentir uma sensação de dor num outro lugar, talvez mais acima, na parte traseira ou possivelmente indo para algum lugar diferente daquele onde estou a trabalhar.

Capítulo Quatro: Perguntas Frequentes

Como a inteligência corporal dirige a força de vida para áreas específicas do corpo que precisam dessa energia, a pessoa que recebe a sessão, estará provavelmente a obter sensações correspondentes ao que podem e são capazes de relatar.

Quando uma pessoa lhe disser que estão a perceber que a energia vai para alguma outra parte do seu corpo, sugiro que faça uma anotação mental dessa informação. Assim que tiver terminado o trabalho de fazer fluir a energia na área, onde está a trabalhar, basta, a seguir, levar as mãos à área onde agora essa pessoa sente a nova sensação ou dor e trabalhar nessa área também. Isto é o que eu chamo "perseguir a dor." Em muitos casos, simplesmente, vai perseguir a dor de um lugar para outro, até ela passar.

Numa ocasião, estava a demonstrar Quantum-Touch, com uma acupunturista que tinha um certo número de queimaduras nas costas da mão. Quando fazia correr a energia na sua mão, pedi-lhe para descrever o que estava a sentir. Disse-me que toda a energia que estava a sentir, era no seu cotovelo. Quando perguntei por que é que o cotovelo necessitava de energia, explicou que o tinha quebrado, há dois anos, e que nunca tinha cicatrizado adequadamente. Nessa altura, interrompi o trabalho que estava a fazer na mão e comecei a trabalhar no cotovelo. As energias subiram no cotovelo por cerca de cinco minutos. Quando a energia mudou e se tornou menos intensa, perguntei-lhe como estava a sentir o cotovelo. Ficou espantada por verificar que toda a dor e desconforto no cotovelo tinha desaparecido.

É comum acontecer com estudantes principiantes descobrirem que, quando estão a trabalhar num determinado caso, a certa altura da sessão, o cliente os informar que estão a sentir a energia fluir, por exemplo, no pescoço. Como o pescoço e a parte inferior das costas são reflexo uma da outra, o corpo está a dizer que é importante trabalhar nas duas áreas. Da mesma forma, quando trabalhava numa lesão por esforço repetitivo no pulso, muitas vezes as pessoas relatam que estão a sentir a energia a entrar pelo cotovelo, ombro, pescoço, cabeça ou nas costas. Estes pontos estão provavelmente envolvidos na situação original e vão manifestar-se, por meio desse processo, como sensações secundárias.

Capítulo Três: Técnicas Básicas

A energia pode curar doenças, para além daquelas que você pensa que está a tratar?

Isto acontece muitas vezes. Como a energia vai para onde "quer", podem ocorrer todos os tipos de surpresa nas curas. O mais comum, é as pessoas com dores de cabeça, descobrirem, que a dor no seio desapareceu também. Isto funciona também de outra maneira. Pessoas que se queixam de dor sinusal, frequentemente, relatam que as suas dores de cabeça desapareceram.

Numa ocasião, durante uma das minhas aulas, dois alunos estavam a trabalhar com uma mulher, que tinha fortes dores no seio. Quando a sessão acabou, a mulher disse que ela ainda tinha seios dolorosos. Eu expliquei que não é um sistema perfeito e devia dar-lhe tempo. Na manhã seguinte ela ligou-me para dizer que os seios ainda doíam. Eu disse-lhe que isso podia acontecer ocasionalmente. Ela passou então a dizer que sua visão que sempre tinha sido 20/200 no olho direito, de repente mudou, e agora era 20/25, mas que os seios ainda doíam! Ela ficou muito feliz. Aliás, a sua visão não se estabilizou em 20/25, mas tem oscilado pouco desde há algum tempo.

Enquanto a energia continua a funcionar nos seus olhos, ela está melhorando gradualmente, também nos seios.

Se a energia automaticamente viaja para os lugares que precisam dela, porque é importante tratar e colocar as mãos directamente sobre as partes do corpo que são mais problemáticas?

Se você tivesse uma quantidade ilimitada de tempo, realmente não importaria. Dado que tem restrições de tempo, é questão de escolha, aplicar um lote inteiro de energia de uma maneira mais rápida e eficiente para ir aos lugares específicos que exigem a cura. Você pode encher a piscina, ligando uma mangueira no jardim e deixar escorrer, mas talvez seja muito mais fácil colocar a mangueira directamente dentro da piscina.

Quantum-Touch e as emoções

Como é que Quantum-Touch pode afectar as emoções da pessoa com quem estou a trabalhar?

As emoções do paciente, geralmente, ajudam-no e muito a ficar mais equilibrado e harmonioso. A energia não faz distinção entre problemas físicos e emocionais. Vai onde ela é necessária e faz o que é necessário para a pessoa. Lembro-me de uma ocasião em que fui visitar um amigo para fazer um trabalho. Ele avisou-me, logo que cheguei à porta: "Devo avisar-te que hoje estou a sentir-me muito esquisito." Perguntei-lhe: "Pode indicar-me onde sente isso, no seu corpo? Está a sentir-se irritado?" Respondeu: "Essa é uma pergunta muito interessante. Estou a sentir desconforto no peito, na garganta e na parte de trás do pescoço". Disse para se sentar e iria ver o que podia fazer. Fiz então correr a energia por cerca de seis ou oito minutos para esses lugares que ele tinha indicado. Para sua surpresa, enquanto eu estava a trabalhar, o seu mau humor desapareceu.

"Que é que você fez comigo?" perguntou ele. "Oh", disse eu: "Estive a tentar um ajuste de atitude."

O propósito das sessões de Quantum-Touch não é para curar os problemas emocionais do seu cliente, mas sim para os ajudar a encontrar um lugar de maior equilíbrio emocional e de sentimento centrado, para que possam, de forma mais eficaz e responsável, participar no processo com as suas próprias emoções. Eu conheço uma psicoterapeuta que utiliza Quantum-Touch com grandes vantagens com seus clientes. Ela pergunta ao cliente, em que parte do corpo está a sentir as emoções. Depois, com a permissão do cliente, coloca as mãos sobre os lugares indicados e faz funcionar a energia. Ela é extremamente cuidadosa para se certificar que não há qualquer insinuação sexual ou outras implicações através deste contacto. O resultado é que os seus clientes se mudam para um estado em podem enfrentar mais eficazmente as suas emoções. Problemas emocionais, que não foram resolvidos, podem bloquear as vibrações de cura ou provocar o reaparecimento da doença. Este trabalho não exime o paciente de ter que fazer a sua cura emocional e psicológica de transformação pessoal.

Se Quantum-Touch tomar o lugar da transformação emocional e da expressão saudável das emoções, julgo que seria negativo. Eu acredito que, aprender a ser emocionalmente honesto connosco próprios e aprender a sentir e libertar as nossas emoções, é uma habilidade fundamental. Qualquer coisa que interfira com a parte fundamental do nosso crescimento seria contraproducente. Felizmente, Quantum-Touch só ajuda as pessoas a estarem num estado mais equilibrado, de modo a poderem então fazer o que expressam: perdoar e libertar o que é necessário para seu crescimento.

Como é que o Quantum-Touch pode afectar as minhas emoções quando o estiver a usar?

Cada vez que um praticante de Quantum-Touch está a fazer circular a energia em si próprio ou se, na prática, está a fazer varreduras de corpo inteiro ou a trabalhar com um cliente - o praticante está a aumentar a sua própria vibração e a receber algum benefício a partir da energia.

Além disso, o simples facto de fazer correr a energia, e o acto de se presentear, ou fazer beneficiar outra pessoa, tem sido reconhecido por muitos pelo seu poder de fazer maravilhas no estado emocional do praticante. Eu experimentei isso pessoalmente e também tem sido dito por muitos estudantes de Quantum-Touch, como é que fazer uma sessão pode contribuir para o levantamento de suas emoções.

Encerrando uma Sessão Quantum-Touch

Será que as sensações nas mãos vão mudar, quando acabar a sessão?

Posso contar isto para servir de exemplo. Quando o cliente já recebeu toda a energia que pode, e o seu corpo simplesmente já não aceita mais, o praticante pode sentir o formigamento ou outras sensações nas mãos, como sinal e vai abrandar e parar. Em muitos casos, ao longo do tempo, você pode sentir que o seu corpo, lentamente, está a equilibrar a vibração da energia, através das suas mãos. Quando as vibrações entrarem em sintonia, pode indicar que já não será capaz de sentir qualquer sensação, quanto está a tocar o seu cliente. É engraçado, mas, todos os que fazem trabalho de Quantum-Touch, parece que pensam o mesmo: "Parece que a energia já não está a funcionar, porque já não sinto nada nas minhas mãos." Então, quando tirar as mãos do seu amigo, vai sentir as mãos zumbindo como um louco. Coloque então as suas mãos, de novo, sobre a outra pessoa, e vai constatar que não vai sentir nada.

Isso é normal. É um sinal de que o processo está concluído para já.

Eu tenho uma técnica secreta que uso. Gosto de perguntar à pessoa como é que se está a sentir. Se ainda estiverem a sentir dor, eu terei de concluir que a sessão não acabou. Entretanto, nem sempre posso chegar a essa conclusão. Com a prática, você terá uma noção do quanto uma pessoa está disposta a mudar a sua vibração em qualquer final da sessão.

A pessoa, com quem eu estava a trabalhar, pediu-me para parar, após dez minutos e disse-me que sentia, que já tinha toda a energia que o seu corpo poderia receber. Isso é verdade?

De vez em quando, a energia pode criar um certo desconforto na pessoa que a está a receber, como reacção à cicatrização, e isso pode sentir-se de um modo bastante intenso. É compreensível. Se o terapeuta parar nessa altura, pode estar ciente de que a sessão não acabou, pois pode deixar a pessoa num estado muito desconfortável. Se uma pessoa estiver a ter esse tipo de reacção forte em relação à cura, eu recomendo que, gentilmente, encoraje essa pessoa a continuar com a sessão. Ao longo do tempo, como os balanços de energia vão variando, terá de descobrir como e quando a reacção deve ir diminuído para si e para o seu cliente ou amigo. Parar quando a energia é muito intensa, tem de se considerar que é prematura.

Como pode determinar, quantas sessões vai precisar uma pessoa?

Não existem regras fixas e simples, sobre quantas sessões vai precisar uma pessoa. Se uma pessoa tem um problema crónico, muitas vezes, leva mais tempo a ajudar, do que uma outra pessoa que tem um problema agudo ou mais recente. A regra de ouro é continuar a trabalhar com um cliente, enquanto precisar de ajuda. Gostaria de deixar o cliente decidir, quantas vezes precisa de voltar. Em certas condições, admito que possam querer uma sessão duas ou três vezes por semana, ou talvez mesmo todos os dias durante algum tempo. Tudo depende. Não haveria mal nenhum em programar uma série de sessões para uma condição crónica nas costas. A longo prazo, é importante verificar o progresso que está a acontecer.

Depois de uma sessão

O que é que pode fazer o seu cliente, depois de uma sessão, para melhorar a sua própria cura?

Após terminar a sessão, se a pessoa é capaz de continuar a fazer circular a energia através das partes do corpo que foram tratadas, claro que eles vão intensificar e prolongar os efeitos da cura.

Há algo que se deve fazer com o seu cliente ou amigo após a sessão estar concluída?

Sugiro que lhes dê um copo de água a beber. Como resultado da sessão, podem ter-se libertado algumas toxinas e, um copo de água potável, pode ajudar a lavá-las. Eu acho que é uma ideia maravilhosa a de procurara carregar com energia o copo de água, (ver p. 196). Quando a sessão acaba, as mãos ainda estão carregadas de energia numa vibração muito elevada. Provavelmente, poderá carregar um copo normal de água com uma forte dose de energia, em cerca de três a cinco minutos.

Quantum-Touch pode ser prejudicial?

Pode afirmar que nunca prejudicou alguém através da aplicação de muita energia?

Pelo que posso dizer dentro do meu conhecimento, isso nunca aconteceu. Realmente, o terapeuta, não pode dar a alguém energia em demasia. Se uma parte do corpo fica com mais energia do que necessita, ele envia o excesso de energia para alguma outra parte do corpo que precisa mais. O facto de o receptor ter a percepção de que a energia vai para algum outro lugar, pode ser uma informação muito útil.

Quando visitei o Dr. Norman Shealy para lhe ensinar a fazer correr a energia, esta questão veio à tona. Na sua perspectiva, a energia não pode prejudicar a pessoa, porque esta energia é só de equilíbrio. Quando o equilíbrio for atingido, a energia deixará de fluir ou vai passar completamente.

Existe algum perigo em fazer Quantum-Touch?

Quantum-Touch, pelo que é do meu conhecimento, não é perigoso. Eu pude constatar, sim, que este trabalho tem feito maravilhas em recém-nascidos, em animais e em idosos. Em mais de 20 anos, eu nunca tive conhecimento de quaisquer efeitos deletérios. Como eu disse antes, se der a uma pessoa mais energia do que ela pode receber, o corpo, simplesmente, não vai absorvê-la. Não consigo lembrar-me de qualquer caso, em que tenha sentido medo de dar a uma pessoa uma sessão Quantum-Touch.

Alguns anos atrás, conheci um homem que tinha feito uma cirurgia de transplante de fígado e passou a tomar a medicação para impedir que o seu sistema imunológico rejeitasse o fígado novo. A minha preocupação foi a de por a hipótese de que, ao aplicar energia, poderia pôr a funcionar o seu sistema imunológico de um modo mais eficiente e assim poderia estar em risco de falência hepática. Como eu não sabia se era esse o caso, preferi errar pelo lado da cautela.

As pessoas podem usar estas técnicas para prejudicar os outros?

Teoricamente sim, mas eu não conheço ninguém que o tenha tentado. O problema com uma tentativa de usar a energia de uma forma negativa é que ela se vai voltar imediatamente contra o seu autor. Por qualquer motivo, o mundo parece estar configurado de tal maneira que a pessoa tende a receber rapidamente o que está a dar. Afora isso, prejudicar outras pessoas, conscientemente, é a forma mais garantida de diminuir a própria autoestima. Para qualquer pessoa que queira tentar descarregar o seu ódio dessa maneira, eu só posso sugerir que ele ou ela encontrará algumas maneiras mais saudáveis de expressarem a sua raiva, que pode ser extremamente poderosa.

Quantum-Touch e outras modalidades

Tem alguma sugestão quanto à utilização do Quantum-Touch em conjunto com outras técnicas de cura, que usam a imposição das mãos?

Ah, sim. Tenho recebido sobre esse assunto, as melhores impressões. Quantum-Touch pode ser usado para trabalhar com, ou aumentar o poder de qualquer outra modalidade de cura que utiliza a imposição das mãos. Eu considero que seja uma terapia transparente, porque é tão facilmente utilizada com outras formas de prática. Se estiver a praticar Reiki, basta fazer Quantum-Touch durante as sessões de Reiki. Para os praticantes de shiatsu, ou acupressão, basta executar a energia para fora dos seus polegares ou dos dedos como normalmente faz na prática do seu trabalho. Praticantes de massagem descobriram que é preciso uma boa dose de concentração para poder executar a energia durante a sessão. Com alguma prática, podem tornar-se hábeis em fazer isso. Disseram-me que os clientes relatam que, após uma sessão de massagem Quantum-Touch, se sentem como se estivessem brilhando. Quiropráticos descobriram que podem usar Quantum-Touch para dar uma "alta velocidade" aos seus ajustes. Terapeutas Sacro Cranianos disseram-me que este trabalho tem transformado a sua prática. A lista continua assim por diante. Essencialmente, Quantum-Touch pode contribuir para a eficácia de muitas outras técnicas.

Qualquer um pode aprender a fazer Quantum-Touch?

As pessoas com deficiências ou cegos ou surdos podem aprender a fazer um trabalho Quantum-Touche?

Ah, sim. Fazer correr a energia depende da intenção, atenção e respiração. Uma pessoa que tem menos distrações provenientes da visão ou do som, até podem manter melhor o seu foco, bem como, e potencialmente, fazer ainda melhor do que os seus homólogos que podem ver ou ouvir.

As crianças podem aprender a fazer Quantum-Touch?

Com certeza. As crianças geralmente não têm problemas de aprendizagem para fazer este trabalho. Se tiverem desejo de fazer o trabalho de cura, elas podem ser tão eficazes como os adultos. Não é incomum haver crianças na minha classe, e, para deleite de seus pais, eles fazem um maravilhoso trabalho de cura.

Num curso que dei, uma mulher levou o seu filho Zack de 11 anos de idade para a aula. Zack teve uma surpresa maravilhosa ao descobrir que ele era capaz de fazer trabalhos de cura tão bem como a adultos, e foi capaz de ajudar sua mãe enquanto ela estava a ser tratada em inúmeros ferimentos de patinagem e desvios posturais. O amor que ele e sua mãe compartilhavam foi uma das coisas mais bonitas que eu já tinha visto.

No caminho de regresso, Zack disse: "Sabe, eu estava desejava secretamente saber se tinha poderes sobre-humanos e agora sinto tudo aquilo que faço." No dia seguinte, na escola, Zack disse ao seu melhor amigo que tinha aprendido a curar as pessoas. O seu amigo disse: "Cura-me." Zack perguntou, ao seu amigo, onde se tinha magoado. O amigo respondeu que não tinha qualquer dor. Zack disse-lhe: "Eu não posso ajudá-lo a menos que sinta alguma dor." Ao ouvir isto, o amigo de Zack bateu com a mão na a mesa com toda a força que pôde. A mão estava inchando e mudando de cor. Zack calmamente pegou na mão e começou a fazer correr energia. Poucos minutos depois, o amigo de Zack, disse: "Oh, isso é mesmo muito agradável!" Logo a seguir, os dois foram jogar.

Tem que se ser intuitivo para se fazer este tipo de trabalho?

Ser intuitivo não é, de modo algum, uma condição prévia para ser bem sucedido, quando se faz Quantum Touch. Enquanto algumas pessoas parecem ter naturalmente um sentido automático para saber, exactamente, onde e como devem colocar as mãos, eu tive de descobrir a melhor das soluções usando a técnica da pergunta muito simples: "onde dói?". A maioria dos grandes resultados, que tenho visto, tem empregado este método tão simples ("low tech") para saber o que fazer.

Os praticantes Quantum-Touch são muito diferentes uns dos outros?

Assim como cada flor é única e bela, cada praticante parece ter uma única e bela energia. Nem todas as energias são iguais. Alguns praticantes parece terem mais habilidade com os ossos quebrados, outros podem fazer melhor com tumores. No meu caso acho que faço especialmente bem os tratamentos com lesão, inflamação, alinhamento estrutural e redução da dor. Outros curadores parece terem mais queda noutras áreas. Acredito, que um dia, teremos maneira de determinar com mais precisão qual a perícia que cada pessoa pode ter quando se trabalha com o Quantum-Touch.

Além disso, acho que nalgum momento, no futuro, veremos que várias pessoas serão capazes de se especializar em áreas como o atendimento ao trauma, doenças cardíacas, cancro, e assim por diante.

Poderia dar algumas dicas sobre como fazer uma sessão de Quantum-Touch?

- Mantenha sempre em acção as técnicas de respiração.
- Mantenha sempre a sua respiração ligada às suas sensações, enquanto aplica a energia. (Esta arte vai tornar-se rapidamente um hábito, como que uma segunda natureza para os profissionais.)
- Fique atento para poder manter a energia tão forte quanto puder.
- Preste muita atenção ao que está a sentir nas mãos e use essas informações de forma adequada.

Eu ainda estou confuso. Como posso estar a fazer um trabalho de Quantum-Touch e não ser um curador?

A nossa linguagem pode ser um tanto confusa nalgumas áreas. A pessoa que faz trabalho Quantum-Touch não é realmente o "curador", embora ele ou ela esteja claramente a trabalhar na cura. Quando fazemos trabalho Quantum-Touch, estamos a criar um campo de energia com as mãos. Com essa energia, criamos um ambiente vibratório para que a outra pessoa trabalhe na obtenção desse nível e poder curar-se a si mesmo. É minha convicção que não estamos realmente a usar a nossa própria energia, quando estamos a trabalhar com outra pessoa, mas sim, a usar a energia do universo mantendo este campo de energia na proximidade. O corpo do receptor percebe esse campo de energia, e, através do poder de ressonância e arrastamento, as suas células, gradativamente, vão coincidir com a vibração das mãos do que está a fazer de dor. De alguma forma insondável, neste processo, a "inteligência do corpo" e a "inteligência espiritual" vão usar essa nova vibração de modo adequado às necessidades do destinatário, para conseguir a cura.

Capítulo Quatro: Perguntas Frequentes

Da mesma forma que ninguém pode comer ou rir na sua vez, ninguém o pode curar sem a sua intervenção.

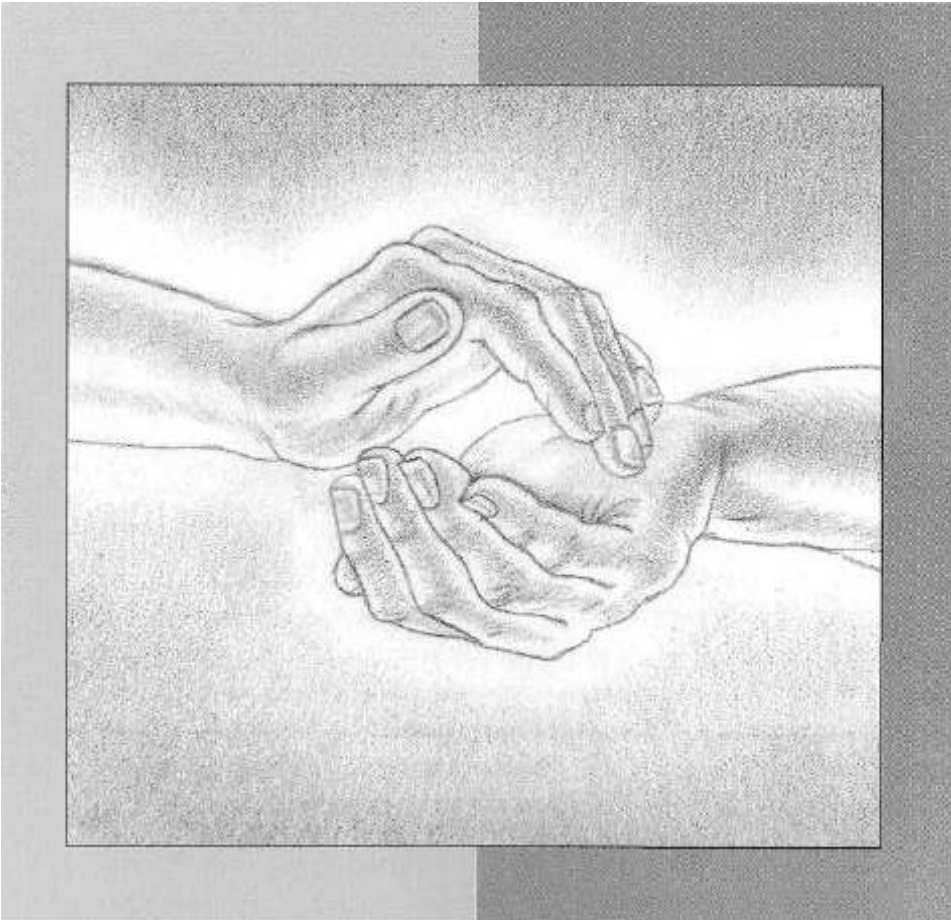
Não importa muito como e quanto trabalho de cura recebe de outras pessoas. Tenha em mente que é o seu corpo e só o seu corpo que está fazendo a cura. Resumindo, o corpo cura-se a si mesmo. Na minha opinião, quem diz que pode curá-lo, não entende o mecanismo de cura.

A pessoa, que está a fazer o trabalho da "cura", está ali para criar o ambiente, para que a cura ocorra, nem mais nem menos. Então, quando eu digo às pessoas, que minha profissão é a de um curador, eu estou a usar um jargão comum. Poucas pessoas me entenderiam se eu dissesse que eu mantenho uma ressonância, para que as pessoas possam harmonicamente arrastar a minha vibração para se curarem a si mesmos.



Capítulo Quatro: Perguntas Frequentes

FIM





PARTE II

T
É
C
N
I
C
A
S



http://olhoqtudoquerver.blogspot.com/2010_04_01_archive.html

Chapter 5

Intermediate Techniques

The life-force is an energy that surrounds and penetrates all living things. Perhaps the same can be said of love. The intimate connection between the life-force and our love is one of the great and persisting mysteries.

Capítulo 5

Técnicas Intermédias

A força vital é uma energia que envolve e penetra todas as coisas vivas. Talvez o mesmo se possa dizer do amor. A conexão íntima entre a força da vida e o amor é um dos mistérios maiores e mais persistentes.

Se já foi capaz de fazer os exercícios de respiração e de energia descritos no capítulo 3, já aprendeu as habilidades básicas para ser um praticante de cura com raros poderes. A maneira mais fácil de saber se isso é verdade é fazer esse trabalho com pessoas que estejam com problemas de dor.

Agora, está pronto para começar a aprender as técnicas intermediárias. Estas habilidades vão fortalecer ainda mais as técnicas básicas, mas não servem para as substituir. Sugiro que continue a praticar as técnicas de introdução, embora esteja também convencido de que não vai precisar de as praticar muito. Agora, com as técnicas intermédias, estarei a compartilhar consigo algo opcional, no sentido de que alguns profissionais irão gravitar e abraçar algumas dessas técnicas e outros não. Eu espero que encontre as técnicas de que gosta mais, aquelas que funcionam melhor consigo.

Factores de Ressonância

Quando ensino as pessoas a fazer circular a energia, eu pretendo que vejam como é poderosamente fácil efectuar as mudanças. Se tiver praticado as técnicas apresentadas no capítulo 3, já terá descoberto isso por si mesmo. Agora é o momento oportuno para pensar naquilo que chamo "factores de ressonância" na gestão da energia. Estes factores de ressonância são habilidades que se podem fazer para aumentar a sua ressonância e aprimorar a qualidade e a força do seu trabalho de cura. Gosto de apresentar estes factores, neste momento, porque podem reforçar o que já se aprendeu, e porque podem tornar ainda mais poderosas as sessões de cura. Leve o seu tempo a pensar se realmente quer trabalhar com estes factores de ressonância e procure utilizar as que lhe podem servir para aumentar a eficácia das suas sessões de cura.

1. Execute os exercícios da circulação da energia – Treine as varreduras de corpo inteiro e as outras técnicas corporais orientadas para intensificar a sensação do seu próprio corpo físico e tente dirigir essa energia para as suas mãos... Estes são os componentes essenciais do Quantum-Touch. Quanto maior for a sensação de que é capaz de gerar energia no seu corpo através da sua intenção e atenção, maior será a sua capacidade e mais eficaz será o seu trabalho.

2. Use as técnicas de respiração – Use até aquela que pode produzir o “aquecimento de fogo” “como um fole de um ferreiro”. A respiração é uma componente essencial para elevar a ressonância do seu trabalho de cura. Praticar a circulação da energia por si só é um exercício muito valioso, mas, combinando-o com a respiração, torna esta prática muito mais poderosa, do que fazer apenas um ou outro destes exercícios. Em geral, quanto maior for o volume de ar que desloca, mais eficaz será o seu trabalho.

Lembre-se sempre de respirar durante suas sessões. Isso não só aumenta o campo de vibração para permitir a cura, mas é, simultaneamente, a melhor maneira de se proteger da energia negativa da outra pessoa durante a sessão e poderia provocar o seu esgotamento. Procure respirar, fazer respirações profundas, quanto mais ar melhor, mas de maneira a não ficar tonto.

3. Ligue o seu fôlego com a energia – Mais importante do que fazer simplesmente a respiração ou fazer a circulação da energia, o segredo está em ligar as duas. Com a prática, a respiração e as sensações vão ficar completamente ligadas. Quando a respiração e as sensações nas mãos estiverem totalmente em sincronia, será capaz de sentir, como cada respiração, que está a fazer, está a influenciar e muitas vezes a aumentar as sensações nas mãos. É neste momento que vai verificar que está realmente a fazer o trabalho bem feito. Assim como, se soprar as brasas já quentes as pode tornar mais brilhantes, também, quanto mais ar puder mover, mais poderosa será a energia com que está a trabalhar.

4. Lembre-se de sua intenção – A intenção de curar é um aspecto importante do trabalho. Para a maioria das pessoas, este desejo de ajudar o outro na sua cura é algo natural e quase uma resposta instintiva. Quando vemos alguém com alguma dor, sentimos um desejo imediato de ajudar. Essa reação e desejo de ajudar é tudo o que é necessário.

Pode parecer surpreendente, mas uma pessoa pode estar bastante irritada, deprimida, pode até estar a sofrer, ou mesmo sentir-se ultrajada, e mesmo assim, pode fazer um trabalho maravilhoso de "cura". O próprio processo de fazer Quantum-Touch, na maioria dos casos, pode ajudar a equilibrar as suas emoções. A simples intenção de ajudar pode ser suficiente para fazer o trabalho muito bom.

Quando falo de "ter intenção de curar", algumas pessoas começam a duvidar de si mesmas e das suas próprias intenções. A verdade é que o seu desejo de curar já era evidente pelo simples facto de participar nos meus cursos, ou até no interesse que mostra ao dedicar o seu tempo para ler este livro. Você não tem que esperar até atingir a "perfeição" ou ficar em estado de santidade ou de iluminação para se decidir ajudar outras pessoas. Além disso, é importante perceber que a sua intenção realmente transcende seu estado emocional actual. Isto é, o seu desejo de curar é muito mais importante do que as emoções particulares que pode estar a sentir em determinado momento.

5. Escolha sentir amor e gratidão – Como já vimos, basta fazer correr a energia através de seu corpo e ligar esse processo com as técnicas de respiração, para poder desencadear um tremendo poder de cura. Também como, já descrito anteriormente, eu acredito que o amor está na nossa natureza e como o simples acto de assistir a um jogo do seu filho pode levar a criança sentir-se amado, uma vez que o acto de atenção é uma forma de amar. Nós não temos de "tentar" ser amorosos durante uma sessão, porque essa é a nossa natureza. Os cães não tem que tentar ser "caninos", e as árvores não têm que tentar agir de forma mais "vegetal." Os seres humanos são naturalmente criaturas amorosas e, no Quantum-Touch, não é necessário fazer nenhum esforço especial para ser assim. É por isso que basta fazer correr a energia para poder causar profundos e magníficos resultados.

Dito isto, eu vou-lhe dizer que pode fazer um trabalho ainda melhor para você e para a pessoa com quem está a trabalhar, ao escolher, conscientemente, entrar em estados de amor e/ou gratidão. Faça o que fizer, não se force para tentar sentir algo que não sente. Se não sente amor ou gratidão, não se sinta culpado por estar a fazer uma má sessão (porque você, realmente não está). Mas, se for capaz, pode tentar evocar, conscientemente, os seus próprios sentimentos de amor e gratidão. Permita-se desfrutar e sentir o táctil das suas sensações no seu corpo, que o amor ou a gratidão podem fazer com que você sinta. A gratidão ou o amor podem ser dirigidos para qualquer coisa na sua vida. A chave aqui é elevar a sua vibração. Eu acho que se vai sentir muito feliz com os resultados. O amor e a gratidão são o oposto da autopiedade ou autoimportância, que são factores de ressonância que será melhor evitar. Conscientemente, colocando-se num estado de gratidão, pode elevar a sua ressonância e melhorar profundamente o seu trabalho.

6. Manter uma expectativa positiva. – Manter uma expectativa honesta de que o corpo não só se pode curar, mas tem a sabedoria para o fazer, pode elevar e melhorar a sua ressonância. A melhor maneira de enganar a expectativa negativa é a de ser sempre completamente honesto em manter a consciência de onde está e esperar o melhor, com base no seu nível de experiência e confiança. Um bom ponto de partida é dizer para si mesmo: "Eu não sei se é possível curar este caso ou não, mas eu estou disposto a ver o que acontece, e eu sei que o corpo tem um modelo de integridade a que pode ter acesso." Você não tem que saber como isso será possível, basta estar aberto ao facto de que isso pode ser verdade. Ao fazê-lo, tenha em mente que o corpo tem uma sabedoria e uma capacidade de se curar a si mesmo, que ultrapassa a compreensão humana. Manter a crença de que é possível que os milagres podem acontecer, abre janelas de possibilidades. Como a intenção e atenção são necessários para fazer circular a energia, a expectativa é um potente e valioso factor, no aumento da sua vibração. Muitos dos maiores curadores, que conheci, têm mantido uma crença e uma expectativa muito firme de que as curas incríveis acontecem com bastante frequência e abordam as suas sessões, com um alegre sentimento de expectativa positiva.

7. Peça ajuda – Aquelas pessoas que operam com um sistema de crenças espirituais consideram que só podem fazer as coisas melhor, se tiverem a ajuda de um poder superior, que percebem que existe. Sinceramente, pedir ajuda é uma ótima decisão. Aqui fica uma grande dica: Quando pedir ajuda, procure sentir as sensações palpáveis da ajuda que está a receber. (Pedi... recebe.)

8. Dê o seu melhor – Quando está a dar uma sessão, se se empenhar a 100 por cento, os resultados vão ser muito melhores. Dar tudo pode significar abrir mão de quaisquer outros pensamentos, concentrando-se na sua respiração e ligando as sensações às suas mãos, abstraindo-se completamente, perdendo mesmo a noção do tempo e do espaço. Às vezes, quando dá tudo, pode sentir-se como se desaparecesse no processo - isto é, parece que sai do caminho e deixa a energia fazer o seu trabalho.

Dar tudo pode ser sentido como trabalhar tão empenhado quanto puder, mas associado a um estado o mais relaxado possível. Não há necessidade de ficar tenso tanto no seu corpo, como nas mãos, ou em relação a esta matéria, ou na sua mente.

9. Deixe de criar apego aos resultados - Como se lembra, lembrei-lhe que a definição de um grande curador é alguém que estava muito doente e, de repente, ficou bem. Se pensar bem sobre isto, torna-se claro que o "curador" é um verdadeiro facilitador de cura. Quando está a aplicar o Quantum-Touch, realmente, você não cura ninguém. O que está a fazer é criar um campo de vibração para permitir elevar a vibração do seu corpo, através do poder de ressonância e arrastamento. Quando faz o Quantum-Touch, não é sua a responsabilidade que a pessoa com quem está a trabalhar, possa ser realmente curada, uma vez que você não pode realmente curar alguém a não ser a si mesmo. No entanto, a sua responsabilidade é a de manter a vibração tão alta quanto puder, por quanto tempo for necessário, a fim de poder proporcionar o melhor trabalho possível. Houve momentos em que, apesar dos meus melhores esforços, não aconteceu nenhum benefício óbvio. Assim como eu realmente não posso garantir aos meus clientes que vão ficar bem, também não posso ficar com a culpa, por eles não ficarem bem. Como alguém que recebe este trabalho depende da sua própria capacidade de receber a energia de cura e de manter essa vibração, nós nem sempre podemos avaliar a eficácia do que estamos a fazer, no momento em que o estamos a fazer. O trabalho do curador é manter a vibração mais elevada que puder, durante o período do tratamento. Às vezes, existem factores estranhos à nossa vontade, até insondáveis, que podem impedir a cura num determinado momento.

A sua energia pode não ser a energia específica que aquelas pessoas precisavam naquele momento.

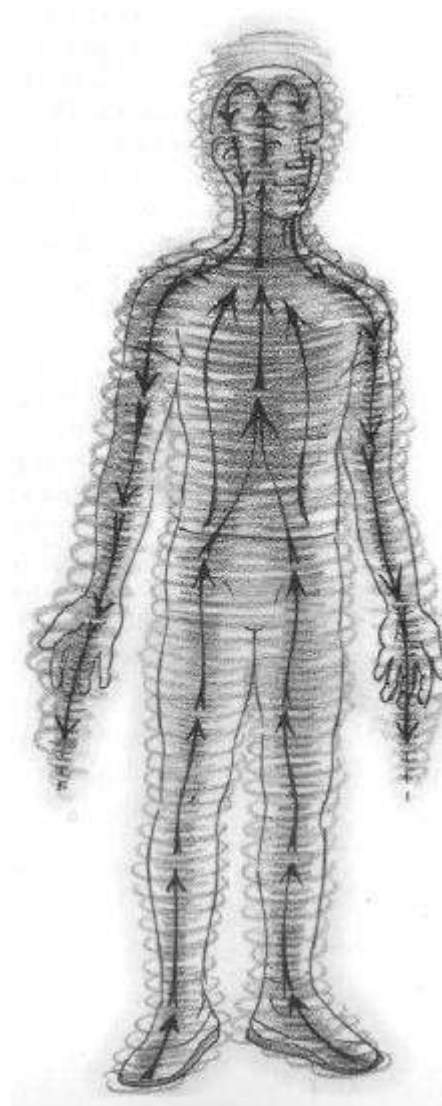
Às vezes, uma pessoa pode não estar pronta para ser curada: pode haver algum factor emocional ou lições que precisamos de aprender ou ainda outros factores. Alguns destes factores podem ser entendidos, e outros podem estar além da nossa compreensão. O ponto é que nós não temos obrigação nos julgar como bom ou mau, ou ficar vinculados ao resultado de uma sessão. Aquele que faz de facilitador pode esperar o melhor e até mesmo tentar o melhor, mas tem de se sentir seguro na fixação da sua própria ressonância para perceber que, em última instância, a cura não é da sua responsabilidade. Vocês estão apenas agindo como um catalisador, para permitir que os seus clientes se possam curar.

10. Confiança – Confiar em si pode ter um efeito maravilhoso para manter alta a sua ressonância. Essa confiança pode ter um número variado de aspectos: pode confiar que seu amor é bom o suficiente, e que a sua capacidade de fazer elevar a ressonância da energia é também boa o suficiente. Pode confiar que, tudo o que acontece durante uma sessão, é o melhor, e pode haver uma intensa libertação emocional ou algum tipo de alívio físico notável, mesmo dramático. Finalmente, pode simplesmente confiar no processo – pelo que parece. Se parece que os sintomas estão a piorar, mesmo assim, tente manter uma atitude calma e continuar a exercitar a energia tranquilizadora com as suas mãos, até que a dor siga o seu curso. Dedique tempo e aplique conscientemente os factores de ressonância como a de continuar a dar sessões de Quantum-Touch. Isso pode exigir um pouco de esforço, mas os resultados vão valer a pena. Os factores de ressonância podem ser muito mais do que uma lista que se leia rapidamente. Dê-se algum tempo para continuar a trabalhar com cada um dos factores e observe o impacto que as sensações produzem nas suas mãos. Verifique os factores de ressonância de um modo tão real quanto puder e verá uma grande melhoria no seu trabalho de cura.

Exercícios Intermédios para exercitar Energia

Criar um vórtice de energia

A energia não se move em linha recta. Dos electrões aos planetas de galáxias inteiras, tudo está em movimento, girando. Em termos da física moderna, numa simples bola de futebol, uma costura especial ou alguns cortes em espiral, podem dar um efeito mais eficiente através do ar devido à sua rotação em espiral. As balas de uma arma com estrias e o seu movimento giratório vai ajudá-las a acertar mais certas no alvo e com uma melhor penetração. Quando se começa a fazer activar a energia, estão-se a elevar as vibrações e as potencialidades para a energia penetrar. Quando executa a energia através do seu organismo que varre todo o corpo, tente girar no sentido horário ou anti-horário ao longo de todo o corpo. (A direcção não é o problema). Quer esteja sentado ou em pé, procure sentir a sensação de energia girando nas suas pernas, ou girando através de seu tronco, na sua cabeça, ou nos seus braços e nas suas mãos. Quando sentir que a energia está nas suas mãos, faça-a girar nas palmas das mãos.



Esta técnica requer uma boa dose de prática, mas vale bem a pena o tempo que passar no desenvolvimento desta habilidade. Com paciência será capaz de sentir a presença de uma grande quantidade de energia a actuar poderosamente todo no seu corpo, em qualquer momento que escolher.

Lembre-se, a chave aqui é usar a imaginação e a intenção para a fazer acontecer em si mesmo e para sentir a sensação da energia de um modo palpável. Quanto mais sensação sentir, mais eficaz será. Basta imaginar a energia, mas não tanto que possa trazer essa sensação táctil para o trabalho que está a fazer.

Trabalhando com Chakras e cores

Antes de me ter encontrado com Rosalyn Bruyere, uma curadora muito respeitada, tinham-me dito que ela podia ver energia, ver as auras das pessoas. Apesar de sua excelente reputação, eu estava muito céptico em relação à possibilidade de alguém poder reivindicar que era capaz de ver a energia, e eu tinha preparado um pequeno teste, para descobrir se era verdade. Até esta altura, o meu teste tinha falhado com toda a gente. O meu teste consistia em fazer fluir a energia de uma mão, tão forte quanto podia e, em seguida, casualmente, pedir subitamente às pessoas para me dizerem o que tinham visto. Então, quando tive a oportunidade, eu criei uma carga muito forte na minha mão e perguntei a Rosalyn para dar uma olhada na energia na minha mão. Rosalyn olhou-me nos olhos e perguntou-me: "Porque é que você está a criar toda essa energia toda que atravessa a sua mão?" Eu disse-lhe que queria, simplesmente, saber se ela podia realmente ver a energia. Ela riu e disse: "Eu vejo a energia muito claramente, muito obrigado." Percebi a mensagem.

Rosalyn, mais tarde passou a explicar nos seus cursos, que, quando você coloca a sua atenção nos seus centros de energia, conhecidos como chakras, a energia que sai deles, aparece nas mãos com a cor do chakra a que estiver a dar a sua atenção. Mais uma vez eu testei isso. "De que cor vê em minhas mãos agora?", perguntei eu, enquanto mantinha a minha atenção no meu terceiro chakra. Sem hesitar ela disse, "Amarelo". Dois segundos depois eu perguntei novamente enquanto centrava a minha atenção no quinto chakra, "De que cor vê agora?" Imediatamente ela disse: "Azul". OK, e que cor você vê agora? Ela disse: "Verde".

Dei conta que ela estava a ficar um tanto entediada com o jogo, mas eu confirmei, primeiro que ela podia realmente ver a energia e, segundo, que centrando a sua atenção sobre as mudanças a cor da energia nos chakras, a vibração chega às suas mãos.

Exercitando a energia através de um determinado chakra, o terapeuta individualmente, pode aumentar a vibração que está a projectar através das mãos. Ao invés de tentar ser física ou intelectualmente brilhante, a fim de descobrir exactamente qual a cor que qualquer parte do corpo necessita, o terapeuta pode projectar, através das mãos, um espectro com um arco-íris inteiro de cores e deixar o corpo decidir qual a cor que necessita e, assim, optar por se retirar do processo. É o que eu gosto de pensar como uma abordagem "multivitamínica" para a cura. Basta lançar um feixe com todas as cores e deixar o corpo decidir sobre as suas reais necessidades. Como as plantas não se dão bem com uma única frequência de luz, também parece razoável, que o corpo não se sentirá bem com uma única frequência de energia. Em ambas as circunstâncias, com as plantas e com pessoas, eu acredito que um espectro completo é o mais adequado.

Técnica do espectro total dos Chakras

Aprendi uma variação desta técnica de meditação dada por um mestre espiritual chamado Lazaris, para trabalhar com os chakras e se adaptaram aos fins de cura.

Primeiro Chakra

Coloque toda sua atenção na base da coluna (no final do cóccix e na área do períneo entre os genitais e o ânus) e sinta, aí, uma bola de luz vermelha.

O vermelho é um vermelho brilhante cintilante de fogo. A sensação táctil é muito mais importante do que a visualização.

A visualização é usada, principalmente, para o ajudar a trazer a sensação para o corpo.

Use a técnica de respiração 2-6: inspire contando dois e expire seis, mantendo a sua atenção na área do primeiro chakra. Depois de ter a sensação táctil na região do primeiro chakra, comece a fazer girar a "bola de luz" no sentido horário ou anti-horário, o que vai sentir como uma suave, confortável e fina vibração.

Importante é que a sua intenção seja a de causar um aumento de sensação. Uma vez que a energia segue o pensamento, quanto maior for a sua intenção e atenção, maior será a sensação que vai experimentar.

Dedique alguns minutos para ver o quão forte pode trazer a sensação de energia vermelha para o primeiro chakra.

Segundo Chakra

Coloque toda a sua atenção e intenção na área logo acima dos seus órgãos genitais. Sinta uma bola de luz laranja brilhante, ou como uma laranja, mas brilhante.

Use a respiração 2-6 para enviar energia para o chakra e fazer girar a bola em qualquer direcção que sinta mais confortável. Não importa se é na mesma direcção do primeiro chakra. Gaste alguns minutos a trazer a sensação, tanto quanto puder, para o segundo chakra.

Terceiro Chakra

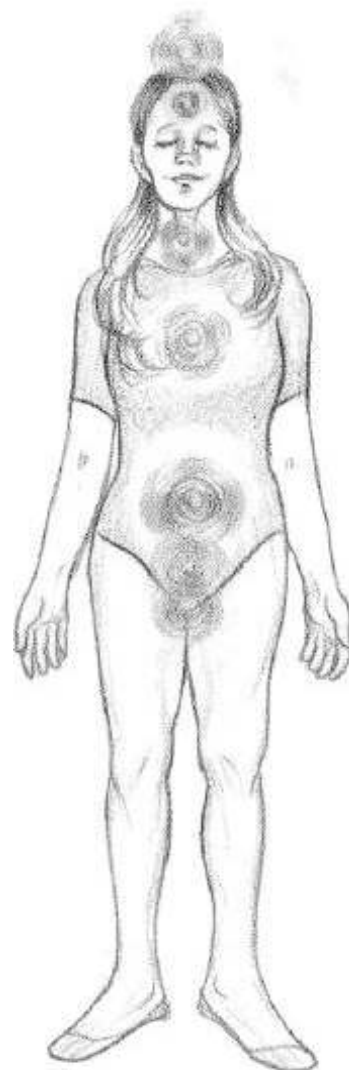
O terceiro chakra está na área do plexo solar, um pouco acima do umbigo, à distância do tamanho da sua mão aberta.

Sinta uma bola de sol brilhante de luz amarela na sua barriga, e sinta-a a girar numa direcção confortável. Dedique alguns minutos a trazer a sensação à sua consciência, tanto quanto possível, e use a respiração 2-6, para trazer mais sensibilidade para esta área.

Quarto Chakra

Coloque agora a atenção na área de seu coração, e sinta uma bola de luz verde-esmeralda brilhante do tamanho de seu punho.

Faça-a girar em qualquer direcção que seja confortável, e use a respiração 2-6 para trazer mais sensação para esta área. Gaste alguns minutos para trazer esta sensação aumentada, para esta área, tanto quanto possível.



Quinto Chakra

Na área da sua garganta, sinta uma pequena bola, mas de uma intensa luz azul celeste, safira.

Faça girar a bola em qualquer direcção que considere ser confortável, e use novamente a respiração 2-6, a fim de trazer mais sensação para esse chakra. Como nas meditações anteriores, passe alguns minutos a trazer uma sensação tão intensa quanto puder, nessa área da garganta.

Sexto Chakra

Na área acima, no centro da testa é a localização do sexto chakra, referido, por vezes, como o terceiro olho. Sinta-se uma pequena bola brilhante de luz anil, índigo (a cor da ametista - um roxo avermelhado) e procure fazê-la girar em qualquer direcção que achar confortável.

Use a respiração 2-6 para aumentar a intensidade da sensação enquanto focar esta área durante alguns minutos.

Sétimo Chakra

Na área da coroa de sua cabeça, sinta uma bola de luz violeta intensa.

Sinta-a girar na direcção mais confortável, usando a respiração 2-6 para trazer mais sensação de energia violeta, de cura, para essa área. Dedique alguns minutos para aumentar a sensação.

Espectro total (Full Spectrum), um chakra de cada vez.

Tente exercitar a energia num chakra da pessoa a curar, de cada vez. Concentre-se no primeiro chakra e faça algumas respirações. Basta fazer girar o chakra e pôr a funcionar a energia através das suas mãos.

Continue esse processo com cada um dos outros chakras.

Tenha certeza de passar por todos os sete chakras, nesta abordagem, para que o corpo possa escolher as energias que pretende utilizar no seu processo de cura.

Numa aula recente, um dos meus alunos estava trabalhar a energia com um amigo através de cada chakra. Quando chegou ao sexto chakra, o amigo disse que se sentia como se estivesse a flutuar. Sem dizer nada, ele tentou fazer correr novamente a energia através dos diferentes chakras dentro dele. Novamente, cada vez que ele fazia correr a energia ao chegar ao sexto chakra, ele sentiu como se estivesse a flutuar.

O Espectro total (Full Spectrum), com todos os chakras.

Imagine uma bola colorida brilhante de luz e cintilante em cada chakra, mas agora tente manter todos os sete chakras girando ao mesmo tempo. Comece com o primeiro, vá para o segundo, terceiro e assim por diante, mas verifique se consegue ter a certeza de que eles se mantêm girando. Enquanto vai seguindo o seu caminho até o sétimo chakra, procure dar um toque em qualquer dos chakras que veja que não está a girar.

Até ao final deste exercício, deve ser capaz de sentir todos os sete chakras girando ao mesmo tempo. Quando estiver a conseguir fazer girar todas as cores, nesse ponto deve obter uma luz branca. Continue usando a respiração de 2-6 para aumentar a sensação e o poder deste exercício.

Como forma de lhe facilitar esta tarefa mágica, imagine que tem uma manivela, (uma "varinha mágica") e ao fazê-la girar, pode conseguir fazer girar todos os sete chakras ao mesmo tempo. Continue a usar a respiração 2-6 para conseguir mantê-los a girar.

Repita o exercício, só que desta vez, como começa a ver a cintilação de cada chakra, imagine que pode ouvi-los girar. Quanto mais rápido giram, maior será a frequência do som.

Desta vez, tente conseguir que todos os sete chakras estejam a girar um por um, e então ouvir cada um deles emitindo um som que se torna cada vez mais alto, à medida que giram mais rapidamente.

Use a imaginação e veja se pode ver faíscas de luz a saltar nos chakras enquanto giram.

Continue usando a respiração 2-6 para aumentar a potência e a sensação deste exercício.

Assim, pode trabalhar maravilhosamente a partir deste ponto já com os sete chakras girando, antes de começar a sessão.

Ocasionalmente, durante a sessão, pode querer dar uma vista de olhos para verificar se está tudo a funcionar.

Tonificação

Tonificar é uma maneira extremamente poderosa para aumentar o impacto nas sessões de cura. Para muitas pessoas, esta torna-se a sua maneira favorita de exercitar a energia. Tonificar (**tonificante – tonifica(n)ção**) significa emitir um som em voz alta ou na mente. Quando está a fazer trabalho de Quantum-Touch, pode amplificar a intensidade do trabalho de tonificação mentalmente ou em voz alta. Fazer este tipo de tonificação em voz alta pode parecer estranho ou socialmente pouco próprio, para muitas pessoas, e pode até assustar outras. É bom saber que a tonificação mental pode funcionar tão bem como fazê-lo em voz alta.

Tente manter a mão solta, leve e comece a fazer correr a energia nessa mão. Depois de conseguir um forte sentimento de energia, tente cantar em voz alta. Preste atenção e observe como a energia mudou na mão. Agora tente uma tonificação com notas diferentes. Pode cantar uma série de notas mais altas e ver qual delas tem a vibração mais forte, nas mãos.

Depois de se acostumar a fazer a tonificação em voz alta, tente fazê-lo em silêncio. Mentalmente, emita o som de várias notas e preste muita atenção às sensações nas mãos. A maioria das pessoas vai notar que, certos tons, mesmo produzidos mentalmente, vão causar mais sensação e certos tons de outras notas, vão produzir menos sensação.

Quando estiver a fazer uma sessão de Quantum-Touch, basta encontrar os tons (quer em voz alta ou mentais) que causam a maior sensação nas mãos e entoá-los durante a exercitação da energia. Pode ajustar os tons, explorando os vários sons de vogais para encontrar qual ou quais têm as maiores qualidades de ressonância.

O problema com a entoação em voz alta, durante uma sessão, é que muitas vezes vai fazer com que a sua respiração diminua, enquanto está a expirar lentamente. Quando desacelera a respiração, tende a diminuir a vibração e torna-se susceptível de receber a energia da pessoa com quem está a trabalhar. A solução para esse problema é usar a técnica do "sopro tom", como veremos a seguir.

Técnica da Tonificação soprada

Enquanto estiver a fazer tonificação, certifique-se que expira todo o ar e conte até quatro ou seis. Esta expiração produz um tom bastante ofegante. Se tentar sussurrar em voz alta, pode ter como que uma noção da sensação de tom ofegante. Pode não parecer muito bom, mas vai manter a sua energia elevada de modo a ser mais eficaz e ficar protegido durante as sessões.

Quando fizer a tonificação, é fundamental manter a respiração tão forte quanto puder, como quando não está a fazer a tonalidade. A respiração impede a correspondência da vibração da pessoa com quem está a trabalhar. Exalando uma grande quantidade de ar, enquanto está a cantar ao mesmo tempo, o som vai impedir que isso aconteça.

Tentar que o cliente eleve a sua própria vibração

Outra forma de elevar a vibração de uma sessão é apelar à pessoa que está a ser trabalhada para ajudar. A maneira mais fácil de o fazer é pedir ao cliente para colocar toda a sua atenção no lugar onde está a ser tocado. Instrua o cliente para prestar atenção que puder e sentir uma sensação muito forte no local onde tem as suas mãos, ou em qualquer outra parte do seu corpo.

A segunda coisa a fazer é manter o cliente a respirar profundamente, como se estivesse a respirar directamente nos lugares em que está a tocar. Ou seja, eles devem sentir como se a respiração estivesse a vir através da área do contacto.

A terceira coisa é que o cliente deve comunicar-lhe qualquer alteração, que sinta na sensação, na área em que estiver a trabalhar ou em qualquer outra parte de seu corpo.

Pode pedir à pessoa que está a ser tratada que faça uma respiração 1-4 ou 2-6.

Use o 1-4 se eles estão a experimentar dor, ou a respiração 2-6, durante o resto da sessão.

Ao colocar a sua atenção na área em que está a ser tocado, o paciente está a trazer a sua própria consciência para esse ponto. Quando traz o poder da respiração para essa área, está a aumentar ainda mais a vibração, e o facilitador vai sentir um aumento de sensações nas suas mãos. Outra maneira de fazer isso é pedir ao seu cliente para fazer corresponder o seu padrão de respiração com o seu, e assim a sua respiração fica sincronizada. Isso pode ser bastante importante e os resultados falarão por si próprios.

Empilhamento de Mãos e Sessões em Grupo

Os resultados das sessões em grupo podem ser exponencialmente mais poderosos do que a de uma única pessoa a trabalhar sozinha. Às vezes, quando estou a fazer demonstração do meu trabalho perante um grande público, pode acontecer que esteja a trabalhar com alguém que parece não estar a responder à energia.

Quando isso ocorre, eu decido enviar essa pessoa para ser trabalhada com um par ou grupo de alunos que geralmente, será capaz de fazer o que eu não podia.

Quando uma pessoa coloca as suas mãos em concha numa área que precisa de cura, elas estão a estabelecer uma poderosa ressonância entre as mãos e a área

da dor. No entanto, se duas pessoas trabalharem em alguém, em vez de construírem uma ressonância entre si e a pessoa com dor, os terapeutas estão a construir uma ressonância uns com os outros. Essa nova ressonância é extraordinária e, muitas vezes, é uma forma exponencialmente mais poderosa do que trabalhar sozinho.



Eu realmente gosto de trabalhar em grupo – talvez seja por ser preguiçoso, ou talvez porque gosto de ser eficaz. Em qualquer caso, quando tem um amigo ou cliente que parece não estar a responder, pode tentar fazer uma sessão de grupo. Realmente algo mágico acontece, quando dois ou mais estiverem reunidos.

Existe uma maneira poderosa para duas pessoas a trabalharem juntas - nós chamamos a isto o **Clube Sanduíche** (Concha). Os dois profissionais vão trabalhar com as mãos em sanduíche (concha) na área que se deseja. Cada praticante terá uma mão sobre o cliente e uma mão sobre a mão do outro praticante.

Lembro-me, quando o meu amigo Paulo me chamou e me disse que seu amigo Rick tinha caído de um andaime, numa altura de dezassete metros.

Capítulo Cinco: Técnicas Intermédias

Uma de suas costelas perfurou um pulmão, e os médicos tiveram que bombear cinco litros de sangue do seu pulmão direito para salvar a sua vida. Quando Rick saiu do hospital, cerca de uma semana após o acidente, mal era capaz de andar, e não era capaz de virar ou dobrar seu corpo. A sua respiração era extremamente dolorosa e superficial no seu pulmão direito.

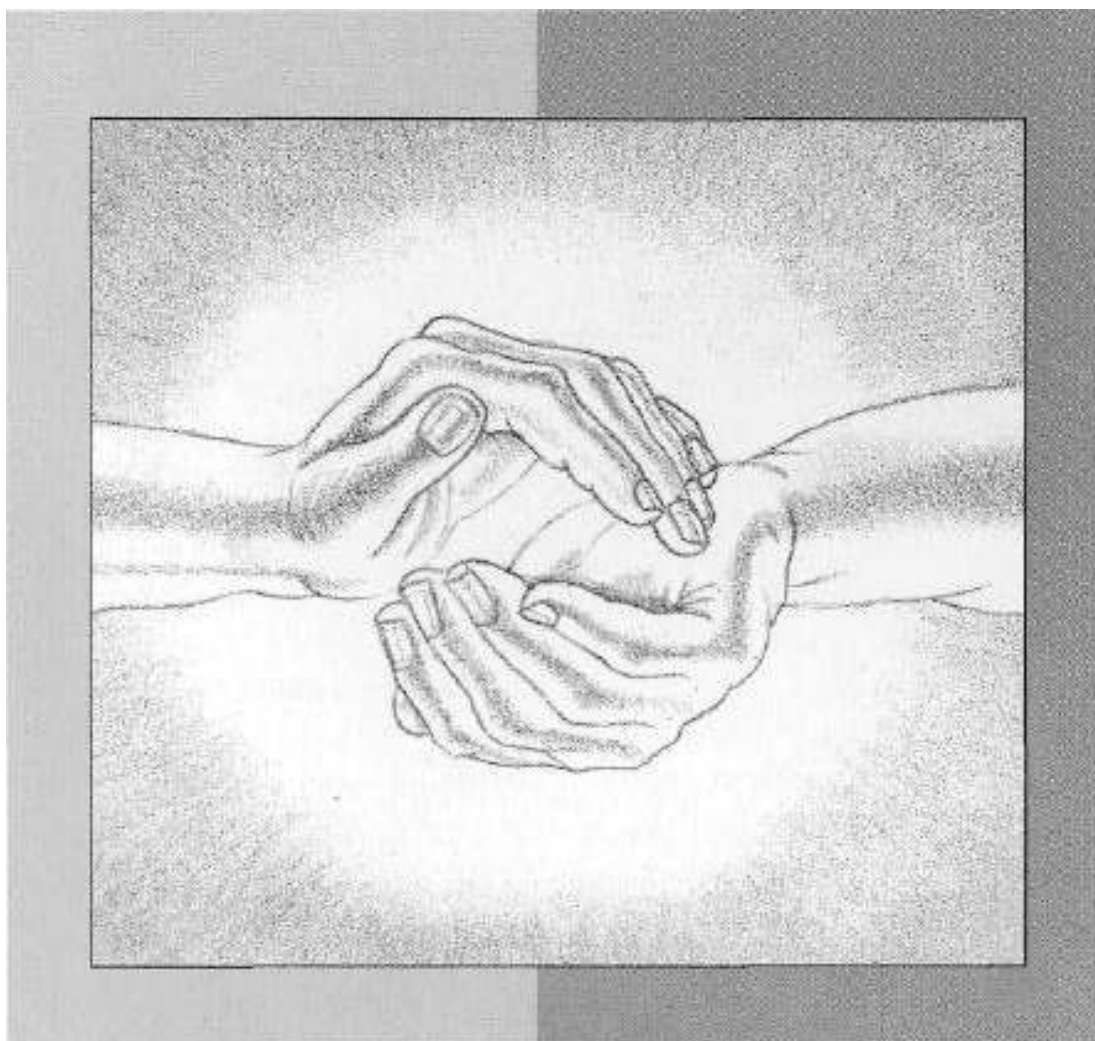
Uma vez que Paulo tinha acabado um curso de Quantum-Touch, cerca de uma semana antes do acidente, resolvi fazer uma sessão com a sua ajuda. A fim de aumentar o poder da sessão, foi utilizada uma técnica do **empilhamento de mãos**.

Eu coloquei uma mão sobre o peito de Rick e Paulo colocou uma mão nas costas de Rick na direcção da minha mão. Eu coloquei a outra mão em cima da mão de Paul, e ele colocou a outra mão em cima da minha mão. Então cada um de nós tinha uma mão directamente sobre Rick, e o Paulo tinha uma mão em cima da minha e eu tinha um em cima da sua.

Desta forma, Paul e eu criámos uma nova e muito poderosa ressonância que poderia ser usada por Rick para se poder curar a si mesmo. À medida que a sessão avançava, Rick começou a gemer e flectir o torso. Eu brinquei com Rick, e dei-lhe a entender, que, o que estava a sentir, era como se estivesse a ter uma sessão de sexo, em grande. Ele riu-se, o que lhe causou alguma dor e disse: "Isto é muito melhor do que sexo." Enquanto nós continuávamos a trabalhar, a sua respiração tornou-se muito mais aberta e livre. Passada cerca de uma hora, ele já era capaz de se dobrar e torcer o tronco livremente, quando antes era tremendamente difícil. No dia seguinte, quando Rick voltou ao seu médico, este ficou muito espantado porque Rick tinha recuperado 60 por cento da utilização do pulmão direito. O médico perguntou se Rick tinha feito os exercícios de tosse que lhe tinha prescrito. Rick disse que não, mas que uns amigos tinham feito exercícios de circulação de energia no seu pulmão. O médico disse algo muito pouco interessante. Disse: "Eu não quero ouvir nada sobre isso." Rick, então, perguntou-lhe se a medicina era uma ciência empírica, ou uma religião dogmática. O médico ponderou por um momento e repetiu aquelas palavras atenciosas e memoráveis: "Não quero ouvir nada sobre isso."

Convido-o a explorar esta área do trabalho. Sempre que puder dar uma sessão com outro praticante de Quantum-Touch treinado, é uma ótima maneira de aumentar a eficácia das suas sessões de Quantum-Touch, e é muito mais divertido. A diversão, também é uma boa CURA!!!

FIM





Capítulo Seis

Técnicas Avançadas



T
É
C
N
I
C
A
S

A
V
A
N
Ç
A
D
A
S

A profundidade, saber, poder e brilho do seu amor,
não é apenas mais do que você sabe,
é mais do que você jamais poderia imaginar.

Capítulo Seis: Técnicas Avançadas

Recomendo que desenvolva uma base sólida de habilidades e confiança com as técnicas iniciais e intermédias antes de trabalhar com as técnicas avançadas. Como vai ver, não é necessário que use todas as técnicas intermédias, no entanto, é essencial que desenvolva a habilidade em utilizar as técnicas iniciais, pois são elas que se tornam uma base fundamental para as outras. As técnicas intermédias e avançadas podem aumentar a força do seu trabalho de cura. As técnicas avançadas geralmente requerem habilidades que são aprendidas naturalmente, depois de ter obtido sucesso em usar as técnicas iniciais e as intermédias. Recomendo fortemente que use, primeiro, as técnicas iniciais e intermédias durante cerca de vinte a cinquenta horas, antes de tentar as mais avançadas. Também quero que saiba que existem muitos curadores extraordinários que usam simplesmente as técnicas iniciais e com resultados incrivelmente maravilhosos.

O mais importante não é quantas dessas técnicas sabe, mas sim o que pratica e a habilidade que consegue atingir.

Quando dou seminários de Quantum-Touch, é muito emocionante chegar a essa parte do curso. Na altura de começar a aprender as técnicas avançadas, o nível de entusiasmo na sala aumenta, e ouvimos muitas pessoas falarem de curas extraordinárias que tenham feito ou em que tenham participado.

Os exercícios e técnicas "avançadas" são construídos sobre uma base de competências adquiridas na base das técnicas e dos exercícios básicos e intermédios que foram realizados. Exorto-vos a desenvolver uma base sólida de habilidades antes de começar a trabalhar com estes exercícios. Estas técnicas, geralmente, são mais potentes do que as básicas e intermédias, mas requerem o aumento dos níveis de habilidade ou a confiança que só pode ser obtido através da experiência.

A Técnica "que é que você mais ama" (Também conhecido como o "Técnica Julius")

Esta é uma das mais fáceis técnicas naturais. Durante muitos anos, eu, várias vezes, ouvi histórias de pessoas sem nenhum treino formal em cura com imposição das mãos, que, de repente, se sentiram inspiradas a fazer este trabalho e surpreenderam com a obtenção de resultados tremendamente bem sucedidos.



Mais tarde, quando eles tentaram fazer isso novamente, eles não tinham ideia do que tinha acontecido, ou de como tinham feito aquilo. Na minha opinião, a técnica de "o que é que mais ama" foi provavelmente o segredo do seu sucesso singular.

Quando alguém se liga às profundezas do seu amor, essa pessoa muda a vibração das suas mãos. A minha amiga Billie, em determinada altura da sua vida, tinha uma ligação especial com os seus dez gatos. Todos os gatos eram especiais, mas, como ela dizia, o mais maravilhoso, entre esses companheiros amorosos, era um de seus gatos, que fazia "bolha" no seu coração.

Este gato, chamado Júlio, tinha a capacidade de mostrar um olhar requintado de adoração que é bastante surpreendente (ver foto).

Billie aprendeu a utilizar o amor que ela sentia por este gato especial para rentabilizar as suas sessões de cura, e você pode fazer o mesmo.

Gratidão, alegria e amor são contagiosas.

Eu coloco essa técnica na secção avançada do livro, não porque seja difícil, mas porque eu queria que estivessem completamente certos e soubessem que não têm que usar esta técnica para obter resultados maravilhosos. Quando alguns dos meus alunos tentaram obrigar-se a utilizar esta técnica, tudo o que conseguiram foi sentirem-se bastante desconfortáveis, nos seus esforços. O segredo para usar a **técnica de "o que é que você mais ama"** é usá-la só quando isso não requer nenhum esforço especial para mudar o seu humor.

O seu amor pode ser aproveitado para se tornar uma grande força de cura maravilhosa.

1. Procure lembrar-se e reviver alguém ou alguma coisa na sua vida que fez com que tenha sentido uma tremenda sensação de amor, gratidão, felicidade ou alegria. Basta abrir as suas emoções para pensar na pessoa, situação, animal, vegetal, ou seja lá o que for, que inspiraram a sua paixão.

2. Deixe essa emoção encher seu corpo com uma sensação tátil tanto quanto possível. Preste atenção ao seu corpo, quando está a sentir a emoção. Por exemplo, se sentir o amor no seu peito, sinta-o ali com a sensação tão forte quanto puder e deixe-a espalhar através de todo o seu corpo.

3. Tente exercitar as sensações tácteis do seu amor, alegria, felicidade, ou a gratidão, na sua mão e combiná-las com as técnicas da respiração. É tão simples como isso. Basta usar a intenção de mover a sensação tátil da emoção através de seu corpo e em seguida, passá-la para as mãos.

Também pode usar qualquer outra emoção extremamente positiva no lugar do amor. Pode usar também outras emoções com grande vantagem, como o entusiasmo, a alegria, a admiração, ou a inspiração.

Por favor, não tente forçar-se para sentir emoções positivas, uma vez que estas não são, por si só, eficazes ou até divertidas. Use as emoções que sente com facilidade, e use só essa técnica se estiver em disposto a fazê-lo.

O Sopro oblíquo (inclinado?) (de feição) (suave) (Slope)

Eu descobri o fôlego inclinado porque, durante vinte anos, dei conta que o fazia, naturalmente e o fazia, automaticamente. Isso requer um nível de habilidade que muitos principiantes podem achar difícil.

Respire com 1-4 ou 2-6, e quando tiver terminado a inalação, deixe correr o ar no início da expiração muito lentamente. Enquanto continuam a expirar, gradualmente, acelere a expiração até acabar de exalar o ar com a contagem de quatro ou seis, dependendo da respiração que estiver a fazer. A exalação torna-se mais rápida, cada vez mais rápida, com mais ar. Esta expiração é como se estivesse a escorregar por um declive abaixo. A expiração vai aumentando de velocidade à medida que vai descendo.

O truque, para utilizar esta técnica, é também dar uma atenção especial às sensações que está a experimentar nas suas mãos. Precisa de sentir que as sensações nas mãos ficam cada vez mais fortes enquanto, na exalação, o ar vai aumentando. Uma imagem para ajudar a visualizar o que estou a descrever é imaginar que está a soprar uma brasa. Quanto mais aumentar a expiração do ar, mais brilhante e vivo se torna o carvão incandescente.

Eu coloco esta técnica, na secção avançada, pois será necessário ser claramente capaz de sentir a intensidade crescente da sensação nas mãos, durante a exalação. Certifique-se de respirar em pleno e não exalar mais do que a contagem de seis.

Tonificação Harmónica

Para aqueles que gostam de usar tonificante, a tonificação harmónica é uma ótima maneira de ampliar o poder das suas sessões de Quantum-Touch. Tal como acontece com outras tonificação no Quantum-Touch, certifique-se que completa as exalações, em não mais do que o número de seis. Com a tonificação harmónica, pode, mentalmente, entoar mais do que uma nota de cada vez, para criar harmonias. Experimente com vários tons e sons de vogais para encontrar os tons que têm o maior grau de sensibilidade nas suas mãos.

Outra variação desta técnica é conseguir, mentalmente, entoar uma nota e depois elevar para o tom superior, cada vez mais, até ao cimo da audição mais ampla. (Uma oitava superior?) Não se surpreenda se não puder mais. Imagine ouvir isso, pois essa é a ideia. Em seguida, eleve mais dois outros tons acima dessa oitava superior e, claro, também essas estarão em harmonia com a primeira nota. Então, agora, tem três tons, que estão todos em harmonia uns com os outros, em toda a gama de audição. Enquanto faz isso, imagine a saúde e o bem-estar da pessoa com quem está a trabalhar. Imagine que existe uma perfeição, que se está a expressar nas suas vidas. Mesmo que não possa saber qual é essa perfeição, ela, no entanto, está a expressar-se. Então, mantenha-se neste devaneio (nonstressful), muito agradável e procure não se perder e manter a tonificação. É como se estivesse a ter um sonho maravilhoso.

O Funil – cornucópia – o torvelinho do furacão

Esta é uma variação da vibração da energia. Imagine um ciclone de energia acima da sua cabeça. A ponta do furacão, em funil, entra na sua cabeça e percorre todo o seu corpo, trazendo-lhe uma tremenda fonte de energia. A coisa mais importante – a única coisa que importa aqui – é que pode sentir esse torvelinho como uma sensação táctil no seu corpo. Imaginar simplesmente esse funil, não é suficiente aqui – tem que ser algo que pode realmente sentir no seu corpo, para que esta técnica seja totalmente eficaz.

Sinta a espiral de energia girando através de si, enquanto estiver a exercitar a energia. Esta técnica pode realmente amplificar a energia das suas sessões de cura. Como todas técnicas de visualização, no trabalho Quantum-Touch, a única coisa verdadeiramente importante não é o que você pode ver, mas sim as fortes sensações tácteis, que você pode ter no corpo e nas mãos, como resultado da visualização. Lembre-se, tudo está na sensação.

Flores

Esta é uma técnica linda, que envolve a alteração de própria vibração usando olfacto. Isso é apenas uma maneira extravagante de exprimir o seu sentido de cheiro. Muitas pessoas vão achar esta técnica maravilhosa que pode fazer maravilhas.



Imagine que está a cheirar uma rosa, ou qualquer outra flor de que gosta. Inspirar profundamente esse perfume e, na expiração, dirija essa energia para as suas mãos. Preste atenção à forma como a vibração muda nas suas mãos quando faz este agradável exercício. Além disso, provavelmente, poderá notar como, basta apenas o acto de cheirar as flores, para dar conta de uma mudança na vibração, sensação e atitudes no seu próprio corpo. Experimente com as suas flores favoritas. Eu, gosto particularmente, do jasmim, das rosas e gardénias.

Pode notar que certas pessoas reagem mais a uma flor do que a outras. Pode querer imaginar que está a inalar um belo ramo de flores. Se tem flores perto de si, pode, periodicamente, inspirar profundamente para melhor se lembrar-se do seu cheiro.

A chave para esta abordagem é deixar-se envolver profundamente pelo cheiro do dessa flor, o suficiente para lhe causar sensações em todo o corpo, e então, dirija essas sensações para as suas mãos, para fazer o trabalho de cura.

Trabalhando com os chakras de oito a doze

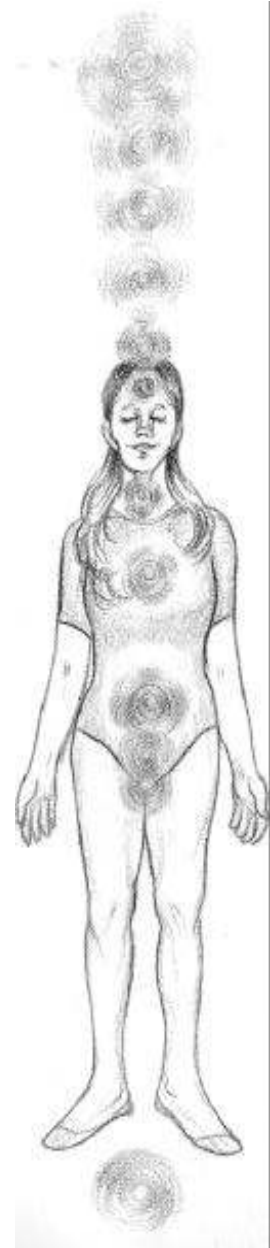
Muitas pessoas têm ouvido falar e trabalham com os sete principais chakras do corpo. Menos conhecidos são os chakras que sobem de oito a doze, o que eu vim aprender com Lazaris. Se gostou da técnica com os chakras, no capítulo cinco, acho que vai realmente gostar de trabalhar com esses outros chakras. Agora que já se tornou hábil em conseguir a maneira de manter a girar os sete chakras, pode elevar ainda mais, a energia das suas sessões de Quantum-Touch, aprendendo a trabalhar com os chakras, desde o oitavo ao décimo segundo.

Use a mesma técnica de meditação que utilizou para pôr a girar cada um dos chakras, um por um, e para dirigir essa energia para as suas mãos.

Muitas pessoas já me disseram que a utilização do oitavo ao décimo segundo chakra, lhes abriu um maior sentido de conexão espiritual durante as sessões, e, às vezes, lhes trouxe um incrível aumento do nível de sucesso. Lembre-se de usar uma das técnicas de respiração durante o exercício.

Oitavo Chakra

Simbolicamente, o oitavo chakra representa realidades prováveis no plano astral e pode ser contactado abaixo dos pés. Imagine uma bola de chamas de luz branca brilhante, cerca de oito ou dez centímetros abaixo dos pés. Pôr essa bola a girar em qualquer direcção é muito bom. O importante não é só imaginar que essa bola de luz está a girar, mas que está realmente a sentir alguma sensação física como a de uma roda a girar.



Nono Chakra

Simbolicamente, o nono chakra representa realidades possíveis, bem como a casa dos seus maiores e está localizada acima da coroa da cabeça. Imagine uma bola de chamas de luz branca e brilhante a cerca de oito ou dez centímetros acima da sua cabeça. Ponha essa bola a girar em qualquer direcção em que se sinta bem. Não basta imaginar que ela está a girar, mas se sente a sensação física dessa rotação.

Décimo, décimo primeiro, e décimo segundo Chakra

Simbolicamente, o décimo chakra representa o que é verdadeiramente real, além da ilusão que nós podemos experimentar. O décimo primeiro chakra representa a alma e o espírito. O décimo segundo chakra representa a sua relação pessoal com Deus, o Universo, Deusa, Tudo O Que É, Grande Espírito, seja qual for o nome que escolhe para designar essa Entidade.

O décimo chakra está localizado cerca de oito centímetros acima do nono chakra. Repita o exercício de o fazer girar em várias direcções como na descrição nono chakra.

O décimo primeiro está a cerca de oito ou dez centímetros acima do décimo.

O duodécimo está colocado a oito ou dez centímetros acima do décimo primeiro.

Siga o mesmo procedimento para os conseguir pôr agir ao usar as suas técnicas de respiração.

Depois de ter experimentado a rotação dos chakras que vão de oito a doze, existem duas abordagens simples para trabalhar com os chakras. A primeira abordagem é trabalhar os chakras de um a doze e dirigir a energia para as suas mãos, com cada chacra.

Demore mais algum tempo, quando encontrar um que o faça sentir mais vivas as sensações nas suas mãos. Esta é uma indicação de que ALI existe uma maior ressonância.

A segunda abordagem é um pouco mais desafiadora. Esta é fazer com que todos os doze chakras se ponham a girar ao mesmo tempo e depois dirigir a energia para as suas mãos. Quanto mais for capaz de trazer as fortes sensações tácteis para as mãos, como resultado da rotação dos chakras, tanto mais eficaz será o funcionamento da técnica.

Algumas pessoas descobriram que, se puserem, simplesmente o décimo segundo chakra a girar bem, ele pode levar todos os outros a começarem a girar também.

A menos que você saiba fazer melhor, sugiro que exercite a energia de todos os chakras. Pode fazer girar um de cada vez ou todos de seguida, dirigindo a energia para as suas mãos.

Pedindo ajuda

Para aqueles que gostam de trabalhar com seu Eu Superior, anjos, guias espirituais ou professores, pedir ajuda a essas entidades, só pode melhorar as coisas durante as sessões. Seguir os sentimentos da sua própria espiritualidade e aumentar a expectativa positiva da ajuda que é recebida, só pode elevar a sua própria vibração, e tornar também as coisas melhores. Para fazer este trabalho ainda mais eficaz, procure sentir nas mãos a vibração de quem pediu ajuda.

Permita-se sentir as sensações tácteis nas mãos e então sentir a gratidão pela ajuda.

Aumentar a expectativa

Em 1980, eu costumava passar horas sentado com Bob Rasmusson, para tentar entender porque que é que ele era capaz de fazer correr a energia muito mais poderosa, do que qualquer outra pessoa. Fazia-lhe todas as perguntas que me ocorriam, para tentar descobrir os seus segredos. Acredito que um desses segredos tinha a ver com a expectativa. Eu escolhi propositadamente colocar esta técnica, neste capítulo, porque tenho visto pessoas abusarem dela para seu próprio prejuízo. Mantendo um alto nível de expectativa sobre o resultado de uma sessão vai aumentar claramente a sua ressonância e pode ser um poderoso factor de êxito no resultado de uma sessão. No entanto, pedir às pessoas para manter um alto nível de expectativa, antes de estarem prontos a fazê-lo, pode colocá-los numa posição de auto dúvida. A propósito de autodúvidas: não é um dos estados preferidos para fazer este trabalho. Mesmo que ainda não tenha chegado àquele estado em que sabe o quão maravilhoso é o Quantum-Touch, pode acreditar que tudo é possível. Embora a crença preceda a expectativas, pode optar por manter a crença de que a cura pode ser possível, e que o corpo sabe como curar-se a si mesmo ou seja há uma perfeição da qual o corpo se pode aproximar. Se tudo isso falhar, pode iniciar uma sessão com uma expectativa completamente neutra de: "eu não sei o que vai acontecer." Mesmo uma expectativa neutra pode funcionar maravilhosamente bem. O ponto principal aqui é elevar o seu nível de expectativa, tão elevada quanto possa aumentá-lo honestamente, sem se deixar cair para um estado de dúvida.

Curando o Passado

A primeira vez que usei esta técnica, eu fiquei simplesmente maravilhado e muito feliz com os resultados. Tinha chegado ao meu conhecimento que a maioria das crianças, na civilização ocidental, não se sentem realizadas, tanto quanto as crianças que vêm de culturas subdesenvolvidas ou primitivas.

Jean Liedloff, uma antropóloga que escreveu um ótimo livro chamado "A Continuum Concept", escreveu que, em algumas sociedades primitivas, as crianças nunca batem umas nas outras. Nestas sociedades, todos os bebês se sentiam realizados e não eram menosprezados. Ela especula que as crianças tinham um excesso de energia, que elas tinham derivada do estado de libertação e que, quando as crianças se sentiam realizadas, podiam transmitir alguma dessa energia para os seus pais. Quando as crianças não se sentiam realizadas, tornavam-se agressivas e violentas. Suspeito que uma grande parte da insatisfação e alienação, tão dolorosamente visível na civilização ocidental, pode ter raízes no facto de uma grave privação de seu povo. Nós tornámo-nos ricos, o suficiente, para nos tornarmos alienados e isolados.

Um dia decidi meditar sobre a cura do meu passado, quando eu era criança e permitir-me receber alguns toques físico que não tinha recebido. Durante essa meditação, eu tinha vislumbres mentais, regressando no tempo, e imaginar que me estava segurando como uma criança.

Uma vez que eu estava segurando o bebê nas minhas mãos, decidi começar a fazer correr a energia para o bebê.

Poucos segundos depois de começar a fazer correr a energia, tive uma experiência que nunca tive, nem antes, nem depois. De repente, passou por mim uma enorme onda de energia. A minha coluna, espontaneamente, foi abalada como um chicote, fazendo-me sentir, de repente, um pouco mais direito. Eu não sei o que aconteceu, mas foi uma sensação completamente inesperada e dramática.

A técnica é muito fácil. Basta ficar muito relaxado num estado meditativo e imaginar que está voltando no tempo. Mantenha a versão jovem de si mesmo em qualquer idade que mais gostaria de recordar. Enquanto estiver a segurar o bebé ou a criança, basta começar a fazer correr a sua energia nas mãos e fazer a respiração, como em qualquer outra sessão de cura.

Combine as múltiplas técnicas.

Com a prática, será capaz de combinar técnicas em conjunto com grande vantagem. A combinação de técnicas exige maior atenção por parte do praticante, e, em última análise, quanto mais puder utilizar esse processo, mais eficaz se pode tornar.

Combinando as suas técnicas favoritas, pode permitir-se adicionar criatividade ao seu trabalho e descobrir o que melhor lhe convier.

Aqui estão alguns exemplos de como pode combinar várias técnicas durante a execução do trabalho energético com as suas mãos, e continuando o trabalho da respiração:

- Emitir um som ao fazer girar a energia, como na técnica do vórtice ou do funil. Com o som/tom mais alto, a energia gira mais rápido.
- Gire cada um dos chakras de cada vez, enquanto usa a técnica de "o que você ama mais".
- Visualize³ a parte do corpo que está a ser curada conforme está descrito no capítulo 12, enquanto faz tonificação e mantendo uma grande expectativa.

Eu acho que esta é a ideia do que estou a falar. Vá em frente e experimente todas as combinações que quiser. Divirta-se!

³ «Pode imaginar e ver se o lugar para onde você está a enviar a energia está mesmo entre as suas mãos.» p.171

Chaves para se LEMBRAR sempre

É essencial confiar no processo. Um trabalho de cura pode causar dor ou outros sintomas angustiantes que fazem parte da cura. A força da vida e o processo de cicatrização trabalham com uma complexidade e uma sabedoria que estão além da nossa concepção ou compreensão. Se surgem problemas, procure manter a energia a correr.

- Mantenha sua respiração.
- Ligar a respiração às sensações das mãos.
- Ninguém pode realmente curar ninguém. A pessoa que necessita de cura é o curador. O terapeuta simplesmente mantém uma ressonância para permitir que isso aconteça.
- A energia segue a inteligência natural do corpo para fazer o necessário para a cura. O terapeuta presta atenção à "inteligência do corpo" e "persegue a dor."

Mais Perguntas & Respostas

Tenho de continuar a contar para acompanhar cada uma das minhas inspirações?

Não, a contagem é apenas uma directriz para manter a respiração e cada ponto tem cerca de um segundo de duração. Uma vez que obtenha uma rotina de fazer a respiração, pode simplesmente estabelecer um ritmo. É muito importante manter a consciência do que está a sentir nas mãos. Em cada respiração pode controlar tanto as sensações como a mudança das mãos. Estas informações podem ser muito úteis, e, por si só, podem tornar-se um lembrete útil para manter a respiração. Com o tempo, cada pessoa encontra o seu próprio ritmo de respiração que funciona melhor com ela.

Alguma vez você já se assustou com o que acontece durante uma sessão?

Houve algumas ocasiões em que as pessoas tiveram uma reacção muito forte à energia. Em retrospectiva, verifico que o seu corpo estava a passar por um processo de cicatrização extremamente rápido.

Numa ocasião, estava a demonstrar a utilidade de Quantum-Touch para o tratamento de lesões por esforços repetitivos, como a síndrome do túnel do carpo. Eu estava num grande Vale do Silício, numa empresa que tinha alguns milhares de funcionários. A mulher que me tinha convidado (vamos chamá-la Jane) era a directora de saúde da empresa, e ela chamou o director de segurança para testemunhar o trabalho que eu iria fazer.

Jane parecia estar agindo como um típico e nervoso New Yorker, que tinha acabado de tomar seis chávenas de café. Antes de começar as sessões com as quatro pessoas que apresentavam queixas de pulso doloroso, eu, (estupidamente) decidi que seria útil se eu fizesse uma experiência de trabalho com Jane.

Notei que a crosta da crista occipital estava extremamente desigual. Uma das pessoas com problemas no pulso era um engenheiro, e pressionando o seu polegar contra a crista occipital de Jane, ela confirmou que a crosta estava bastante longe de ser uniforme.

De pé, atrás de Jane, toquei com os meus dedos na sua crista occipital, e os meus dedos continuaram ao longo dos lados da cabeça. Poucos segundos depois, notei que ela estava inclinada para a frente, muito próximo de uma posição que eu não sabia poder acontecer: os joelhos de Jane flectiram. Eu, rapidamente segurei-a pelos braços para a segurar e a ajudar a não cair no chão.

Então, Jane ficou deitada no chão com os olhos muito abertos. O director de segurança pegou no seu walkie-talkie e gritou: Código Azul de emergência na sala de conferências 4.

Os paramédicos devem chegar em breve ", anunciou ela. Durante esse tempo eu continuei a fazer circular a energia na cabeça de Jane. Em cerca de um minuto, Jane acordou e disse-nos que se sentia muito bem, e muito consciente, mas perguntava o que estava a fazer, deitada no chão. O engenheiro verificou a posição de sua crista occipital e ficou admirado ao ver que os ossos pareciam estar totalmente alinhados.

O ponto da história é que quando a energia trabalha de uma maneira imprevisível e até mesmo de uma forma preocupante, descobri que a resposta é que a energia não é de mais nem de menos, é a necessária.

Para completar a história, Jane foi ao médico no dia seguinte para saber o que se passara. O médico perguntou-lhe: "Com quanta força é que eu lhe tinha carregado atrás da cabeça?" Ela explicou que eu mal tinha tocado na parte de trás da cabeça. O médico, então, proclamou: "Então, ele não poderia ter feito possivelmente nada para a derrubar."

Eu creio ser forte o bastante para "a derrubar", mas nunca pensei, realmente, que ela iria cair. Agora, quando procuro mover os ossos do occipital, peço às pessoas para se sentarem antes.

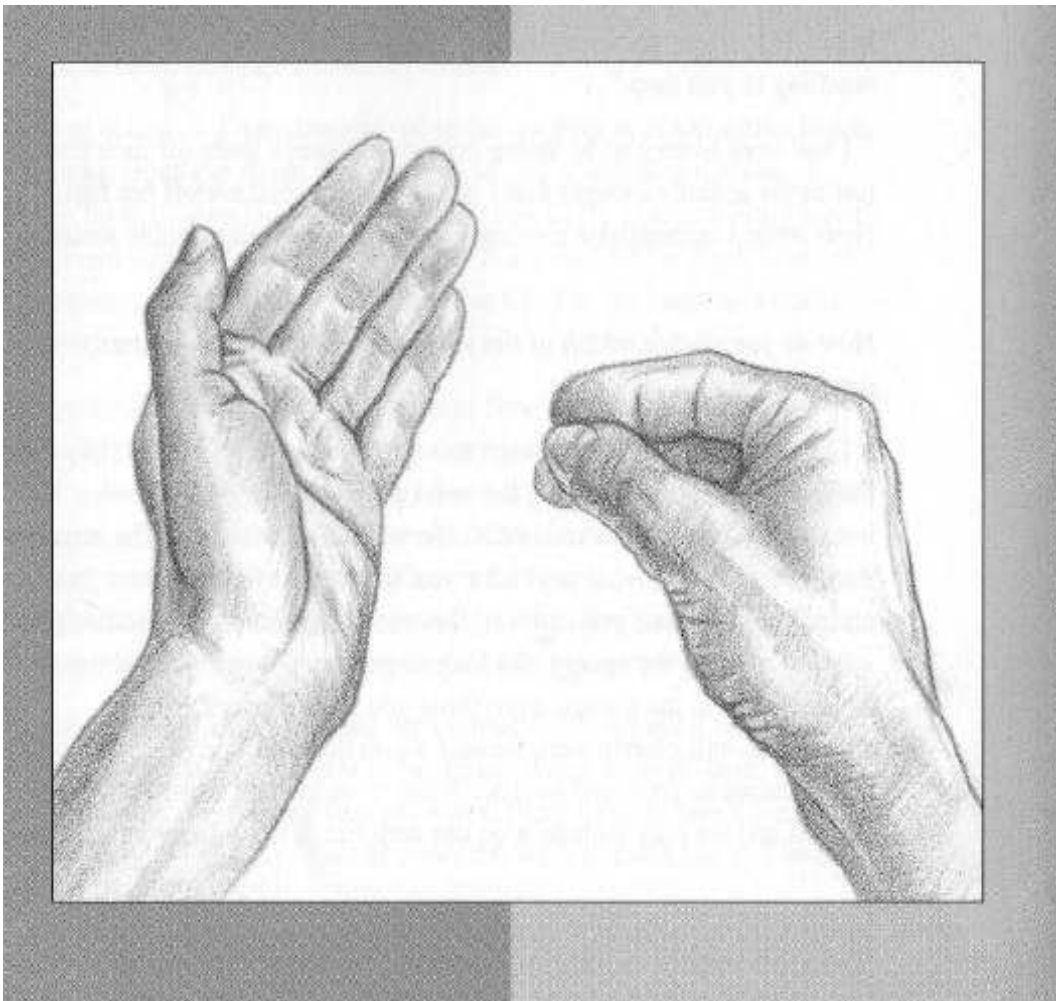
Como é que decide qual das várias técnicas vai usar em qualquer momento em particular?

Eu tenho descrito mais técnicas do que as que são precisas. Basta encontrar aquelas de que mais gosta e usá-las. Nunca sugeri que as pessoas devessem usar todas as várias abordagens. O importante é descobrir o que funciona consigo e então disfrute.

Depois de entender os princípios básicos do trabalho, pode começar a encontrar formas originais de pôr a funcionar a energia. Enquanto está a fazer a respiração e a ligá-la com a energia, tudo o que tentar vai funcionar. Algumas abordagens, claramente, vão funcionar melhor consigo do que com outros. Este é um sistema que serve para crescer e evoluir.

Escreva-nos e diga-nos o que aprendeu e podemos incluí-lo em nosso site na www.quantumtouch.com.

FIM



Capítulo 7



A
P
L
I
C
A
Ç
Õ
E
S

Estamos agora à beira de extraordinários avanços na arte da cura pelas mãos. Habilidades humanas que, até então podiam muito bem ter sido consideradas como "ficção científica", são, de facto, bastante reais e podem resistir aos rigores do escrutínio científico.

Confrontando o Impossível

Há alguns anos atrás, dei uma palestra numa grande sala de conferências em San Francisco.

Tinha explicado ao público como era fácil aprender a usar Quantum-Touch, e que, entre vários tipos de eventos de cura, dei como exemplo a possibilidade de os ossos, espontaneamente, poderem recuar para o seu alinhamento apenas com um leve toque, e, até mesmo, os ossos do crânio.

Depois da palestra, um homem aproximou-se de mim e disse: "Eu tenho um Ph.D. em fisiologia, e eu sei que você não pode mover os ossos do crânio, porque eles estão rigidamente fundidos no seu lugar!"

Respondi: "Muito prazer em conhecê-lo. Venha cá e deixe-me mostrar de que é que estou a falar." Passados alguns instantes, encontrei alguém que tinha estado na audiência e cujos ossos cranianos se apresentavam estavam severamente irregulares.

Coloquei os meus dedos em ambos os lados de sua crista occipital e, pressionando a parte traseira de cabeça, verifiquei que um lado estava muito maior do que o outro. "O que você vê aqui?", perguntei. Ele colocou o polegar na mesma posição e pressionou para cima. Após um pouco de análise, ele disse, "O lado esquerdo parece maior." "Quanto mais alto?" Perguntei eu. Ele colocou os polegares por detrás da crista occipital, medindo novamente com mais cuidado ainda e disse: "No mínimo, pelo menos metade de uma polegada, talvez cinco oitavos de uma polegada." Eu disse-lhe que era exactamente o que eu tinha visto. Então, toquei levemente com os meus dedos na base de crista occipital, colocando os meus dedos nos lados da cabeça e comecei a fazer correr a energia. Após cerca de quinze segundos, pedi-lhe para verificar novamente. Ele revirou os olhos, incrédulo e mediu-a.

Desta vez, manteve-se a medir e medir cerca de um minuto. Finalmente anunciou que a crista occipital parecia completamente uniforme.

"Você tem algum interesse em pesquisar isto?" Perguntei.

E ele disse: "Não, eu trabalho em anfíbios."

Então afastou-se.

Eu vou mostrar agora que pode facilmente fazer o que a ciência convencional afirma a ser bastante impossível.

O meu aviso é alertar as pessoas para o que pode acontecer quando descobrir que pode fazer isso: possivelmente vai ter alargado um pouco os limites das suas crenças. Isto pode ser desconfortável para algumas pessoas.

Não estou a pedir para mudar as suas crenças, mas apenas para seguir as instruções e, honestamente, verificar o que acontece.

Capítulo sétimo - Alterando a sua postura em relação à Energia

Se já tiver praticado os exercícios apresentados no capítulo 3, você está pronto para prosseguir.

Neste ponto, você deve ser capaz de:

- Sentir o fluxo de energia através de seu corpo e nas suas mãos.
- Dominar as técnicas de respiração.
- Ligar a respiração e as suas sensações.

Tenha em mente o seguinte.

Quando exercita a energia com a intenção de alterar a postura de alguém, existem algumas coisas importantes para ter em conta:

Este tipo de manipulação da estrutura esquelética é tão harmoniosa, que os ossos parecem "derreter" e voltar ao seu alinhamento.

Raramente ouvirá qualquer clic ou esmagamento, como acontece com muitas manobras de quiropraxia.

- Não precisa de decidir quando ou se os ossos devem mover-se – os valores são do corpo.

A inteligência do corpo da pessoa decide o que deve acontecer. Mais frequentemente, o corpo da pessoa vai "escolher" colocar os ossos no lugar. Por razões sobre as quais podemos apenas especular, o corpo realmente parece que gosta de ter sua estrutura alinhada.

- Os ossos vão-se mover mais facilmente, se usar um leve toque. Não tente directa ou indirectamente empurrar ou usar força, pois isso é contraproducente. As pessoas tornaram-se muito condicionadas tentando dominar as situações com o uso da força. Este é um caso onde a força não só não é chamada, mas ineficaz. Certifique-se de suas mãos estão bem relaxadas. Muitos dos meus alunos, especialmente pessoas que fizeram vários tipos de massagens ou de trabalho em tecidos profundos, têm uma forte tendência em manter rigidamente a tensão nas mãos. Deixe as mãos suaves e descontraídas.

A energia flui mais facilmente através delas, quando não está tenso.

Capítulo sétimo - Alterando a sua postura em relação à Energia

- Correcções estruturais acontecem mais facilmente quando uma pessoa está sentada ou em pé. Por alguma razão, o realinhamento estrutural acontece com mais fluidez quando as pessoas estão em pé.

Isso não quer dizer que nunca possa efectuar a mudança quando a pessoa está deitada, mas é mais fácil quando a pessoa está sentada ou em pé. Isto é muito conveniente, já que em qualquer lugar que vá, pode encontrar um espaço para ficar em pé, e, na maioria dos casos, para se sentar também.

- Quando exercitar a energia, muitos tipos de cura podem ter lugar, e apenas uma parte do processo faz com que os ossos se movam. Como alterar a postura com um leve toque é bastante dramático e inesperado, eu gosto de fazer essa demonstração, quando trabalho para os grupos. Muitos dos que observam, naturalmente, vão supor que o realinhamento estrutural é tudo o que este trabalho pode fazer. O movimento dos ossos é como a ponta de um iceberg, porque há muito mais a acontecer abaixo da superfície. Uma vez que não é fácil conhecer as diversas mudanças que ocorrem a um nível celular, dizemos que é o movimento dos ossos, porque é algo podemos ver claramente.

- Às vezes os ossos movem-se rapidamente, outras vezes mais lentamente, e, ocasionalmente, não se moverão. Há momentos em que o corpo já está muito feliz por ter a estrutura como está, e não importa quanta energia você colocar no sistema, ele permanecerá estruturalmente o mesmo. É apenas o senso comum perceber não pode consertar o que não está quebrado. Ao tratar pessoas com problemas crónicos, pode ser capaz de observar as mudanças estruturais acontecendo dentro de alguns minutos, ou pode ter dez, vinte, ou até mesmo 30 minutos antes de as mudanças se tornarem visíveis. Na maioria dos casos, alguns ajustes posturais poderão acontecer dentro de dois a cinco minutos, e às vezes em poucos segundos.

Se tiver feito com sucesso os exercícios no capítulo 3, então, apesar do facto de inflexivelmente não acreditar, está realmente pronto a actuar!

Há dois lugares no corpo onde os ossos se movem de forma mais visível e fácil: os quadris e da crista occipital.

A propósito de ser capaz de ver que pode alterar a postura, com um leve toque, vamos começar com os quadris.

Medindo e alterando a posição dos quadris

Tente encontrar alguém que tem um quadril mais alto do que o outro. Algumas pessoas realmente têm uma perna mais longa, e esta técnica pode ajudar a corrigir esse problema. Na grande maioria das pessoas os quadris podem ser ajustados, se estiverem fora do alinhamento.



1. Coloque as pontas dos dedos sobre a crista de seus ilíacos (a parte superior do quadril óssea) e pressione levemente para baixo e uniformemente em ambos os lados. Para ver se um lado está mais alto do que o outro, deve ter seus olhos ao nível do lugar que está a medir.

Constantemente tenho que lembrar os alunos para dobrarem um dos joelhos para que possam verificar se os quadris estão nivelados. Em muitos casos, a diferença será bastante óbvia, noutros casos, a diferença é insignificante.

Sugiro que, para efeitos de teste que encontre alguma pessoa que tenha claramente um lado mais alto do que o outro.

2. Depois de ter verificado que há diferença, e um que um dos lados está a um nível mais alto que o

outro e qual é a diferença, coloque as palmas das mãos, suavemente, sobre a crista do ilíaco. Não pressione. Basta começar a fazer correr a energia. Fazer uma varredura de corpo inteiro, sentir as sensações plenas nas mãos e utilizar uma das técnicas de respiração. Gostaria de sugerir para esta demonstração que uma respiração 1/4 deve funcionar muito bem. Mantenha a respiração e a aplicar a energia nos ilíacos, de um a dez minutos. Às vezes os ossos movem-se quase imediatamente a partir do primeiro segundo em que são tocados, outras vezes, leva mais tempo.

Capítulo sétimo - Alterando a sua postura em relação à Energia

3. Certifique-se de perguntar à pessoa com quem está a trabalhar se não estão a sentir nada, ou se está a ter alguma sensação interessante. Muitas pessoas podem sentir a energia quase no momento em que começa a aplicá-la.

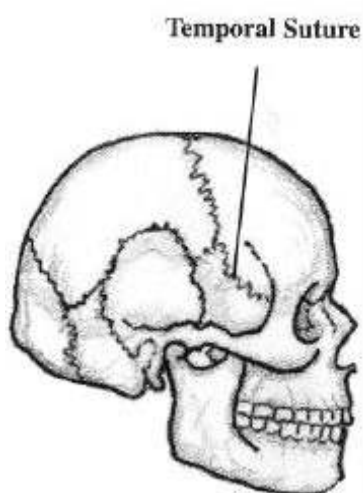
4. Siga as mesmas instruções no lado inverso dos ilíacos ao qual trabalhou no lado da frente. O ilíaco é uma estrutura surpreendentemente complexa, na medida em que pode virar de lado, para cima e para baixo, e em todos os tipos de formas combinadas. Às vezes, um lado fica mais alto na frente e do outro lado pode ficar elevado nas costas. É sempre uma boa ideia de equilibrar a frente e o verso dos ilíacos.

Medindo e alterando a posição do Occipital Ridge

Baseado em mais de 20 anos de experiência com esse fenómeno, posso atestar que o corpo humano tem uma enorme vontade de realinhar a estrutura do esqueleto e, especialmente, o crânio. A crista occipital é provavelmente a estrutura mais fácil do corpo para se mover com a força da energia da vida. Ironicamente, é considerada a estrutura com menos possibilidades de se deslocar por fisiologistas e pela profissão médica. Por qualquer motivo, a inteligência inata do corpo realmente procura "ter a cabeça no seu devido lugar".

A primeira vez que me apercebi deste fenómeno, foi através de uma experiência que jamais esquecerei. Era a primeira sessão em que estava a receber ensinamentos do meu professor Bob Rasmusson. Lembro-me de estar sentado ao fundo da mesa e a olhar para fora através de uma janela que estava aberta. Bob colocou o seu polegar levemente sobre a base da minha crista occipital e, de repente, a janela inteira apareceu-me na ponta do olho para o lado, cerca de 35 graus. Um momento depois, endireitou-se. Acho que quando aconteceu o movimento do occipital, os orbitais, que mantinham os olhos no lugar, também mudou, obrigando o meu cérebro a ver temporariamente a janela num ângulo diferente, mas em cerca de metade de um segundo, o meu cérebro foi capaz de se calibrar e fazer as coisas aparecerem novamente no seu nível normal.

Capítulo sétimo - Alterando a sua postura em relação à Energia



Nos últimos 20 anos, creio que já pude observar esta mudança de ossos cranianos acontecer cerca de umas cinquenta vezes. Se encontro alguém que tem a sua crista occipital muito fora do alinhamento, eu peço-lhe para manter os olhos bem abertos durante os próximos trinta segundos, para ver se têm essa experiência. A verdade é que só cerca de uma em cada dez pessoas que têm a crista occipital muito fora do alinhamento, consegue ver isso acontecer.

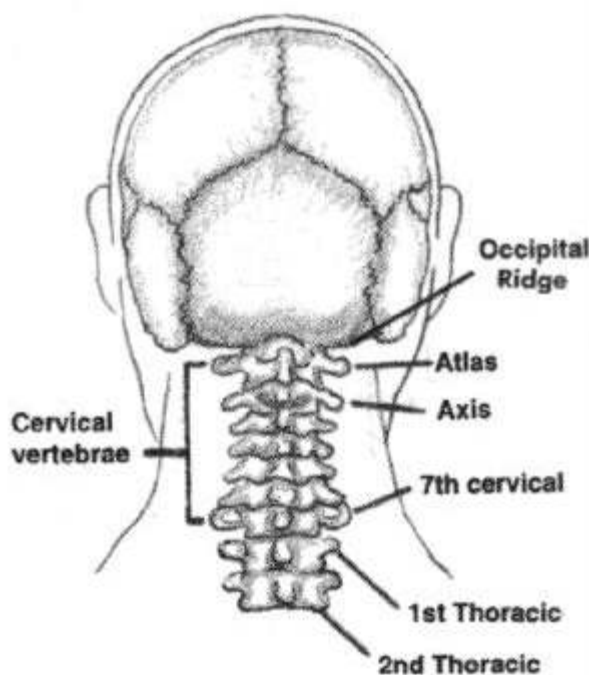
Então, como não devo projectar a minha expectativa, procuro ter o cuidado de não para explicar por que é que quero que eles mantenham os olhos abertos até os ossos se moverem de volta no lugar, como eu desejaria para que eles tivessem a sua própria experiência.

Foi-me dito por quiropráticos que, alterar os ossos do crânio, é uma excelente maneira para começar a levar o corpo a iniciar o realinhamento da coluna inteira.

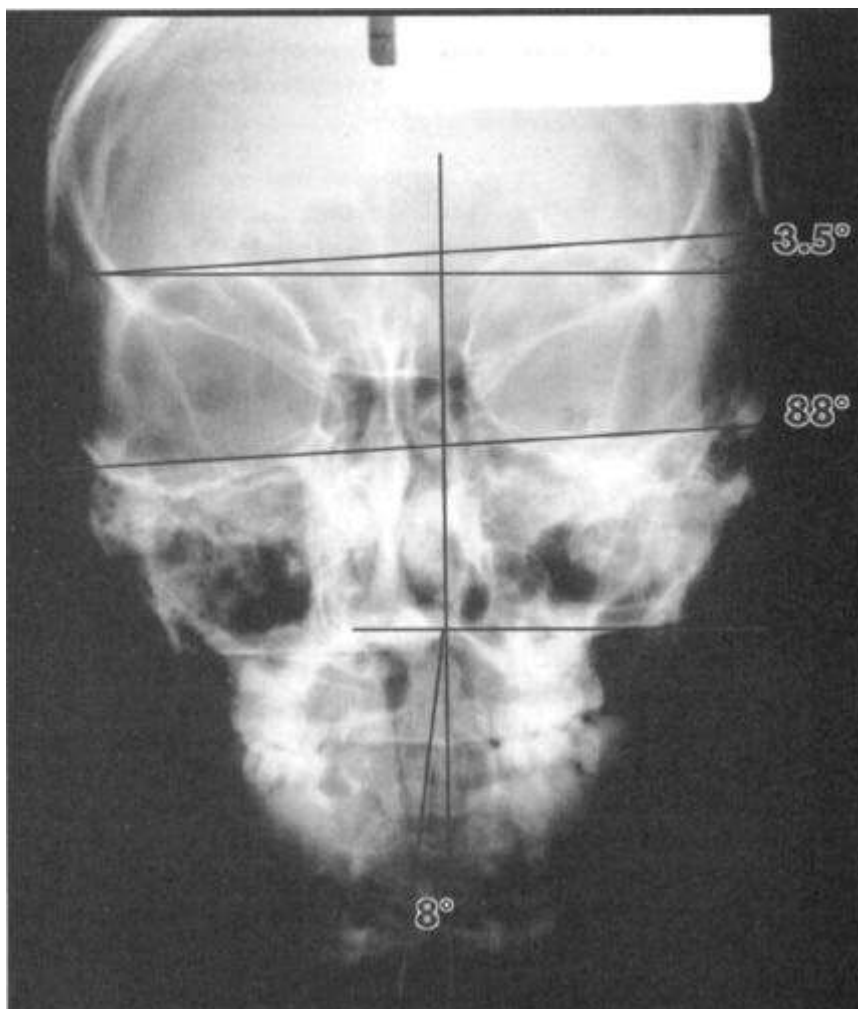
Sem dúvida, há outros benefícios para fazer este movimento, pois o corpo parece tão determinado no que deve acontecer.

Algumas pessoas disseram-me também que aliviava ou eliminava as dores crónicas de cabeça ou a dor no seio.

Em geral, há outros trabalhos de cura adequados para estas condições.

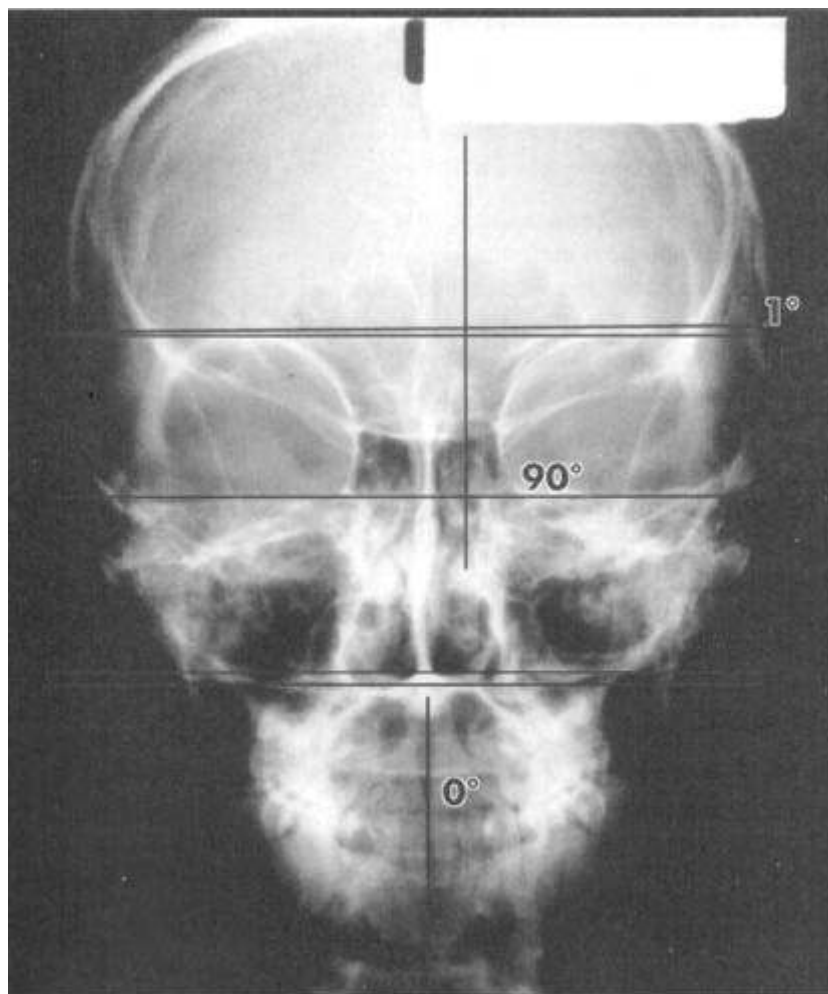


Capítulo sétimo - Alterando a sua postura em relação à Energia



Um raio-x feito antes de uma sessão de Quantum-Touch no crânio, com as vértebras cervicais; notar como os pontos do eixo vértebras da narina esquerda têm um desvio de 8 °.

Capítulo sétimo - Alterando a sua postura em relação à Energia



Um raio-x após uma sessão de Quantum-Touch no crânio e vértebras cervicais; note como o eixo das vértebras, agora, aponta para cima na vertical.

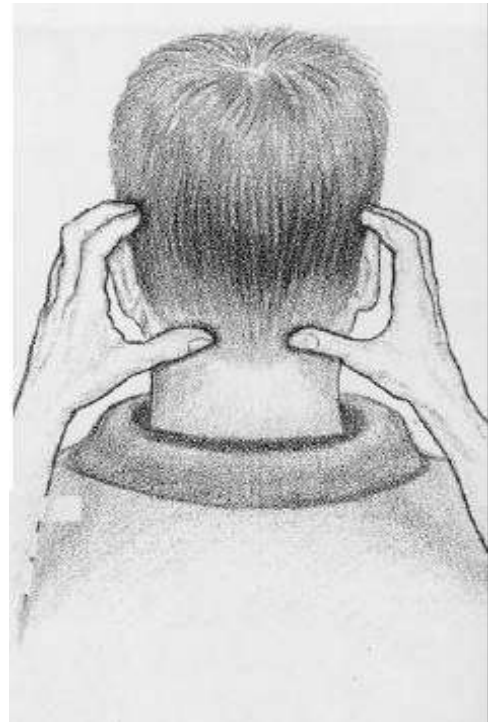
Capítulo sétimo - Alterando a sua postura em relação à Energia

1. Se deslizar os polegares para cima dos dois lados do pescoço com uma leve pressão, vai finalmente chegar à base do crânio. O tecido não é tão macio como o do pescoço porque agora os dedos estão a pressionar contra uma estrutura óssea.

2. Tente colocar os polegares de modo a ficarem equidistantes do centro da cabeça, com um dedo de cada lado. Há geralmente uma pequena crista de ambos os lados, onde, convenientemente, se colocam os polegares.

3. Não deixe que a pessoa, que está a observar e medir, mova os cabelos para fora do lugar. O ângulo de elevação do cabelo é o da cabeça e, mover os cabelos, pode interferir com a sua capacidade em verificar se a crista occipital está alinhada ou não.

Em vez disso, coloque os polegares sobre o cabelo e pressione por cima do cabelo.



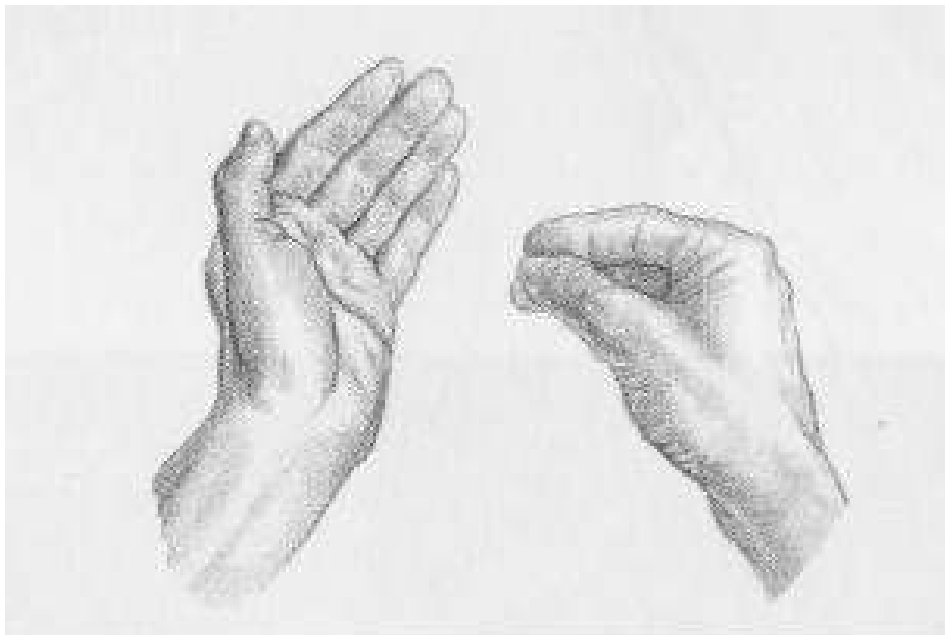
4. Olhe atentamente a posição dos seus polegares para determinar se eles estão ou não à mesma altura. Ajuste o seu corpo para seus olhos estarem ao nível com a crista occipital. Deve ter olhos ao nível dos polegares, se quiser obter uma boa leitura. É certo que, alguns dos meus alunos parecem ser capazes de fazer isso naturalmente, e outros nunca serão suficientemente competentes.

Capítulo sétimo - Alterando a sua postura em relação à Energia

5. Procure que a pessoa que está a ser observada esteja sentada quando faz isso. A força deste movimento pode ser bastante notável. Eu vi uma mulher desmaiar por alguns minutos e algumas outras quase desmaiaram. São mais prováveis os casos de indivíduos mais propensos a desmaiar se estiverem de pé quando faz este tratamento. Estas reacções extremas são devidas à tendência inata que o corpo tem de encontrar um novo ponto de equilíbrio. Entretanto, logo a seguir, as pessoas que tiveram essas reacções, sempre se sentiram muito melhor depois da sessão.

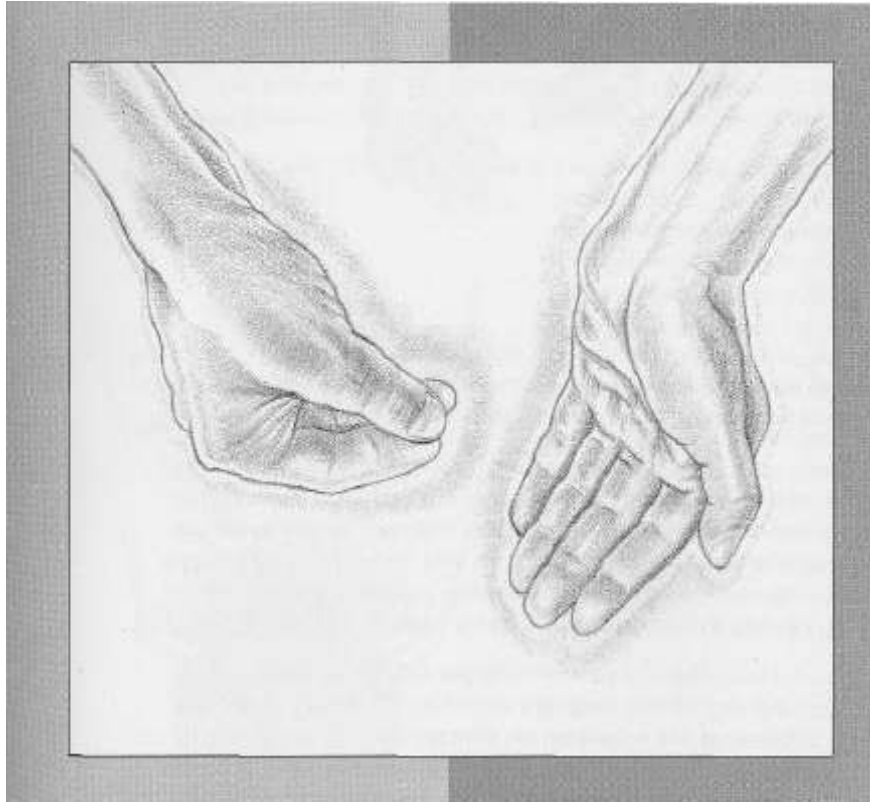
6. Enquanto um cliente está em posição sentada, toque levemente com os polegares na base da crista occipital e coloque os outros dedos, nos lados da cabeça dele ou dela. Exercite a energia que estiver ao seu alcance e use uma das técnicas de respiração. Os ossos do crânio, normalmente, movem-se, nos primeiros cinco a vinte segundos. Há também benefício para fazer este movimento por mais tempo.

Se foi capaz de fazer os exercícios energéticos do capítulo 3 e tiver trabalhado com algumas pessoas, agora já deve ter visto que os ossos se movem na realidade. Eu sugiro que saboreie esta experiência.



Capítulo sétimo - Alterando a sua postura em relação à Energia

FIM



Capítulo 8

Trabalhar nos Problemas das Costas e do Pescoço



A
P
P
L
I
C
A
Ç
Õ
E

O amor pode unir a sua respiração com a intenção, como um foco de luz e o fogo pode causar a ignição.

Capítulo Oito: Trabalhar nos problemas das costas e do pescoço

Os problemas mais comuns que tenho encontrado nos meus clientes são dores no pescoço e nas costas. Uma vez que estas as condições são tão frequentes, decidi escrever um capítulo separado sobre eles. Esteja ciente de que trabalhar com esse tipo de dor é apenas uma das muitas aplicações altamente eficaz de Quantum Touch.

Ao longo dos anos, achei muito gratificante observar como até os novos alunos eram capazes de ajudar a reduzir a dor de garganta, dor lombar e ciática, logo nas suas primeiras sessões.

Se praticou os exercícios do capítulo 3, se pode sentir a energia com varreduras em todo o seu corpo, e se pode ligar a energia com o seu fôlego para dirigir as sensações para as suas mãos, está pronto para aprender a fazer um trabalho notável numa grande variedade de problemas de coluna.

Trabalho em ambos os lados das vértebras

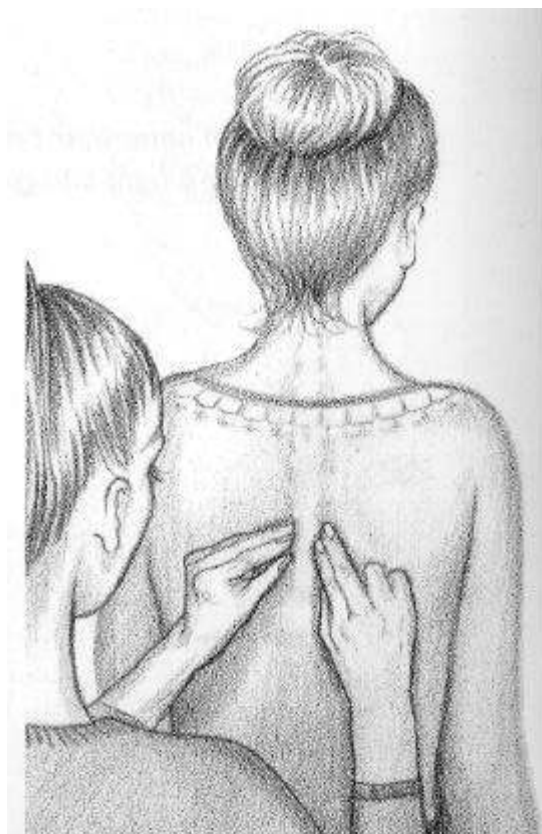
A primeira coisa a fazer quando está a lidar com alguém com dor no pescoço ou nas costas é trabalhar em ambos os lados da coluna.

O local ideal para colocar as mãos ou dedos está no exterior das extremidades de cada vértebra.

É ineficaz tentar trabalhar a partir da frente do corpo quando vai precisar de ajustar a energia em todos os órgãos, bem como na coluna vertebral.

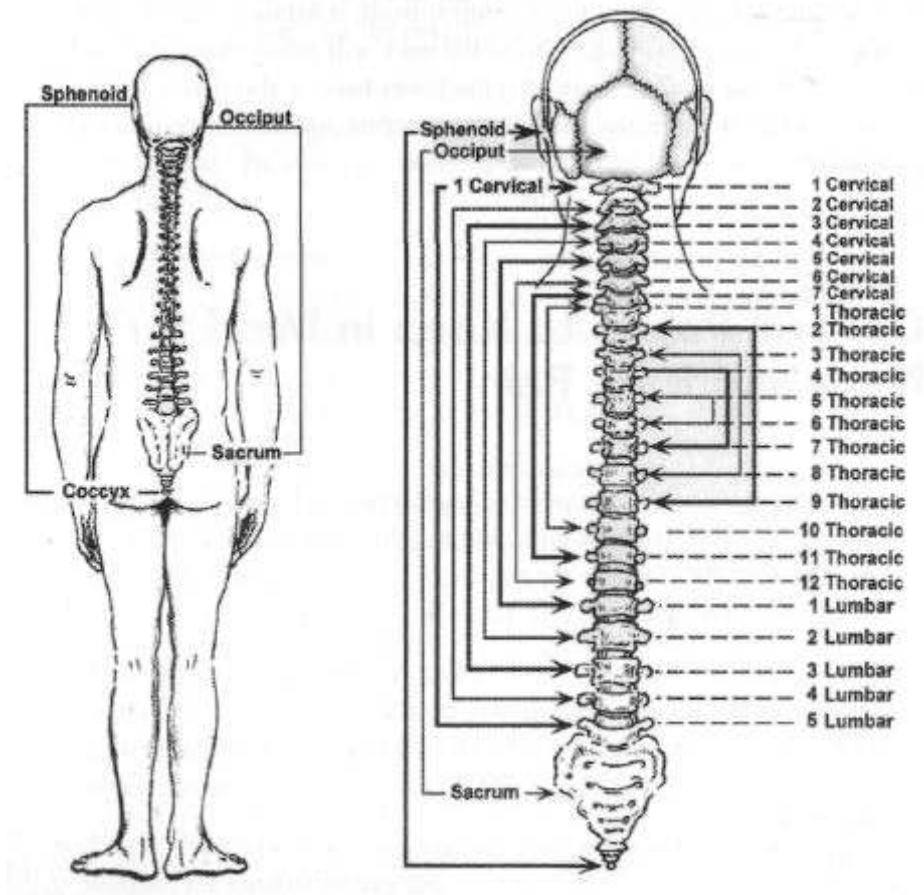
A regra geral é que quanto mais próximo puder colocar as mãos no exacto local onde a dor reside, mais eficaz será.

Usando uma posição da mão em tripé, em ambos os lados da coluna, cria uma ressonância poderosa para permitir que as vértebras, espontaneamente, deslizem para o alinhamento correcto.



Compensação

Quando observa de lado a coluna vertebral de alguém, verá que a coluna não é uma linha recta, mas, com cuidado, vai ver uma série de curvas, para dentro e para fora, a partir do topo do pescoço até a ponta do cóccix. Essas curvas estão muito bem posicionada para prestarem um apoio e equilíbrio a toda a coluna vertebral.



Capítulo Oito: Trabalhar nos problemas das costas e do pescoço

Quando há uma dor ou lesão numa parte da espinha dorsal, o corpo, muitas vezes, compensa, colocando pressão sobre as outras partes da coluna. Isso faz sentido se você pensar na coluna, como uma estrutura completa, e não como uma série de secções. Há uma espécie de reacção reflexiva entre o topo da coluna e a parte inferior da coluna vertebral. Na maioria dos casos, quando há um ferimento ou dor, a coluna irá compensar como uma unidade inteira.

Se encontrar uma pessoa que tem uma dor numa parte inferior das costas, normalmente vai ser necessário trabalhar também na região do pescoço. Da mesma forma, e pelos mesmos motivos, se alguém tiver uma dor no pescoço, geralmente, é necessário trabalhar na parte inferior das costas também. Antes de a coluna se reajustar-se, ela precisa de "saber" que é seguro para ela, mudar a sua posição. Antes de o pescoço se mover com segurança própria para o alinhamento, pode precisar de saber que a parte inferior das costas também é capaz de se mover e manter o equilíbrio. Desta forma, toda a coluna vertebral tem de encontrar um novo equilíbrio para funcionar na perfeição.

Pontos gerais a ter em mente para a Dor no Pescoço e nas costas

?? Pergunte à pessoa com dor, exactamente, o ponto onde ele ou ela a está a sentir. Coloque ali as mãos e aplique energia. Não faça suposições sobre onde está a dor.

Quanto mais perto puder estar do ponto exacto, mais rápido será o efeito.

?? Use o tripé dos três dedos ou a posição das palmas das mãos para tocar o seu cliente.

O tripé é a melhor solução se se sentir confortável, caso contrário, use as palmas das mãos, os polegares, ou as pontas dos dedos. Lembre-se, que pode aplicar a energia em qualquer parte do corpo, se aplicar a sua intenção.

Capítulo Oito: Trabalhar nos problemas das costas e do pescoço

?? Coloque as mãos na posição o mais confortável que puder encontrar. Eu sugiro que se mova ao redor se não se sentir confortável e procure uma posição em que se sinta confortável.

?? Não use qualquer força ou pressão no seu toque. Mantenha as mãos relaxadas e deixe a energia fazer o trabalho.

?? Trabalhe no pescoço das pessoas e nas costas, quando estão sentadas ou em pé. Em pé, geralmente funciona melhor na parte inferior das costas, e sentados, funciona bem para o pescoço. Se não houver prejuízo para a zona a ser tratada, provavelmente é melhor que a pessoa esteja sentada ou deitada de costas. Acima de tudo, certifique-se que a pessoa, com quem está a trabalhar, está confortável.

?? Mantenha a respiração e use qualquer uma das técnicas para activar a energia que escolher. Certifique-se que consegue ligar a respiração com a sensação de energia.

?? Aplique as mãos nos devidos pontos enquanto for necessário. Preste atenção às sensações nas mãos conforme descrito no capítulo 3. Pode demorar muito pouco, como alguns minutos ou pode exigir repetidas sessões de uma hora, para ajudar o seu cliente. A maneira mais fácil de saber é aplicar a energia, e, em determinadas alturas, perguntar à pessoa como ele ou ela se está a sentir.

?? Persiga a dor ou sensação.

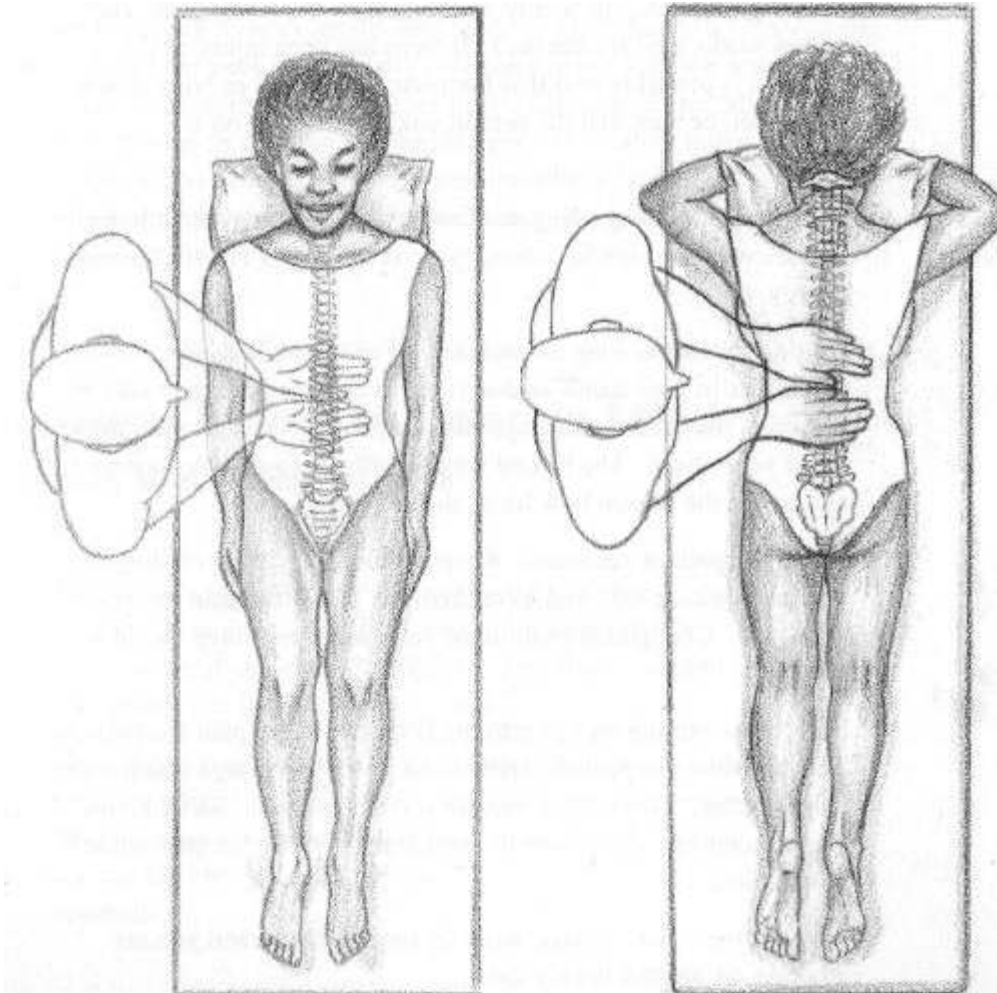
Mantenha um diálogo contínuo com a pessoa com quem está a trabalhar, de modo a poderem dizer se a dor passou ou se mudou de lugar. Altere a posição das mãos para acompanhar a dor ou sensação.

?? Às vezes, colocar a energia no corpo pode causar dor temporariamente. Isto tem-se verificado repetidamente e pode ser um bom sinal de que a cura está acontecendo. Essa dor é geralmente muito curta. Caso surja dor, incentivar o cliente a respirar profundamente para o local da dor enquanto ainda lá está.

?? Pode amplificar a potência do seu trabalho, pedindo à pessoa com quem está a trabalhar, para respirar também profundamente.

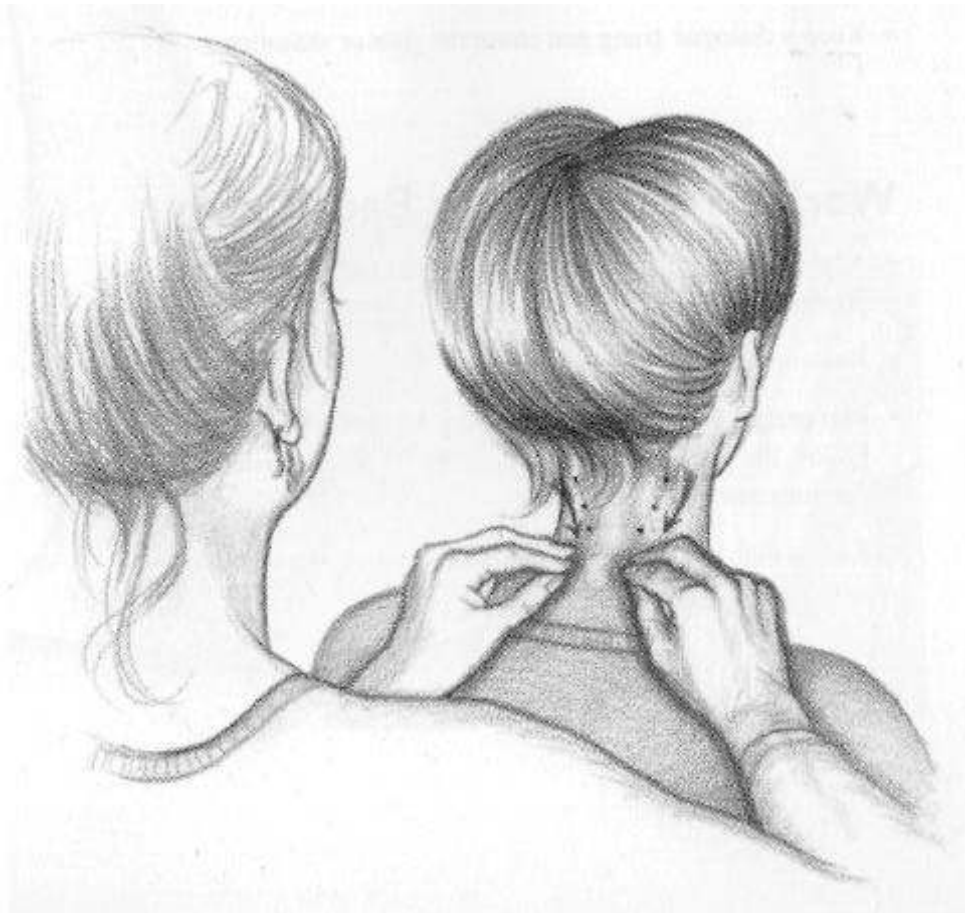
Capítulo Oito: Trabalhar nos problemas das costas e do pescoço

?? Para as sessões mais longas, quando há áreas de especial dificuldade, a pessoa a ser tratada pode estar deitada numa mesa de massagem, virada para cima ou de costas, e coloque as mãos **sobre** a coluna vertebral. Também pode ter a pessoa na mesa de massagem virada para cima, e colocar as mãos **sob** a coluna vertebral.



Trabalhando com dor de pescoço

Aolicar a energia na crista occipital, por um minuto ou dois, com as pontas dos dedos, nos lados da cabeça ao longo da linha da sutura temporal,
(Ver p. 122)



Capítulo Oito: Trabalhar nos problemas das costas e do pescoço

?? Certifique-se de que está a trabalhar em ambos os lados das vértebras do pescoço, com especial atenção em todas as áreas que estão com dor.

?? Pode precisar de dar uma atenção especial ao eixo entre o atlas, e a sétima vértebra cervical (ver p. 119).

?? Certifique-se de que a energia está a funcionar nas áreas de aperto ou dor na região lombar do cliente, que podem corresponder à dor no pescoço.

?? Ajuste os quadris, frente e verso, como foi mostrado no capítulo anterior. Manter diálogo de modo a seguir e perseguir a dor ou sensação.

Trabalhando com a Dor Lombar

- Ajuste os quadris na parte dianteira e a parte traseira, conforme descrito anteriormente.
- Certifique-se de que a energia corra para as áreas de dor.
- Certifique-se de que a energia corra para o pescoço, principalmente em áreas de aperto ou de dor.

Siga as orientações para trabalhar na região do pescoço, conforme listado na secção anterior.

- Manter um diálogo permanente e perseguir a dor ou sensação.



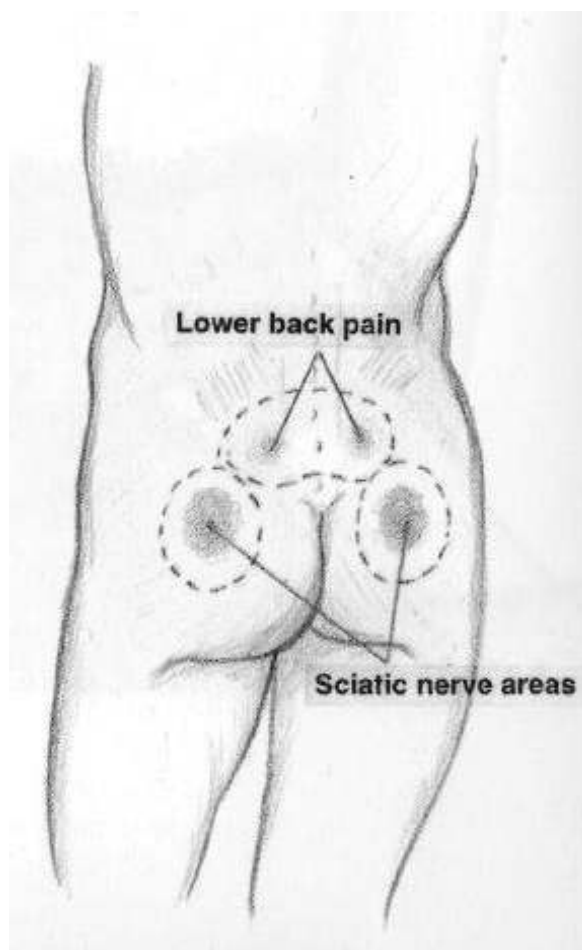
Trabalhando com a Ciática

Siga as orientações dadas para o trabalho com a parte inferior das costas com estas adições:

? Use o seu polegar e procure dar atenção especial às áreas das nádegas como se ilustra aqui ao lado. Trabalhe em ambos os lados da nádegas e dar mais atenção para o lado em que está com dor.

? Aplicar energia em qualquer área da perna ou do pé que está a sentir dor. Vá em frente e persiga a dor ou sensação para qualquer lugar que ela vá.

? Trabalhe em qualquer outra área que está a sentir dor durante ou após a sessão.



Dor a Meio das Costas

Quando há problemas no meio das costas, muitas vezes vai precisar de fazer algum trabalho de libertação no pescoço e na região lombar.

Pode fazer o seguinte:

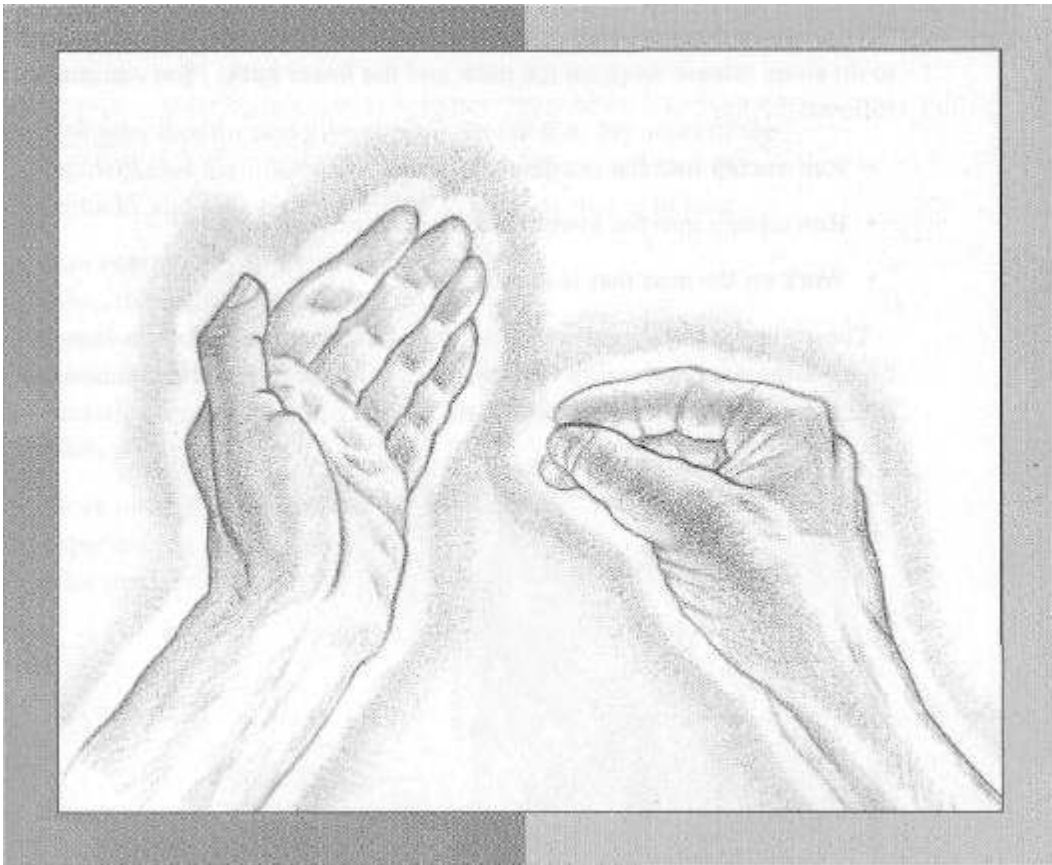
- Que a energia corra primeiro na a crista occipital e no pescoço.
- Que a energia corra para a parte inferior das costas e equilibre os quadris.
- Trabalhar na área que está com dor.

Essas orientações simples irão fazer maravilhas sobre a dor nas costas causadas, na maioria das vezes, por desalinhamento ou danos.

Naturalmente, que este não é o tratamento adequado se as dores nas costas forem devidas a problemas nos rins.

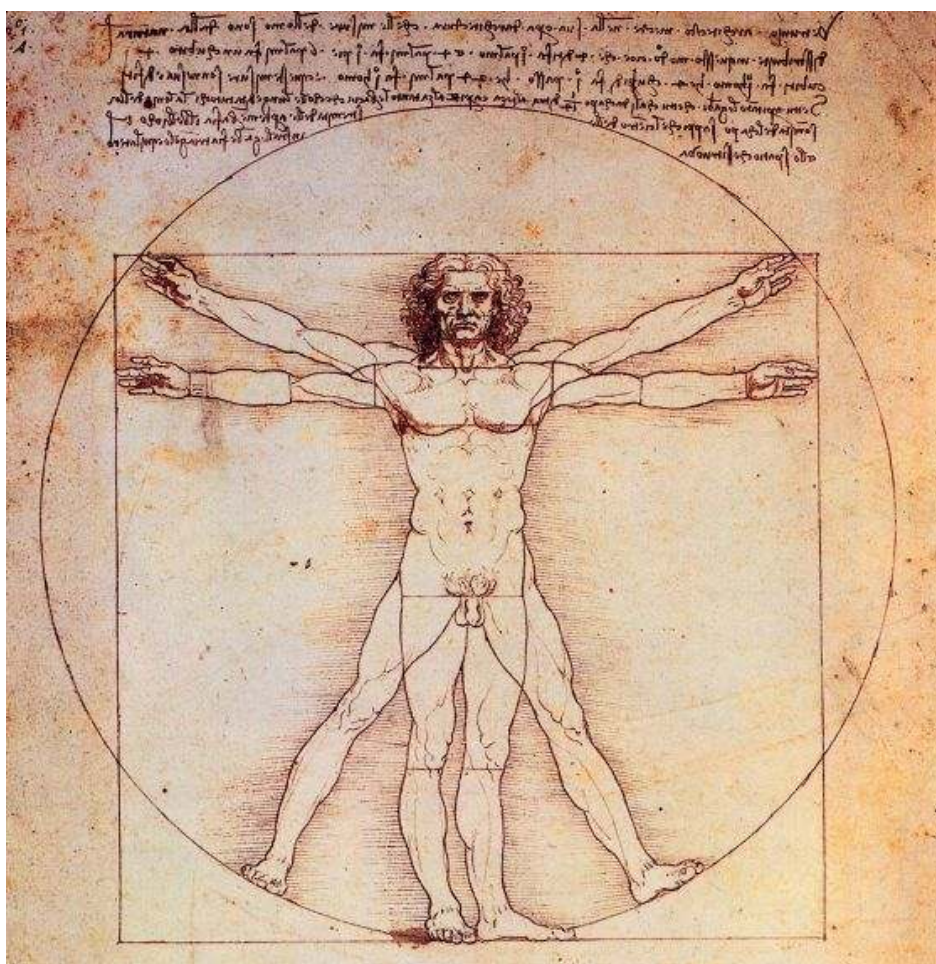


FIM



Capítulo 9

Trabalho ao longo de todo o Corpo



A
P
L
I
C
A
Ç
Õ
E
S

Abra os olhos,
faça uma pausa para pensar, e
procure ficar absorto em admiração ao VER a
verdadeira natureza dos presentes
que lhe são proporcionados.

MÃOS QUE CURAM - Healing Hands

Alguma vez já se perguntou por que é as pessoas colocam imediata e automaticamente as mãos em qualquer parte de seu em que se magoam? Parece que é uma reacção universal e está implantada no nosso hardware neural. Talvez uma parte de nós saiba, instintivamente, que esta é uma maneira de nos ajudar a nós e aos outros, quando aparece a dor. É engraçado, mas depois de fazer esse trabalho por mais de duas décadas, sempre que estou perto de alguém que está em com muitas dores, agora tenho uma resposta imediata e automática para poder começar a aplicar a energia. Sinto isso surgindo em todo meu corpo e nas mãos. Pode ser uma reacção de compaixão ou apenas um reflexo condicionado, mas talvez esta seja uma resposta natural do ser humano, ao ver outro em necessidade.

Antes de passar a mostrar uma grande variedade de maneiras de colocar as mãos, eu pensei uma boa ideia, dar-lhe um pouco da perspectiva sobre o trabalho com a posição das mãos.

Ao longo dos anos, tenho observado como alguns alunos conseguem ficar atrapalhados e até mesmo desorientados, só com o pensamento de ter de saber exactamente onde colocar as mãos para ser eficaz. Isto é compreensível, pois a maioria dos livros que ensinam, tornam esse trabalho muito difícil e complicado, usando uma linguagem especializada, para que somente profissionais, muito bem pagos, possam saber do que se trata.

Com "As Mãos que Curam", em geral, e particularmente com o Quantum-Touch, isso não é assim.

Se tiver dúvidas sobre como e onde colocar as mãos, a melhor coisa a fazer, e que cobre uma multidão de casos, é simplesmente fazer o que mostrei no capítulo 3: colocar as mãos em sanduíche. Coloque, entre as duas mãos, a área que está com dor ou a precisar de cura. A grande maioria dos casos pode ser tratada com as mãos en concha.



Capítulo Nove: Trabalhando ao longo de todo o corpo

A Mão – a Concha Base (sanduíche) (Segure a maionese)

«Imprensar» significa que você tem uma mão de um lado e a outra mão do outro lado, da parte do corpo que está a tratar.

O mais importante a lembrar é o seguinte:



Se a posição em que colocou as mãos não é a ideal, na grande maioria das vezes, a pessoa com quem está a trabalhar, vai sentir sensações de dor ou mover-se para outra parte de seu corpo.

Se mantiver um diálogo aberto com a pessoa com quem está a trabalhar, eles podem dar-lhe uma indicação sobre os outros lugares onde deve colocar as mãos.

Este é um exemplo de como o processo pode ser fiável e pode ser muito útil.

Você pode realmente colocar uma mão no topo da cabeça e a outra mão no joelho e, eventualmente, obter bons resultados, desde que o corpo dirija a energia da força da vida para onde deve ir.

No entanto, pode obter melhores resultados se souber onde colocar as mãos tão próximas quanto possível do ponto exacto em que se verifique a dor ou a dificuldade. Então aqui estão as regras básicas a lembrar sobre a "concha" - "sanduíche", e vou lhe mostrar algumas posições das mãos que são um pouco menos óbvias.

Capítulo Nove: Trabalhando ao longo de todo o corpo

Procure cercar com as mãos a parte do corpo que precisa de cura o mais próximo possível e de ambos os lados do problema em que está a trabalhar. Vá directamente para a área específica se puder.

Use o bom senso, é claro.

Isto é, não colocar as mãos numa ferida ou tocar uma queimadura.

Cercar o problema pode significar colocar as mãos acima e abaixo de ambos os lados do ponto onde preciso concentrar a energia.

Use a ponta dos dedos ou os dedos em tripé para colocar energia em torno de áreas muito pequenas.

Para concentrar a energia, este processo funciona muito bem nesses casos. Isso também pode ajudar as suas mãos a chegar mais perto do centro da área que precisa de cura.

Persiga a dor. Mantenha diálogo com a pessoa com quem está a trabalhar e siga as suas sensações ou dor ao longo do corpo.

Certifique-se de que o seu corpo e o corpo do paciente está confortável quando estiver a trabalhar.

Mantenha a respiração ao longo da sessão.



ou
é é

Capítulo Nove: Trabalhando ao longo de todo o corpo

Fazendo correr a energia directamente ou perto da superfície

Há ocasiões em que colocar as mãos em concha pode não ser tão eficaz como a aplicação directa da energia sobre a parte do corpo que precisa de cura. Exemplos de lugares em que seria mais eficaz trabalhar directamente sobre o tecido incluem problemas tão simples como picadas de abelha, veneno de escaravelho ou queimaduras. Também pode tratar os olhos, os seios, as gengivas, os rins ou as glândulas supra-renais. O princípio é que, nestes casos, pretende trabalhar em casos que não estão muito abaixo da pele.

Quando as mãos estiverem colocadas directamente sobre o corpo, podem fazer um trabalho maravilhoso quando a energia não tem que viajar mais do que alguns centímetros. Se a energia tem que ir mais do que alguns centímetros, então "a prensa" é a posição preferida para as mãos.

Uma vez que eu não estou aí, perto de si, para acompanhar a sua prática para ver como é que trabalha, tenho de me contentar com estes conselhos e importuná-lo à distância.

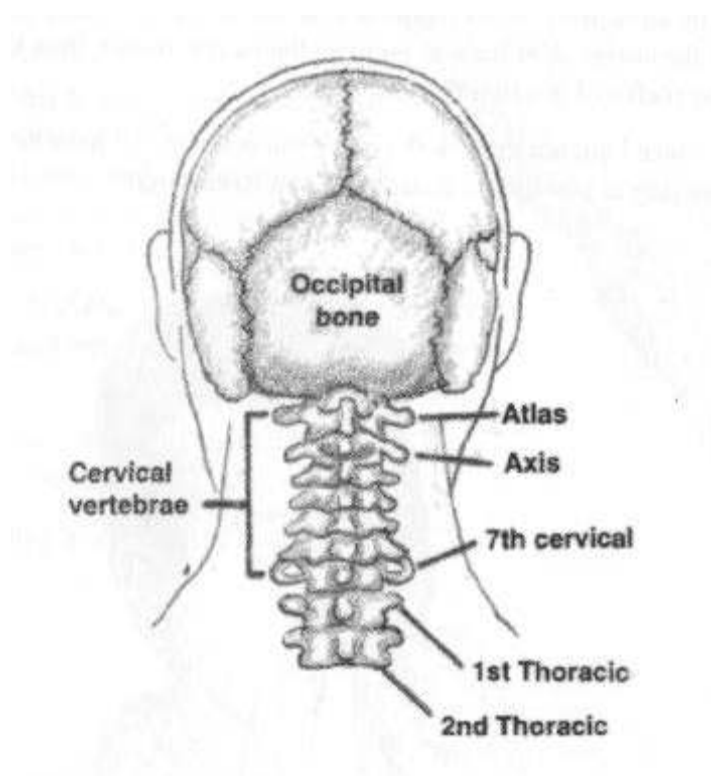


Respire fundo (Keep Breathing)!

Condições Específicas

Dores de cabeça

As dores de cabeça são provavelmente um dos problemas mais comuns que irá encontrar, e, na maioria dos casos, até mesmo as enxaquecas podem ser tratadas de uma forma eficaz. Nestes casos, recomendo que a pessoa com quem esteja a trabalhar, esteja sentada ou deitada. Claro, que se deve preocupar, também, com que o seu corpo esteja confortável, em cada posição em que estiver trabalhar.



Capítulo Nove: Trabalhando ao longo de todo o corpo

- Coloque as mãos em “prensa” (Sanduíche) na cabeça, em redor da área de dor.
- Movimente a crista occipital, (ver p. 122)
- Faça correr a energia entre as suturas (ver p. 177)
- Também pode precisar de energia para aplicar no atlas e na linha central.



Problemas nos olhos

No caso de haver problemas nos olhos, basta colocar as mãos sobre os olhos e aplicar aí directamente a energia.

Certifique-se de que não está a pressionar os olhos - deixe a energia fazer o trabalho. (Ponha as mãos em concha).

Seja paciente, pois podem ser precisas sessões repetidas para conseguir um bom progresso.

Tenho assistido a muitos casos em que a visão de uma pessoa melhorou, pelo menos temporariamente.



Problemas nos Seios Nasais (Sinusite)



Os problemas nos seios nasais, muitas vezes, respondem muito rapidamente, à energia que se faz fluir directamente neles.

Use os dedos ou as palmas das mãos.

Problemas nas Juntas das Têmporas - mandíbulas (JTM⁴)

Use posição dos dedos em tripé e coloque a ponta dos dedos directamente sobre o conjunto.

Pode verificar se está no lugar correcto, porque a JTM é uma superfície óssea que se movimenta quando abre ou fecha a boca. Na maioria dos casos a energia pode aliviar a dor ou o aperto na articulação. Se abertura da mandíbula causa um barulho no encaixe, então esse problema pode ser devido à osteoporose e pode ser mais bem tratado nutricionalmente (veja capítulo 14).



no

⁴ Junta Temporo-Mandibular - «São vinte e quatro horas de ação por dia em acção, quando come, fala, boceja, bebe, ou dorme - e enquanto faz todas essas coisas, não dá um minuto de descanso à junta temporo-mandibular, ou simplesmente à articulação da mandíbula. A junta temporo-mandibular deve estar sincronizada para permitir três movimentos: vertical, horizontal e para frente-para trás. Passível de ser afetada por artrite reumatóide, essa junta, quando fica fora de alinhamento, pode apresentar uma série de sintomas, como dor de cabeça, dor ou zumbido nos ouvidos, dores na parte das costas, adormecimento dos braços e pernas etc.»

Garganta

Se se trata de problemas na garganta, coloque delicadamente as mãos sobre ou em torno da garganta da pessoa. Não há necessidade de se preocupar em fazer algo errado.

Síndrome do Túnel Carpal⁵ e Lesões por Esforços Repetitivos

Síndrome do túnel carpal pode ser causada por problemas no pulso, cotovelo, ombro, pescoço, ou até mesmo na parte inferior das costas, joelho ou pé.

Na maioria dos casos, pode ajudar a acelerar a recuperação, trabalhando no pulso, no cotovelo, no ombro ou no pescoço.

Certifique-se de fazer o seguinte:

- Aplicar directamente a energia nas articulações do pulso. Veja se a mão da pessoa está numa posição erecta e confortável, como ilustrado e, baixo.
- Aplique a energia na área da sétima cervical e na primeira vértebra torácica, (Ver p. 142)
- Se houver dor na região lombar, certifique-se de que aplica ali também a energia para poder funcionar bem.



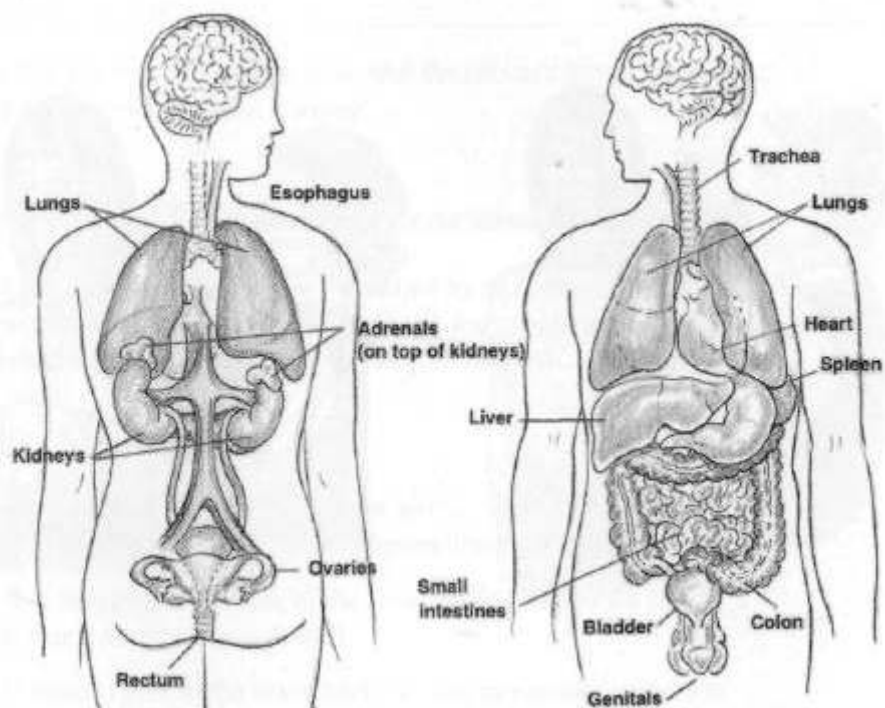
⁵ Origem: Wikipédia, a enciclopédia livre. «Síndrome do túnel carpal (também conhecida como síndrome do túnel cárpico, síndrome do túnel do carpo ou síndrome do canal cárpico) é o nome pelo qual se refere uma doença que ocorre quando o nervo mediano, que passa pela região do punho chamada túnel do carpo, fica submetido a uma compressão.»



Problemas nos ombros

- No caso de problemas nos ombros, aplicar a energia directamente no lugar onde dói. Certifique-se de perguntar à pessoa com quem está a trabalhar, para ter a certeza de que suas mãos estão “prensando” a posição correcta.
- Além disso, tente aplicar a energia a partir da parte debaixo da axila e no ombro, como está ilustrado, a cima.
- Se esses movimentos não forem bem sucedidos, tente trabalhar nas suturas, na crista occipital, no pescoço, na região lombar, nos quadris, e depois procure voltar ao ombro.

Capítulo Nove: Trabalhando ao longo de todo o corpo



Órgãos

Com a maioria dos órgãos do corpo, as mãos em “prensa” funcionam muito bem. Simplesmente coloque uma mão em cada lado do corpo de modo que a energia possa fluir entre as mãos. Manter um diálogo com seu cliente vai ajudá-lo a descobrir as sensações que está a ter durante a sessão. Esta informação pode levá-lo a trabalhar em lugares que podiam não lhe ocorrer.

Basta dirigir a energia para o coração para poder melhorar a pressão arterial, arritmia cardíaca, e palpitações.

Ao aplicar a energia nos rins e nas suprarrenais, o que funciona melhor é colocar as mãos directamente sobre esses órgãos. Essa abordagem também funciona bem nos outros órgãos ou nas partes do corpo que estão perto da superfície, tais como os olhos, a garganta ou a bexiga.

Capítulo Nove: Trabalhando ao longo de todo o corpo

Sistema Imunológico

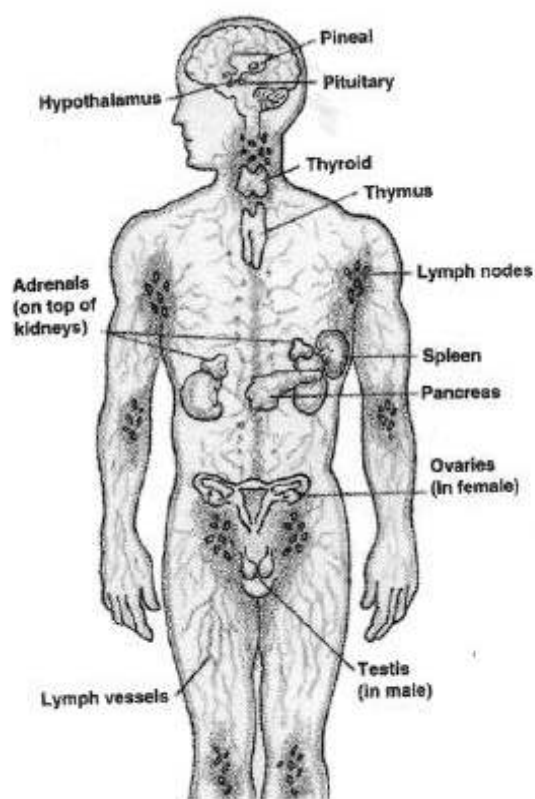
Pode usar a energia para ajudar a reconstruir ou curar o sistema imunológico.

- Pode aplicar a energia nas glândulas endócrinas, que incluem a pineal, hipófise, tireóide, timo, supra-renais, ovários e testículos.

- A energia para activar o sistema linfático, está localizada principalmente ao redor do pescoço, axilas, peito, peitos, estômago, e parte interna das coxas.

- Aplicar a energia nos grandes órgãos - coração, pulmões, fígado, e os rins.

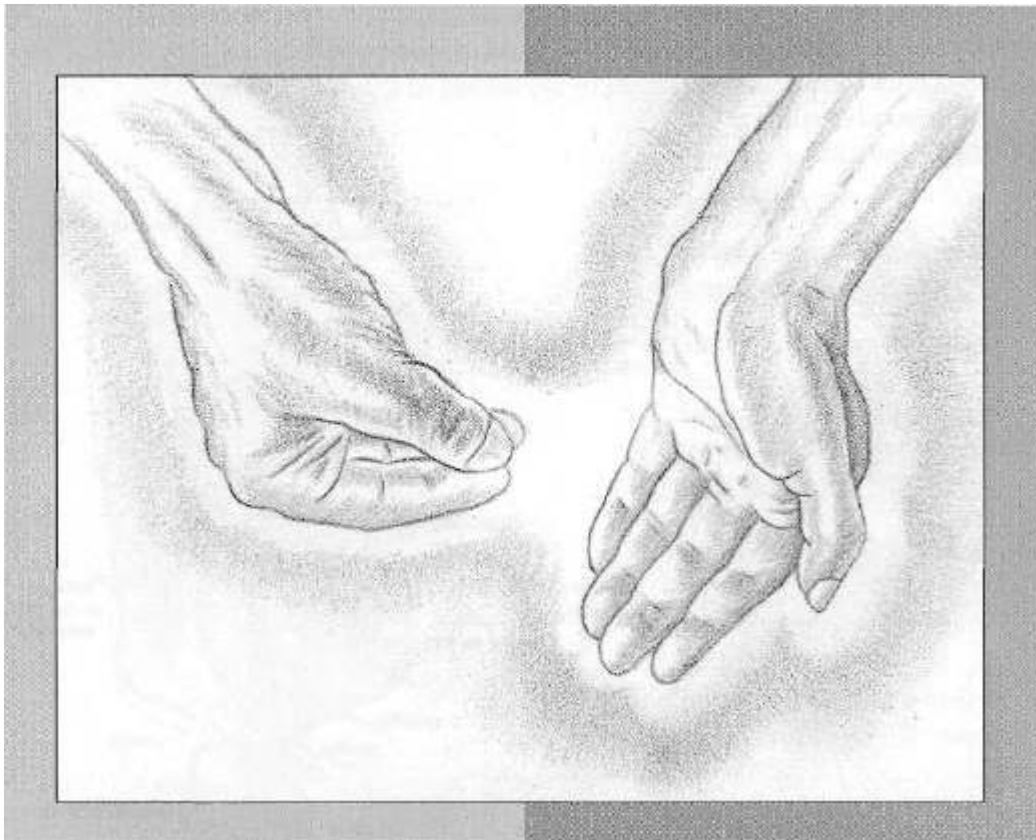
- Aplicar a energia em qualquer lugar onde o cliente está a sentir dores.



Com estas poucas orientações simples, pode fazer um trabalho de cura incrível na sua família, e com aqueles afortunados que possam estar bastante perto de si.

Capítulo Nove: Trabalhando ao longo de todo o corpo

FIM



Capítulo 10

AUTOCURA - Self-Healing



A
P
L
I
C
A
Ç
Õ
E
S

O coração da cura é o coração.

Aplicando Energia em Si Próprio

Dar uma sessão para si mesmo pode ser maravilhoso.

Dito isto, acho só que será justo dizer que a aplicação de energia em si próprio, normalmente, não é tão poderosa como receber uma sessão de outra pessoa. Como já estamos acostumados com a vibração da nossa própria energia, aplicando a nossa própria energia de volta para nós mesmos, raramente, é tão espetacular como a recepção de energia de outra pessoa.

Um amigo meu costuma dizer que, "A Cura com a Energia é um pouco como o sexo. Você pode fazê-lo sozinho, mas não é o mesmo."

Receber amor de outra pessoa não é previsível ou controlável. Isto é válido tanto energeticamente como emocionalmente. Eu acredito que existem muitas variedades de amor – muitos sabores, se você quiser.

Cada pessoa irá expressar as combinações destas suas próprias e únicas qualidades. Algumas pessoas podem expressar seu amor vibracionalmente, carinho, compaixão, coragem, empenho, confiança, empatia, honestidade, vulnerabilidade, intimidade, dar segurança, e assim por diante. Há tantos sabores deliciosos de amor que simplesmente não se encaixam numa palavra tão pequena de quatro letras. Talvez que a sua autocura precise dum sabor do amor que não está acostumado a experimentar.

Existem algumas circunstâncias em que tenho sido capaz de aplicar bem a energia em mim, e noutras, em que era completamente ineficaz. Por exemplo, enquanto tenho sido bem sucedido trabalhando na visão e em várias lesões, por outro lado, tenho sido incapaz de ajustar a posição da estrutura do esqueleto. Fique ciente de que cada pessoa é diferente, e os meus pontos fortes e fraquezas certamente poderão não ser as suas.

Há alguns anos atrás, percebi que a lua se estava a tornar mais embaciada e desfocada quando olhava para ela, e eu interrogava-me porque é que os astrónomos não estavam a dizer nada sobre o assunto. Também tive de passar a segurar os livros cada vez mais longe, quando estava a ler. Quando comecei a fazer fluir a energia dentro dos meus olhos (cerca de cinco a dez minutos duas vezes ao dia), pude sentir uma profunda sensação de ardor, que continuou durante as primeiras duas semanas. Cerca de um mês depois de ter começado a fazer este tratamento, todos os dias, numa noite, saí para a rua e olhei para a lua cheia. Estava completamente focada e sem bordas desfocadas. Levou consideravelmente mais tempo a ajustar os olhos o suficiente, para que pudesse ler confortavelmente, quando segurava a página de um livro mais perto de mim.

Capítulo Dez: AUTOCURA (Self Healing)

Talvez seja apenas próprio da natureza humana, mas tenho tendência a ficar com preguiça para trabalhar nos meus próprios olhos.

Quando pratico regularmente, posso ler a partir de cerca de 25 ou 30 centímetros de distância, mas quando paro de praticar, depois de alguns meses, encontro-me a tentar fazer a minha leitura entre 33 ou 35 centímetros de distância. Então, quando começo de novo, leva apenas alguns dias para trazer a minha visão de volta ao normal.

Cerca de um ano atrás, fiz uma cirurgia oral. No momento em que saí do consultório do dentista, o lado esquerdo do meu rosto estava a começar a crescer consideravelmente. Atrás de seu escritório, sentei-me junto a um rio e comecei a aplicar a energia no meu rosto sobre o local onde tinha sido a cirurgia. Passou cerca de uma hora e foi possível fazer baixar a inflamação, aproximadamente, 90 por cento.

O meu próximo compromisso era ver o meu cobrador. (Isto é o que eu chamo um bom dia.) Ele não acreditava que tinha acabado de fazer uma cirurgia do canal radicular, pois não sentia dores e quase não tinha inflamação.

A única vez que não senti nenhuma dor foi quando, depois de ter ido ao dentista, me dirigi imediatamente para casa. Mas, tinha acabado de sair do carro, senti uma dor súbita e intensa.

Esta dor durou apenas uma fracção de segundo e desapareceu, logo que coloquei a mão na bochecha. Passei boa parte do dia com pelo menos uma mão tocando a minha bochecha.

Nas três ocasiões, em que o dentista operou os meus dentes, não precisei de medicação para a dor e só ocasionalmente eu senti algum sinal, mas esse desconforto acalmou imediatamente quando comecei a aplicar energia.

Lembro-me de noutra ocasião, em que alguns amigos me estavam a ajudar a levantar. Quando já estava em pé, de repente, ao levantar uma caixa, bati com a cabeça num poste de madeira. Este fez-me cair de joelhos e fiquei a "ver estrelas". A minha reacção instintiva foi a de esfregar o topo da cabeça, mas, em vez disso, forcei-me a tocar no local delicadamente com as pontas dos dedos e comecei a aplicar energia. Após cerca de dois minutos, a dor sumiu e eu voltei para o trabalho. Crca de 20 minutos depois, comecei a pensar se iria ter um "galo" em cima da minha cabeça como acontece nos personagens de desenhos animados. Com muito cuidado, toquei em cima da cabeça e não senti nenhuma dor. Comecei a pressionar cada vez com mais força, mas não consegui encontrar nenhuma indicação de que, alguma vez, tivesse batido com a cabeça.

Como pode calcular, não sou o único que pode fazer isto.

Um dos meus alunos estava a cortar vegetais, quando a faca escorregou e cortou o dedo até parar no osso. Agarrou o dedo com a outra mão e começou imediatamente a aplicar energia no dedo. Dentro de alguns minutos a dor e o sangramento tinham parado. A dor não voltou, e não precisou de pontos ou quaisquer outros tratamentos.

Parece que as lesões recentes podem ser um pouco mais fáceis de tratar do que outras lesões sistémicas, já que o seu corpo não está ainda vibracionalmente identificado com o problema.

Quando eu estava a pensar sobre mais outros exemplos de autocura para descrever, aconteceu ter recebido uma carta de uma amiga.

Ela escreveu: "Por estes dias, estou realmente a usar o Quantum-Touch. Escorreguei na aula de dança, magoei o joelho e fiquei com um galo na cabeça, do tamanho de um ovo frito grande. Apliquei energia, depois da aula, e passadas poucas horas, agora, apenas resta uma marca ligeiramente rosa, com quase nenhum inchaço, e de tamanho mínimo. Viva, isso funciona, mesmo! "



Orientações para as sessões de Auto Cura

Pratique a aplicação de energia em si próprio regular e frequentemente.

A autocura pode exigir várias sessões, por isso, quando faz varreduras de corpo inteiro e aplicações de energia, pode ser uma boa ideia aplicar também energia em si mesmo.

Pode praticar enquanto vê televisão ou filmes, ou mesmo quando está a ler um livro. Esta pode ser uma sessão com uma mão a menos, se descobrir uma maneira especial de pegar no livro (ou até pode utilizar as duas mãos, se tiver uma estante para apoiar o livro).

Coloque as mãos em prensa (Sanduíche) em qualquer parte do corpo onde possa chegar confortavelmente, e coloque as mãos directamente, nos lugares em que não pode colocar as mãos em concha.

Por exemplo, será difícil colocar o seu próprio coração entre as mãos em concha, mas pode colocar as duas mãos sobre o coração.

Se precisar de trabalhar num lugar inacessível, como o meio das costas, pode usar técnicas de cura à distância, conforme descrito no capítulo 12.

Para tornar as sessões o mais eficaz possível, deve usar a bomba de ar, exagerando as técnicas de respiração. Se se deitar, pode fazer a respiração de fogo por muito mais longos períodos tempo, sem se sentir tonto. Desta forma, pode alterar a sua vibração mais profundamente e ser mais eficaz.

(Pessoas com certos problemas cardíacos podem não ser capazes de fazer esta respiração de fogo com segurança. Se não tiver certeza, verifique com seu médico.)

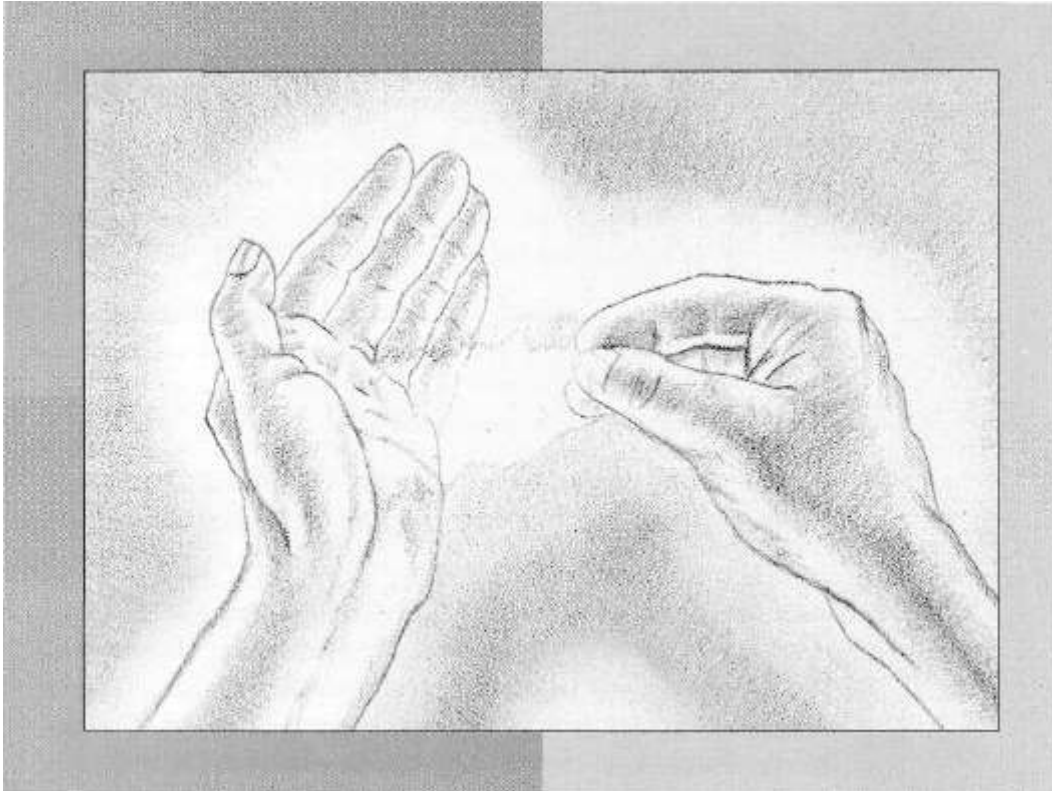
Quando faz autocura pode ser um grande momento para experimentar combinações de técnicas, ou seja, pode utilizar mais de uma técnica, ao mesmo tempo.

Por exemplo, você poderia estar a fazer a tonificação e a técnica de ressonância amplificada (capítulo 12), enquanto trabalha em si mesmo.

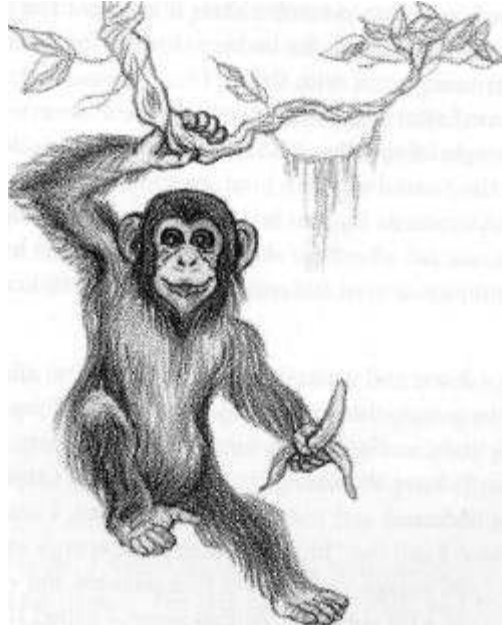
Seja paciente. Muitas pessoas passam, de boa vontade, quarenta ou sessenta minutos, quando trabalham com um amigo, mas dificilmente encontram cinco ou dez minutos para trabalhar em si mesmos.

Capítulo Dez: AUTOCURA (Self Healing)

FIM



Capítulo 11 Cura de Animais



A
P
L
I
C
A
Ç
Õ
E
S

"Os macacos são as minhas pessoas favoritas."

Desconhecido

Trabalhar com animais pode ser fonte de uma alegria extraordinária, uma vez que seu amor está sempre disponível e o seu afecto é muito generoso. Os nossos animais de estimação e os outros animais não nos julgam pela nossa idade, peso, raça ou estilo de vida. Além do mais, eles não têm preconceitos a favor ou contra a medicina ocidental alopática, pois eles, simplesmente, respondem ao amor.

Quantum-Touch tem funcionado maravilhosamente bem com todos os tipos de animais: cães, gatos, cavalos, ratos, tartarugas, mesmo coelhos. Parece não fazer diferença.

Como todos parecem gostar de histórias de animais, então eu vou ter de contar algumas.

Quando, no ano passado, cheguei ao Maine para dar um curso, fiquei em casa de Billie. Como me tinha prevenido, tinha dez gatos, todos de cabelos compridos (Maine Coons). Nas minhas conversas com Billie, eu tinha sabido que Billie (que tem uma técnica com seu nome no capítulo 5), tinha um gato favorito, o Júlio, que tinha estado muito doente por um par de meses. Tinha levado o gato a um veterinário algumas vezes, mas não pôde ajudar, nem conseguiu mesmo descobrir, qual era o problema dele. Logo que entrei em casa, vi gatos por todos os cantos, mas, entre eles, havia um cujo pêlo estava todo em desalinho, e olhava como se estivesse desmaiado, no braço do sofá. Soube imediatamente que tinha encontrado o Júlio.

Pousei a mala e fui direito ao seu encontro, e apresentei-me (em linguagem de gato, significa que deixei o gato cheirar a minha mão). Júlio parecia muito mole e fraco, a sua pele estava um pouco húmida e parecia que quase não tinha forças para levantar a cabeça. Comecei a aplicar energia no abdómen e, num minuto ou dois, percebi que estava a lidar com o que eu chamo de "o padrão bloqueado" de energia, como descrevi no capítulo 3. Enquanto eu aplicava energia, durante cerca de cinco minutos, a vibração estava apenas a começar a ficar um pouco mais forte. Nesse ponto, eu chamei Billie e Heather e pedi-lhes para me ajudar. Heather e Billie são profissionais em aplicar Quantum-Touch em sessões de grupo, que são geralmente muito mais fáceis e mais rápidas.

Os três aplicámos energia por mais dez minutos, e Júlio levantou-se para se esticar e depois saltou para o chão. Na altura, não pensei muito no significado que a sessão podia ter tido. Um par de minutos mais tarde, encontrei um brinquedo para gatos, que era uma vara com uma corda e uma bola na ponta. Logo que arrastei a bola no chão, fiquei rodeado por um círculo de gatos que, educadamente, esperavam a sua vez de a bola chegar até ao pé deles, antes que levassem uma boa pancada.

Capítulo Onze - Curando animais

Quando Júlio viu o jogo, fez algo que Billie disse nunca ter visto fazer antes. Começou a pular um par de metros, em linha recta no ar, quase como uma gazela. Fez isso, três ou quatro vezes como se fosse saltar para o jogo. Quando lá chegou, ele assumiu completamente o jogo e repetidamente saltou em toda a volta para chegar à bola.

Alguns minutos depois, Billie abriu a porta e Júlio foi o primeiro a sair. Júlio não teve mais problemas de saúde desde essa única sessão.

Quando voltei, cerca de sete meses mais tarde, para dar outro curso de Quantum-Touch, tive a oportunidade de passar algum tempo novamente com ele. Júlio parece que me reconheceu e foi extremamente carinhoso comigo.

Decidi fazer correr energia dentro dele para ver o que iria acontecer desta vez. Ele simplesmente adorou e ia ficando cada vez mais animado. Duma vez, pegou na minha mão e foi lambendo e mordendo e arranhando de uma forma lúdica, mas que estava a começar a doer um pouco. Depois de alguns segundos, Júlio olhou para mim e viu que eu não estava a gostar e imediatamente parou de morder. Então levantou-se e foi-se embora.

Uma hora depois, Billie disse-me que Júlio tinha feito outra coisa que ele nunca tinha feito antes – tinha apanhado um passarinho. Parece que ambas as sessões, realmente, despertaram no gato o seu "tigre interior". Já ouvi histórias semelhantes sobre gatos que querem voltar a caçar, após uma boa sessão de Quantum-Touch.

Noutra ocasião, um amigo tinha um cachorro (Terra Nova) que teve problemas com as sacro ilíacas. O cão não podia andar, e tiveram que levá-lo a um veterinário numa ambulância. O veterinário disse que na maioria dos casos como este, o cão tem que ser posto a dormir.

Quando eu vi o cachorro, ele estava em casa novamente e incapaz de andar. Após duas sessões ao longo de um período de dois dias, o cão estava a andar de novo sem problemas.

Deve-se lembrar, que logo no primeiro capítulo, contei como apliquei energia num coelho jovem, muito assustado, que reagiu rolando sobre suas costas e se estendia até onde podia.

O meu amigo Henri tem tido resultados muito semelhantes com a sua tartaruga. É uma tartaruga com cerca de 20 centímetros de comprimento, (Sideneck Africana), e com uma tendência muito grande para se esconder.

Em estado selvagem, o seu habitat, seria à beira da água, perto de onde pendem samambaias (fetos de grandes folhas verdes, NT) para se poder esconder debaixo, ou onde poderia ter espaços para escapar aos predadores. Ela evita qualquer tipo de exposição, e nunca apanha sol no dorso.

Henri escreve: "Quando eu aplico energia na tartaruga, eu seguro-a no meu colo.

Uma mão em concha em cima e a outra em baixo. Em segundos, ela fecha os olhos. Enquanto continuar a fazer correr energia, ela relaxa totalmente, estendendo o pescoço para a frente, os braços e pernas de água. Podemos ficar assim por alguns minutos ou horas".



Vou-lhe contar mais uma história para aguçar o seu apetite para fazer sessões em animais.

Um amigo pediu-me para fazer trabalho Quantum-Touch no seu cavalo. Eu não sou daqueles pessoas que passa muito tempo com os cavalos, mas pensei que iria gostar da nova experiência.

Numa tarde ensolarada, estava a fazer correr energia na parte traseira do cavalo, e ele disse que eu estava a "pôr o cavalo a dormir."

"Espero que não esteja a dizer isso, no sentido de anestesia veterinária", disse eu para ele. Ele disse: "Não, na verdade está a pôr o cavalo a dormir." "Que é que quer dizer com isso?" perguntei eu. "Basta olhar para os olhos", respondeu ele."

Olhei para os olhos do cavalo e vi que estavam pendentes e a fecharem-se, enquanto o lábio inferior estava pendurado e com tremor. Um momento depois a cabeça do cavalo descaiu, como uma pessoa que dorme sentada.

O cavalo acordou novamente e agora descansou a cabeça numa grade de metal que estava ali na estrebaria.

Enquanto eu continuava a aplicar energia ao cavalo, a sua cabeça saiu da grade de metal, três vezes ou mais.

Assim como com os meus pacientes humanos, nunca sei o que a energia está a fazer.

Acredito, que algo maravilhoso está a acontecer.

Directrizes para trabalhar com animais

- Certifique-se de aplicar energia com as mãos em prensa (sanduíche) ou aplicar directamente em qualquer área que descubra que precisa de cura. Um diagnóstico de um médico veterinário pode ajudá-lo identificar o problema.
- Certifique-se de utilizar as técnicas para manter a sua respiração todo o tempo em que está a trabalhar.
- Uma vez que o animal não pode falar, preste muita atenção às sensações das suas mãos, conforme descrito no capítulo 3. Isso vai ajudá-lo a saber quanto tempo deve manter as suas mãos em qualquer lugar.
- Perceba que não vai fazer nada de "errado". A energia encontra o caminho para onde ela precisa de ir e faz o que precisa de ser feito.
- Dar uma série de sessões, se necessário.
- Quando estiver a escovar o cabelo do animal, tente fazer correr energia ao mesmo tempo. Isso funciona com qualquer tipo de movimento ou carícias, quer se trate de coçar atrás das orelhas ou esfregando as barriga.
- Tente aplicar energia antes de lhes dar um banho. Para um tratamento especial, energizar também a água do banho (ver capítulo 15). Isso funciona especialmente bem se os banhos não estão na lista das coisas divertidas que seu animal costuma experimentar.
- Pode também aplicar energia na sua comida e na água, bem como neles próprios (ver capítulo 15). Procure fazer isto principalmente se os animais comem alimentos enlatados (?), para que realmente aumentem a consistência energética dos seus alimentos.

Tenho certeza que vai ficar muito surpreendido e encantado, com os resultados do seu trabalho.

FIM



Capítulo 12 Cura à Distância



A
P
L
I
C
A
Ç
O
E
S

Infinitamente mais rápido que a velocidade da luz,
a nossa compaixão
e nossas orações movem-se à velocidade do amor.
É instantânea!

Estar ligado

Acredito que todos nós estamos muito mais ligados uns aos outros do que o consenso comum poderia fazer crer. A nível pessoal, o bem-estar da família e dos amigos é frequentemente muito mais importante para nós do que podemos reconhecer diariamente. A perda repentina de alguém pode trazer este problema ao de cima.

Embora muitas pessoas se tornem indiferentes ou abalados pelas más notícias veiculadas pelos meios de comunicação, às vezes a história da perda de um filho ou de um líder com quem nunca nos encontramos, toca-nos profundamente.

Economicamente, vemos que os problemas num estado ou continente pode imediatamente ter impacto sobre todos os mercados mundiais.

Globalmente, temos só um grande oceano e todos partilham a mesma água, o mesmo ar, e a mesma terra. As nossas vidas e destino estão inextricavelmente ligados. O que você pode não estar ciente é de que até mesmo até as menores das muito pequenas partículas estão ligadas de uma forma surpreendentemente profundas.

Numerosos livros foram escritos sobre o mundo estranho e quase mágico da física quântica. No belo livro Gary Zukav, *The Dancing Wu Li Masters*, ele escreve:

O teorema de Bell é uma construção matemática que, como tal, é indecifrável para os não-matemáticos. As suas implicações, no entanto, poderiam afectar profundamente a nossa visão base do mundo. Alguns físicos estão convencidos de que é a obra mais importante, talvez, na história da física.

Uma das implicações do teorema de Bell é que, num nível profundo e fundamental, as "Partes separadas" do universo estão ligados numa íntima e imediata rede... Suponha que temos aquilo que os físicos chamam de um sistema de duas partículas de spin zero. Isso significa que o spin de cada uma das partículas no sistema anula o outro. Se uma das partículas num sistema deste tipo tem uma rotação para cima, a outra partícula tem um spin down. Se a primeira partícula tem uma rotação para a direita, a segunda partícula tem uma rotação para a esquerda. Não importa como as partículas são orientados, suas rotações são sempre iguais e opostas.

Muitos físicos quânticos tornaram-se repetitivos e cansativos, pois têm admitido que os fótons emparelhados, viajando longe um do outro à velocidade da luz, são, de alguma forma, capazes de responder um ao outro, instantaneamente, infinitamente mais rápido que a velocidade da luz.

Se estas duas partículas forem enviadas em direcções opostas, não importa o quão longe eles possam estar, eles ficam sempre vinculados um ao outro.

Elas poderiam estar a milhares de anos-luz de distância de uma da outra, mas, se uma das partículas passa por um dispositivo magnético que mude a sua rotação, por exemplo, de cima para baixo, a outra partícula, independentemente da distância, vai instantânea e espontaneamente mudar a sua orientação de baixo para cima.

Acredito que o impacto do nosso amor viaja com um tipo similar ao desta recente descoberta (moda).

Eu tenho pensado muito sobre a nossa interconexão num sentido intelectual ou espiritual, mas a sensação real de estarmos fisicamente ligados uns aos outros entrou-me pela casa a dentro de uma maneira poderosa e pessoal, quando eu visitei o Dr. C. Norman Shealy, MD, Ph.D. na sua clínica em Springfield, Missouri.

Depois de demonstrar como Quantum-Touch afecta a postura e mostrando-lhe como ela é eficaz no tratamento de algumas de suas dores crónicas nos seus mais difíceis pacientes, o Dr. Shealy decidiu verificar como Quantum-Touch pode afectar os padrões de ondas cerebrais à distância.

Isso era algo que eu nunca tinha tentado, e para ser honesto, eu não estava de todo confiante no resultado.

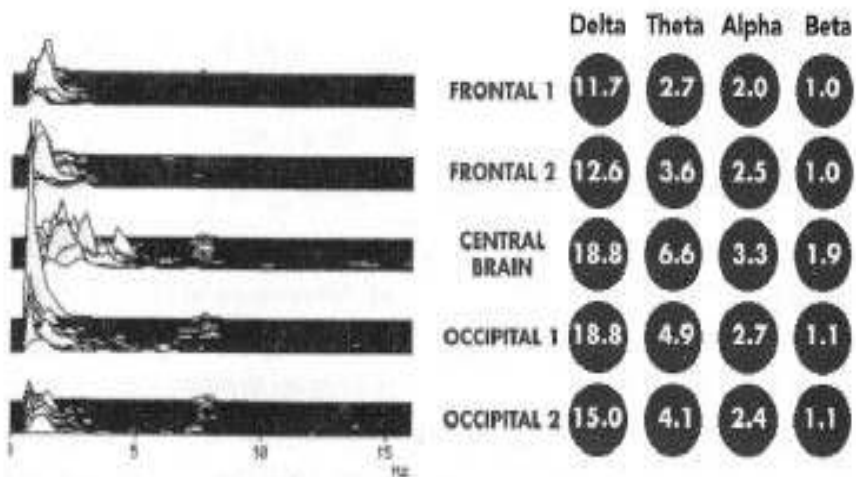
Dr. Shealy pediu a um senhor idoso para se deitar por uma hora para fazer um electroencefalograma (brainwaves).

Não tinha sido dito ao homem que eu estaria a tentar fazer uma sessão de cura à distância com ele.

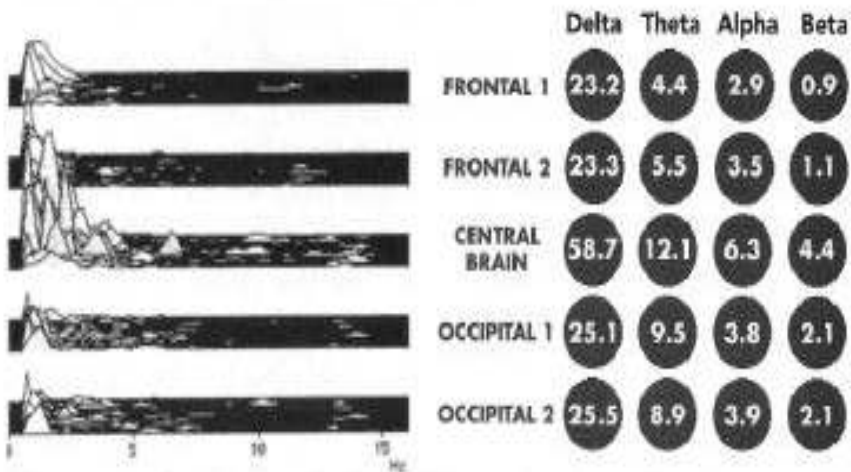
Quando uso a palavra "distante", aqui, quero dizer que não há contacto físico entre o profissional e o cliente.

Neste caso, eu estava apenas a cerca de doze metros de distância, mas baseado na minha experiência e na dos outros, não teria importância quer eu estivesse a 12 milhas ou 12.000 milhas de distância. Por 30 minutos, nós monitorizamos as ondas cerebrais do homem para usarmos estas informações como base. Neste ponto, uma das assistentes bateu no meu ombro, como sinal para começar a fazer cura à distância.

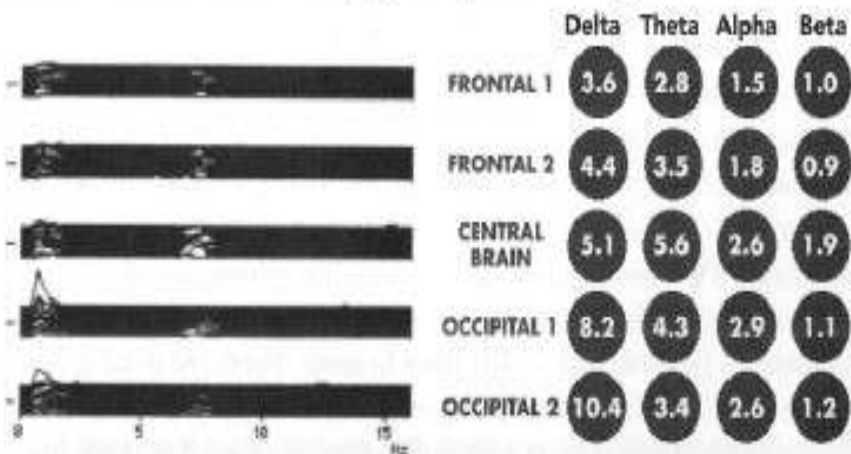
Durante os 30 minutos seguintes fiz correr a energia e, quando acabei, continuei a acompanhar seu electrocardiograma (brainwaves) por mais cinco minutos para ver se havia algum um efeito.



The data above represents a baseline of brainwave activity after the subject had been resting for thirty minutes.



Five minutes after the distant healing had begun. Note the significant increase of delta activity.



After thirty minutes of distant healing all brainwave activity has become profoundly quiet.

Os resultados surpreenderam-me muito. Nos primeiros cinco minutos depois de ter começado a aplicar energia, a actividade da onda delta do cérebro do homem tinha aumentado consideravelmente.

Na parte frontal esquerda e direita do cérebro, as ondas delta saltaram de 11,7 e 12,6, respectivamente, para 23,2 e 23,3.

A leitura do mesencéfalo saltou de 18,8 para 58,7 e a leitura do occipital foi acima de 18,8 e 15,0 para 25,0 e 26,3.

No final da sessão, a leitura do delta frontal caiu para um surpreendente 3,6 e 4,4, o seu mesencéfalo caiu para 5,1, e a leitura do occipital tornou a cair para 8,2 e 10,4, respectivamente.

Dr. Shealy disse-me que em trinta anos a observar as ondas cerebrais, nunca tinha visto um padrão tão tranquilo.

Acrescentou que se ele não tivesse estado a observar e só tivesse visto a última leitura da actividade cerebral, podia pensar que o homem estava em morte cerebral.

Acho este comentário muito interessante, uma vez que vem de um neurocirurgião.

Nas semanas que se seguiram a essa experiência, percebi que tinha sido abalado pela nova profundidade deste trabalho. No fundo, não acreditava que os meus pensamentos poderiam ter tido um impacto tão grande, como ficou demonstrado. Enquanto contemplava o que havia acontecido, ocorreu-me que o trabalho de cura à distância demonstra como estamos todos ligados uns aos outros e deu-me outra percepção de quão poderoso é o nosso amor.

Quando estamos a tocar em alguém durante uma sessão, estamos claramente a ajudar a mudar a vibração do tecido de uma maneira muito directa. Isto é o que tenho vindo a chamar de "cura local", devido à proximidade do praticante para o cliente.

Na "cura não-local", o praticante pode estar a cinco ou dez metros de distância, ou, possivelmente, na lua, que o impacto seria o mesmo, já que o campo é criado pelo pensamento. (?)

Um dos aspectos em que a cura à distância difere da cicatrização local é que no campo criado no trabalho à distância não é fácil mudar a estrutura. Ou seja, os ossos não se vão ajustar simultaneamente como o fazem a partir da cura-local. Dado que este é o caso, parece que o trabalho de cura à distância configura um tipo diferente de campo do que o da cura-local. Ocorreu-me então que, mantendo o campo distante e domínio local ao mesmo tempo, nós poderíamos criar uma sinergia de vibração não muito diferente de ter duas pessoas trabalhando juntas.

Os resultados são bastante profundos e gratificantes.

Quando dou as minhas aulas de Quantum-Touch, eu convido os grupos a fazer uma cura à distância com todas as pessoas que estão na sala. A experiência é bastante imediata e dramática, pois quase toda a gente pode sentir claramente os efeitos da energia. Como qualquer outra coisa, o trabalho de cura à distância parece ter os seus pontos fortes e suas limitações.

Aqui estão apenas alguns exemplos para dar uma amostra do quanto a cura pode funcionar à distância.

Um dos meus alunos, chamado John contou-me o caso de uma tia que tinha um tumor. Ele andava muito preocupado com ela. Exactamente às sete horas daquela noite John começou uma sessão para lhe enviar alguma energia. Ele concentrou-se profundamente, usou as técnicas de respiração, e continuou numa sessão completa de 30 minutos. Um pouco depois das oito, ele telefonou à tia e começou a conversar sobre outras coisas: como é que ia o seu marido, como é que estavam as crianças, o que está acontecendo... após cerca de quinze minutos, John perguntou-lhe como estava a sua saúde, em especial o seu tumor. De repente, a voz dela ficou muito animada e excitada, dizendo que se tinha passado algo surpreendente, exactamente às sete horas, ela começou a sentir "toda uma onda de energia a ir para o tumor", e ela disse que sentia como se fosse uma drenagem e que o tumor estava cada vez menor.

Ele perguntou-lhe quanto tempo continuou a sentir, e ela disse que tinha sido por exactamente 30 minutos, mas agora estava a sentir um calor maravilhoso, e estava entusiasmada com seu potencial para ser curada.

Ele disse que não quis lhe dizer o que tinha feito, porque pensava que ela não iria entender. Aparentemente, ela podia apreciar o amor, mas talvez não a explicação.

Eu estava a conversar com a minha amiga Lauri ao telefone uma noite e ela disse-me que estava a ter um ataque de alergia grave e estava a ter um angustiante ataque de dores nas costas. Tendo sido treinada como enfermeira, Lauri preparava-se para se medicar, mas sentia-se relutante, pois sabia que o remédio iria pô-la um pouco tonta e, por um par de dias, ela não poderia funcionar eficazmente.

Convidei-a para vir ao meu consultório e deixar-me fazer um trabalho de energia com ela, mas ela disse que era tarde demais e não estava a sentir-se bem o suficiente para vir até ao consultório.

"Então deixe-me fazer uma cura à distância", sugeri.

Ela estava decidida a tomar os remédios e eu protestei.

Finalmente, negociámos que, se ela não estivesse a sentir-se melhor passada uma hora, ela então, poderia tomar a sua medicação.

Comecei a fazer correr energia. Passados 25 minutos, o telemóvel tocou. Ela ligou para dizer que não só tinham passado os seus sintomas de alergia, mas também que a dor nas costas tinha desaparecido.

Directrizes para fazer cura à distância

Obter permissão.

É sempre uma boa ideia obter permissão para fazer cura à distância. Se, por um motivo ou outro, não pode obter a permissão, basta pedir que a energia seja usado para o bem maior, e enviá-la para o que for útil à pessoa.

O envio da energia para o bem maior é uma grande coisa para fazer de qualquer maneira.

Contacto com a pessoa a ser curada.

Se está a enviar energia para uma pessoa, animal ou planta, precisa de saber para quem vai a energia. Se não conhece pessoalmente, uma foto pode realmente ajudar a focalizar e direccionar a energia.

Contacto com a sua espiritualidade.

Isso é útil para aqueles que têm uma inclinação para o fazer. Pedir ajuda só pode melhorar o trabalho.

Use um objecto substituto para o ajudar a focar.

Evidentemente, é preciso uma maior concentração para manter o foco, quando está a fazer cura à distância. Como não pode simplesmente colocar as mãos sobre a pessoa e concentrar-se na sua respiração, você precisa de manter a intenção para que a energia vá para onde a está a enviar. Por estas razões, muitas pessoas gostam de pegar num objecto como um ursinho de pelúcia, um travesseiro, um cobertor ou ter um ponto de foco físico.

Não é necessário usar um substituto, mas é uma opção que pode ajudar.

Concentre a sua atenção no local que necessita da energia e imagine que ele está entre suas mãos.

Pode imaginar e ver se o lugar para onde está a enviar a energia está mesmo entre as suas mãos. Como está a usar a sua imaginação, pode estar a trabalhar directamente em órgãos ou outros tecidos. A chave aqui é não só trazer a sua atenção para o lugar onde deseja enviar a energia, mas manter ali a sua atenção, enquanto aplica a energia.

- **Use a respiração para exercitar a energia.** Como em todos os trabalhos Quantum-Touch, manter a respiração vai ajudar a projectar mais poderosamente a energia, através das suas mãos.

- **Combine técnicas diferentes.**

A cura à distância pode ser uma grande oportunidade para experimentar e combinar qualquer uma das várias técnicas durante a sessão.

- **Leve o seu tempo.**

As sessões de cura à distância podem durar trinta, quarenta e cinco, ou sessenta minutos. Isso pode obrigar a tomar um monte de compromissos por parte do praticante.

- **Não ficar angustiado com resultado.**

Como em outros trabalhos de Quantum-Touch, é importante ter em mente que você está simplesmente a manter uma ressonância e que não é responsável por fazer a cura.

É maravilhoso perceber que o nosso amor realmente tem impacto e pode ser sentido por aquelas pessoas a quem o desejamos enviar.

Agora, quando uso a frase: "Envio-lhe o meu amor", de repente percebo: "Eia, afinal, eu também posso fazer isso a mim próprio!"

A técnica de ressonância amplificada

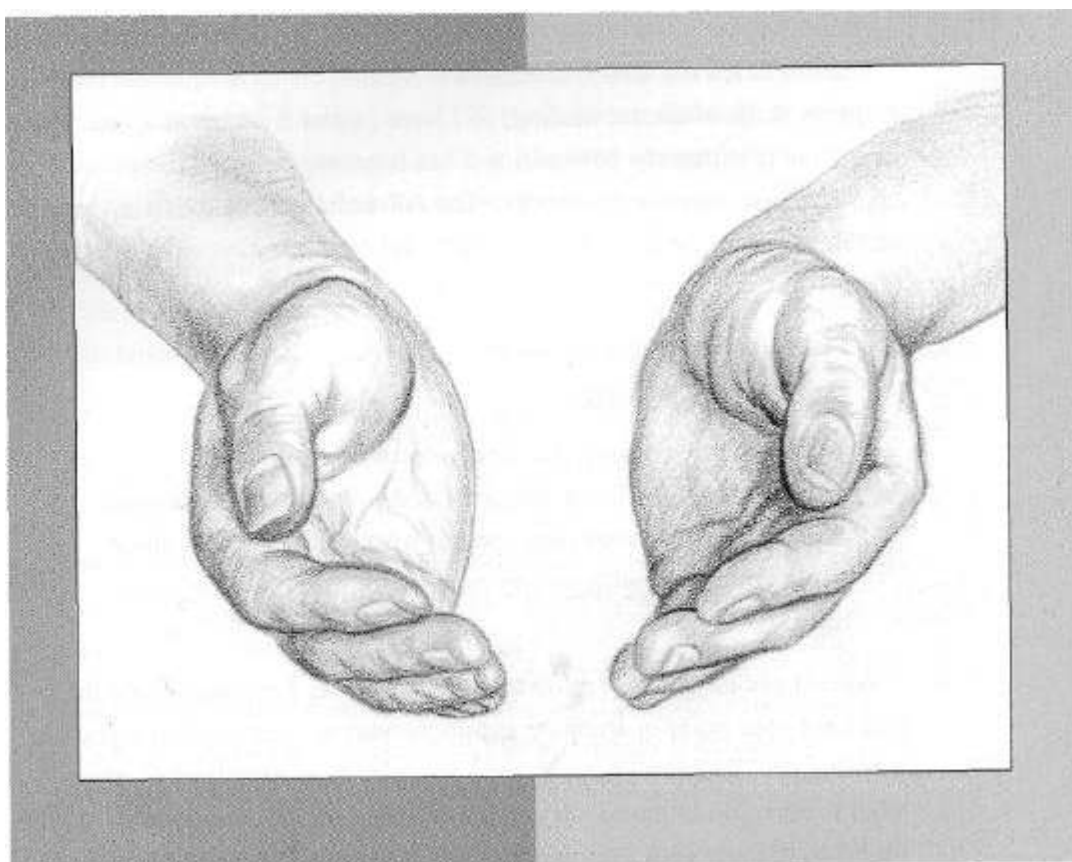
A técnica de ressonância amplificada é uma técnica de mãos que também emprega habilidades de cura à distância, para que eu a tenha colocado neste capítulo.

Essa técnica é extremamente poderosa e tornou-se uma das minhas abordagens favoritas para fazer funcionar a energia. A técnica da RA (Ressonância Amplificada), como temos vindo a chamá-la, exige uma boa dose de habilidade e concentração, uma vez que está a fazer duas coisas ao mesmo tempo.

1. Coloque as mãos sobre o cliente como faria normalmente e comece a aplicar a energia.
2. Enquanto está a aplicar a energia com as mãos, use a mente para "entrar" no tecido a ser tratado. Em cada pausa respiratória, a sua cabeça está dentro do tecido em que está a trabalhar e fica lá enquanto está a projectar, simultaneamente, a energia pelas suas mãos.

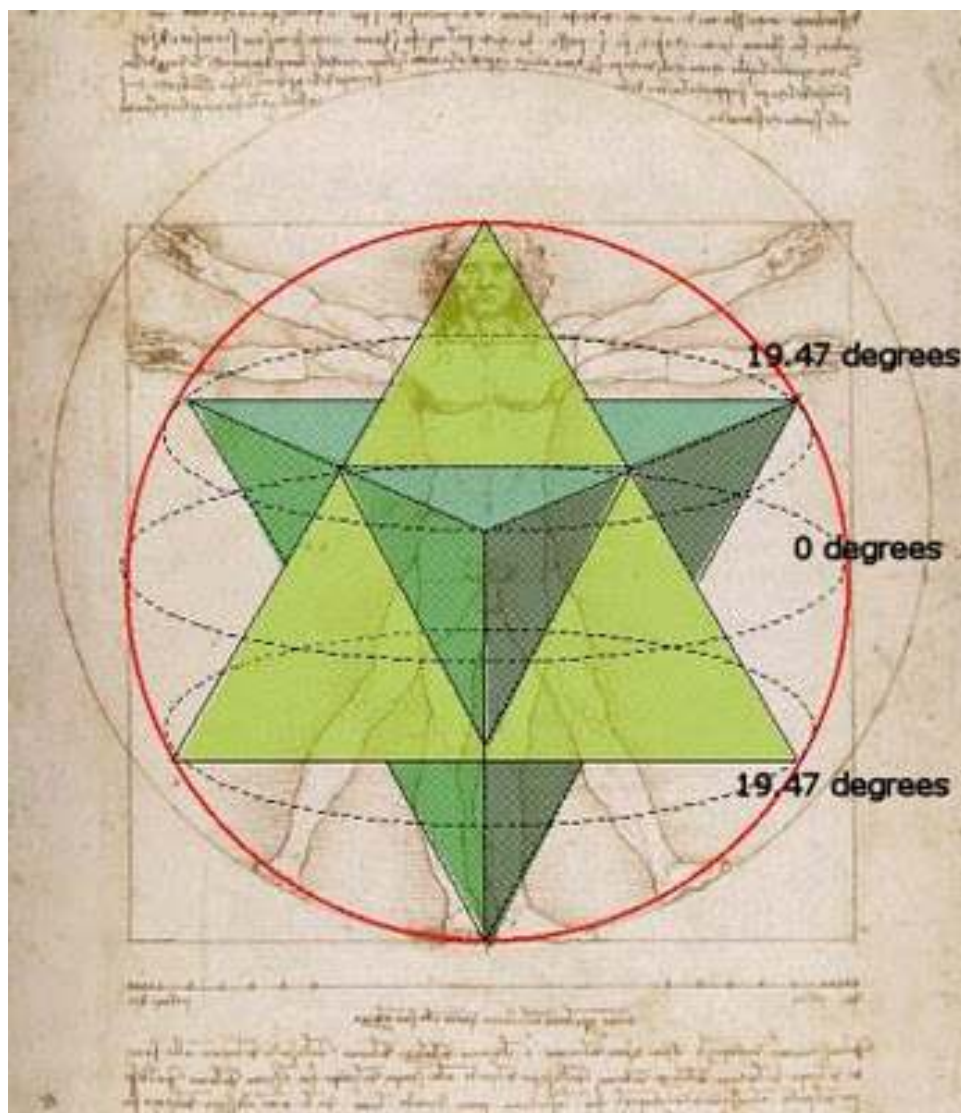
Quando eu digo para usar sua mente para penetrar no tecido, estou a sugerir que mantenha o seu foco de atenção dentro da parte do corpo em que está a trabalhar. Não tem que ter qualquer visualização particular sobre o que está acontecendo no tecido em que está a trabalhar, você precisa apenas de usar a sua intenção para manter ali a sua consciência. Se quiser, pode imaginar que a parte do corpo para a qual está a enviar a sua atenção está inundado com uma luz brilhante. Outra possibilidade é imaginar que está a trazer uma bola de energia que está fisicamente dentro da área em que está a trabalhar. O ponto principal é que mantenha uma atenção concentrada naquele lugar. Com sua mente, está a exercitar a energia no seu corpo, e, quando está a manter a respiração, também está a exercitar a energia pelas suas mãos.

FIM



Capítulo 13

Cura Emocional



O
U
T
R
A
S

T
É
C
N
I
C
A
S

E
S
S
E
N
C
I
A
I
S

Sob as águas turvas das emoção indesejadas e renegadas encontram-se vastos e escondidos tesouros de quem realmente somos.

Emoções e o Processo de Cura

Cinco de nós foram dar uma sessão de grupo a Helen. Ela tinha sido um dos mais difíceis pacientes com dor crônica do Dr. Norman Shealy, que não tinha respondido a qualquer tratamento tradicional ou de terapia alternativa. Após cerca de 20 minutos de sessão, ela foi ficando extremamente angustiada. Quando lhe perguntei qual era o problema, ela disse: "Existem emoções a chegar que eu não quero sentir e temo que se eu sentir essas emoções, elas são tão negras que eu estou com medo de nunca mais ficar bem de novo." Foi em Agosto de 1998, e eu estava mostrando ao Dr. Shealy e à sua equipa como o Quantum-Touch podia ser eficaz em tratamento de doenças de pacientes com dores. Naquele momento, Helen estava a receber uma sessão de Quantum-Touch dada por mim, Dr. Shealy, e três dos seus funcionários. Nos minutos seguintes o nível de sua angústia continuou a aumentar, e o Dr. Shealy conversou com ela e com o resto de nós que mantinha a respiração.

Da forma mais gentil e estimulante, o Dr. Shealy incentivava Helen a permitir-se sentir as emoções que estavam chegando. "Não, não, não", protestou ela, "se eu deixar sentir essas emoções, eu vou ficar presa nesses sentimentos para o resto da minha vida." Depois de alguns minutos de persuasão compassiva e gentil, o Dr. Shealy insistia para que ela se sentisse segura o suficiente para deixar começar a sair as emoções. Então passou por uma intensa onda de choro que durou cerca de cinco minutos, e depois, começou a sentir-se muito bem, maravilhosamente bem. Outros quinze minutos de sessão, e ela começou a sentir uma nova onda de tristeza. Mais uma vez, protestou ela, se ela se permitir deixar sentir as emoções, ela ficaria ali presa para sempre. O Dr. Shealy mais uma vez assegurou-lhe que não era esse o caso e que ela ficaria bem. Sentindo-se mais segura, ela então teve outra onda de emoções. Esta onda de tristeza aumentou ainda mais intensamente do que antes. Depois de alguns minutos de lágrimas, a alegria, mais uma vez, encheu o espaço onde a dor tinha dominado.

No final da sessão, ela informou que cerca de 70 por cento de seu sofrimento físico tinha sido aliviada. Esta era uma dor que há dez anos não tinha respondido a qualquer cura tradicional ou terapia alternativa que foi tentada. Quando lhe perguntei o que tinha experimentado emocionalmente, ela disse que tinha sido um sentimento de luto, pois sabia que, nesta vida, ela nunca teria um bebê. De alguma forma, permitindo deixar sentir completamente a intensidade dessas emoções, tinha libertado também muito de seu sofrimento físico. Helen passou ainda a dizer como poderia agora estar mais animado sobre seu futuro, se o aceitasse de uma forma criativa e que podia ser uma pessoa bem sucedida, mesmo sem um filho para criar.

Emoções subindo durante as sessões de Quantum-Touch não são incomuns.

Eu acho fascinante como as emoções específicas podem levar a uma catarse de experiências que pareciam ser consistentes e emoções que tinham sido suprimidas, oprimidas ou reprimidas. Assim muitas vezes, um acto de coragem que possa permitir que essas emoções sejam plenamente vividas, é exactamente o que é necessário para aliviar ou transformar as condições físicas. Estou convencido de que o maior bloqueio humano é a falta de vontade de experimentar a intensidade das nossas emoções.

Para a maioria das pessoas, a expressão da raiva é especialmente difícil e assustadora. E muitas vezes não é fácil expressar uma variedade de outras emoções, como dor, humilhação, vergonha, medo, raiva, e ódio. Infelizmente, as emoções positivas são também reprimidas. Muitas pessoas vão viver uma vida dolorosa, cheias de vergonha, raiva e medo e, assim, o que é algo realmente assustador e passam ao lado daquela sensação, que seria de uma profundidade maravilhosa e deixam de fruir aquela magnífica magnificência.

Quando faz brilhar uma luz em cima de uma sombra, ela desaparece.

Está muito para além do escopo deste livro lidar com as questões emocionais primárias de nexos e causalidade.

Entretanto, aqui ficam algumas abordagens que pode usar nas suas sessões de Quantum-Touch.

Directriz para lidar com emoções que podem surgir durante uma sessão

Confiar no processo.

É certo que pode ser penoso ver alguém passar por emoções intensas. A decisão mais importante que eu tive de tomar ao longo dos anos foi a de simplesmente confiar no processo. Continuo a aplicar energia, até as coisas, naturalmente, acontecerem sozinhas. A pior coisa a fazer seria ficar com medo e parar a sessão. É melhor conseguir dar tranquilidade, de acordo com cada tipo de cliente, mostrando que é bom, sentir o que ele ou ela está a sentir, e manter a funcionar a respiração e a aplicação da energia.

Fundamento. (Enraizamento) (Grouding)

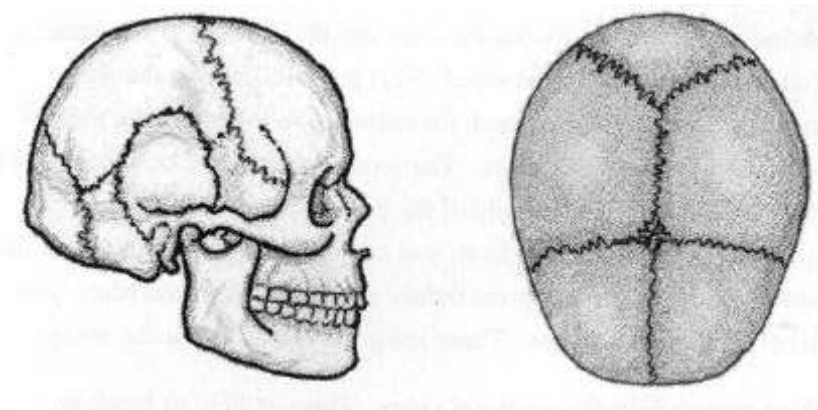
Manter as sensações dentro de seu corpo, como descrevi no capítulo 3. Isso vai ajudá-lo a ficar enraizado no seu lugar e a ficar melhor para poder ajudar. O ('Grouding' "aterramento") ficar enraizado, ancorado está descrito no capítulo 4.

Manter a respiração.

Mantenha a respiração e encoraje o seu amigo a respirar também. Isso pode acelerar o processo de cura e proteger as pessoas que poderiam deixar-se dominar pelos outros sintomas ou emoções da pessoa que está a ser tratada.

Aplicar energia na parte do corpo, onde estão a sentir as emoções.

Esta é uma técnica maravilhosa que pode auxiliar poderosamente o seu amigo a encontrar o equilíbrio emocional e aceitar os sentimentos que surgem. Coloque as mãos em sanduíche, à frente e à volta dessa área, para que as pessoas se sintam embalados pelas suas mãos. Se estiverem sentados, podem inclinar-se um pouco para a frente, de modo a ser o terapeuta a suportar o seu peso. (Eu sei que um certo número de psicoterapeutas usam essa abordagem para ajudar os seus pacientes a melhor receberem e processarem, responsabilmente, as suas emoções.)



Aplicar (Run) energia nas suturas e no cérebro.

As suturas são os espaços onde os ossos cranianos se ligam uns aos outros.

Desequilíbrios emocionais podem

levar as suturas a sair do alinhamento.

Passar cinco ou quinze minutos a fazer correr energia para as suturas pode ser muito útil, para ajudar as pessoas a encontrar seu próprio equilíbrio emocional.

Bob Rasmusson gostava de contar a história de uma mulher que estava a sofrer de forma incontrolável, quando lhe morreu um filho.

Depois de fazer correr energia nas suturas, não só verificou que ela procurou fazer o seu luto, mas também se sentia grata por ter conhecido o filho.

Executar energia para os chakras.

Fazendo correr energia em cada chacra é uma ótima maneira de equilibrar as emoções e pode também ajudar a libertação das emoções.

Pode aplicar energia em cada um dos seus chakras, e dar uma atenção extra aos chakras mais próximos da parte do corpo, onde as emoções se estão a sentir, mais profundamente.

Colocar as mãos em "prensa" nos pontos do chakra frontal e das costas pode funcionar muito bem.

Na maioria dos casos, pode ser estranho, delicado ou embaraçoso tocar as pessoas nos seus primeiros e segundo chakras.

Uma alternativa para colocar as mãos sobre o períneo, que é entre o ânus e os órgãos genitais, e estabelecer contacto com um ponto a cerca de uma polegada abaixo do umbigo.

Este é o ponto reflexo do primeiro chakra. A outra mão pode tocar o cóccix, de modo a que, em conjunto, poderem fazer um bom contacto com o primeiro chakra.

O segundo chakra pode ser contactado colocando os dedos na parte superior do osso púbico.

Se isto for muito delicado e um pouco constrangedor para o seu amigo ou cliente, pode aplicar energia para o interior e exterior dos calcanhares.

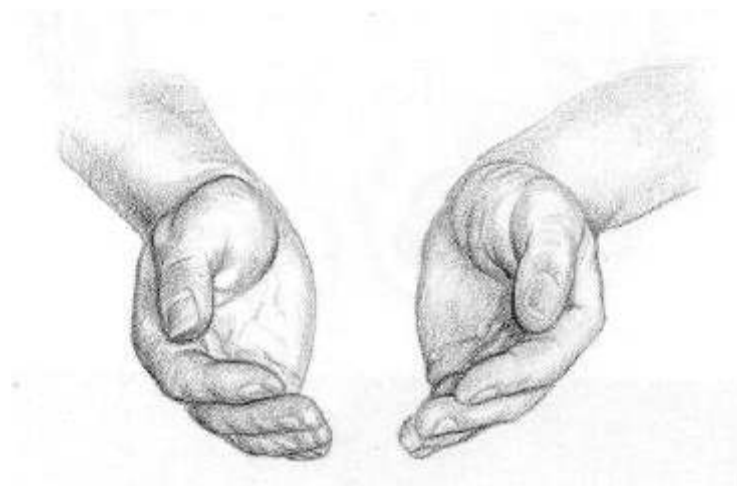
Se pressionar levemente os lados dos calcanhares, provavelmente vai encontrar uns pontos mais tenros e flexíveis. Estes são óptimos lugares para aplicar a energia no segundo chakra.

● **Corra energia para a crista occipital.**

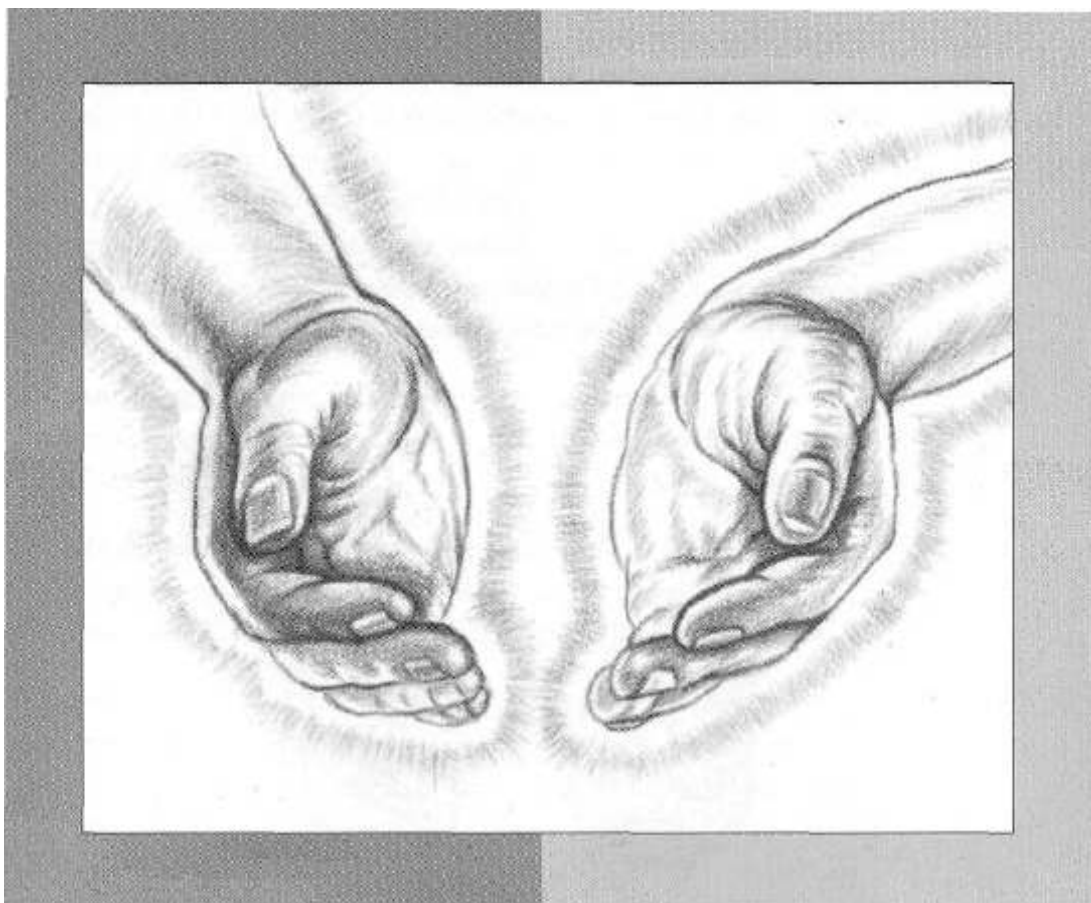
Isso pode ajudar a quebrar velhos pensamentos e padrões emocionais e às vezes podem ajudar a superar vícios.

● **Use cura à distância.**

A cura à distância pode ser útil no tratamento de pacientes de psicoterapia, onde realmente tocá-los não seria terapêutico, é, pelo contrário, contra-indicado ou não é fisicamente possível. Eu acho que é importante lembrar que a meta de trabalhar com as emoções das pessoas é, não para curar suas emoções, mas para os ajudar, energeticamente, a libertarem o que é preciso libertar ou deixá-los, naturalmente, entrar no seu próprio equilíbrio emocional. Como a água busca seu próprio nível, o corpo emocional procura encontrar o equilíbrio. Não é o seu trabalho corrigir ninguém, e, dada a oportunidade, as pessoas naturalmente vão procurar a sua própria cura.



FIM



Capítulo 14 Cura e Estilo de Vida Nutricional



O
U
T
R
A
S

C
O
I
S
A
S

E
S
S
E
N
C
I
A
I
S

Se você tem um buraco no fundo do seu balde,
não importa absolutamente NADA quanta água deitar
lá para dentro, porque tudo se irá perder.

Olhe bem para mim Senhor Doutor (Fix Me Doc)

Não tenho certeza de como esta noção me começou a aparecer, mas tenho a impressão de que muitas pessoas têm a ideia de que podem tratar seu corpo com menos respeito do que tratam o seu carro e, ainda assim, esperam que ele rode bem. Em última análise, toda a cura deve ocorrer dentro das células, pois a saúde das células é a saúde do corpo. Qualquer agricultor ou jardineiro sabe que se alimentar uma planta adequadamente e cuidar dela, ela vai resistir a insectos e doenças. Então é só do mais elementar bom senso que se tratem os nossos corpos também através da nutrição e hábitos de estilo de vida, para podemos ser saudáveis, também.

Ao longo dos anos, tenho visto muitas pessoas que vêm ter comigo com o desejo de os concertar "corrigir", como se fossem um relógio ou um rádio, que, simplesmente, poderia ser reparado.

Se uma pessoa não tiver feito um esforço para ter uma boa alimentação ou levar um estilo de vida saudável, o meu trabalho, embora fornecendo um alívio, numa certa medida, muitas vezes será semelhante ao deitar água num balde furado.

A pessoa que está doente é o médico e deve aprender a assumir a responsabilidade pela sua própria saúde.

Esperemos que este não seja um conceito novo.

Desde há muito, que há bons livros sobre o tema da nutrição e hábitos e estilo de vida saudável e por isso, não vou entrar em grandes detalhes aqui.

Eu gostaria de resumir aqui algumas áreas que, umas deveriam ser óbvias para todos, mas algumas outras talvez não sejam tão evidentes.

Antes de começar, gostaria de frisar que as pessoas são muito diferentes umas das outras.

O que pode ser bom para maioria das pessoas, pode não ser bom para si.

Ouçá o seu corpo, e talvez experimente que pode descobrir o que funciona melhor para si.

Muitas pessoas vão achar que naturalmente já gravitam na órbita da alimentação mais saudável e estilos de vida e das ideias apresentadas neste capítulo. Assim, podem ser simples lembranças do que já sabe.

Acho que o mais importante aqui é perceber que comer bem e ter um estilo de vida saudável são muitas vezes uma parte do ritual pessoal e de amor-próprio de um indivíduo.

Então vá em frente, continue a com estas ideias e descubra os seus próprios rituais de amor, que trabalham em seu favor.

Hábitos - Estilo de Vida que pode considerar

Encontre alguns alongamentos e exercícios cardiovasculares que goste de fazer e faça-os, regularmente.

O exercício moderado é o mais benéfico.

Pratique alguns exercícios de relaxamento, pelo menos, dez ou quinze minutos por dia.

A meditação pode ser útil.

Deixe que os seus pensamentos e emoções se centrem naquilo que ama, nos seus sonhos, e na sua gratidão.

Honestamente expresse e liberte as suas emoções guardadas, reprimidas, como forma de auto-realização.

Faça aquilo que ama, mesmo que seja só alguns minutos por dia, e envolva-se com a vida. "Viva a Vida".

Desista de fumar, ingerir álcool e drogas perigosas.

Sugestões Nutricionais

Como já disse, cada pessoa é diferente e as sugestões seguintes são apenas baseadas na minha experiência e na minha pesquisa.

Saiba o que funciona para si e, se tiver dúvidas, consulte um médico profissional competente, naturopata, quiroprático, ou acupunturista.

- **Desista de cafeína.**

A cafeína perturba os níveis de açúcar no sangue e os padrões do sono, e pode desmineralizar o corpo e pode contribuir para osteoporose. Isto não é tão difícil como parece, se você alimentar o corpo com uma boa nutrição. Use café descafeinado (?).

- Corte e, eventualmente, desista de açúcar e todas as coisas que terminam em "ose" – glicose, frutose, sacarose, e assim por diante. Isso inclui bebidas (soft), não mais do que alguns gramas de suco de frutas, mel, melão, milho calda, tâmaras, chocolate, doces, sorvetes, bolos, cereais em caixa... O americano médio consome cerca de 150 quilos de açúcar por ano.

Os doces são viciantes, mas muitas vezes pode desistir de açúcar e passe a comer quantidades adequadas de proteínas e remineralizantes do organismo. Fazer isto, muitas vezes basta para melhorar o humor de uma pessoa e aumentar o nível de energia durante todo o dia.

- Desista de fritos e gorduras fortes, como a margarina. Estas gorduras causam estragos no corpo, acelerando o envelhecimento e contribuindo para uma ampla gama de doenças degenerativas. Eliminar todos os alimentos que foram fritos em óleo, tais como rodelas de batata, batatas fritas, rodelas de cebola, outros fritos, e assim por diante.

- Elimine os aditivos alimentares, conservantes e alimentos processados como farinha branca e arroz branco.

- Algumas pessoas conseguiram prosperar como os vegetarianos, mas muitas pessoas não. O sinal de alerta mais comum da falta de proteínas é o desejo de doces. Para aqueles que querem ser vegetarianos e sentem vontade de doces, pode tentar comer mais soja, espirulina e nozes. Se isso não funcionar, tente adicionar ovos, peixes, ou aves à sua dieta.

Capítulo Quatorze: Cura e Estilo de Vida (Life-Style) Nutricional – 185

- Reconstituir os micro minerais no seu corpo usando derivados de plantas minerais coloidais. Usando estes minerais, muitas vezes, ajuda a reduzir ou eliminar a vontade de comer alimentos fritos, açúcar, cafeína, álcool e até tabaco.
 - Muitas pessoas não toleram o trigo, queijo ou leite, e pode haver outros alimentos, que podem causar reacções alérgicas. Se tiver dúvidas, faça este teste simples: Com o estômago vazio, tome o pulso e depois coma um alimento suspeito. Verifique o seu pulso novamente após quinze minutos, trinta e sessenta. Se seu pulso aumentou dez por cento ou mais, provavelmente é alérgico a esses alimentos e pode ter que desistir.
 - Coma cereais e amidos e vegetais folhosos. Só cerca de 25% da sua dieta deve ser composto por carne, peixe, ovos, nozes, sementes, e leite.
-
- Tomar suplementos. Estes podem incluir:
 - ? A vitamina A, 10.000 unidades por dia
 - ? complexo B
 - ? A vitamina C, bioflavonóides 1000 mg com uma ou duas vezes por dia
 - ? A vitamina D, como uma cápsula de óleo de fígado de bacalhau
 - ? A vitamina E, 400 a 1200 unidades por dia
 - ? Selénio, 200 megas por dia
 - ? MCHA cálcio 1000-1500 mg por dia, dependendo da necessidade. Bone Jarrow's Up com cálcio MCHA funciona bem
 - ? Magnésio glicinato ou taurate 500-750 mg por dia
 - ? 15-25 mg de zinco por dia
 - ? Cobre 1,5-2,5 mg por dia
 - ? MSM enxofre 500-1000 mg por dia
 - ? Enzimas, com amilase, protease, lipase e celulase, cápsulas de óleo de linhaça para os ácidos gordos essenciais, três cápsulas de 1000 mg, três vezes por dia
 - ? minerais coloidais - Corpo de Rockland Booster ou Clark
 - ? Minerais legendários coloidais funcionam bem. Tome uma onça por cada 100 quilos de peso corporal duas vezes ao dia, enquanto persistirem os desejos.

Síndromes de Deficiência de cálcio

Chegou ao meu conhecimento, através dos escritos de Lucas Bucci, Ph.D., Alan Pressman, DC, Ph.D., Herbert Goodman, MD, Ph.D., Theodosakis Jason, MD, e o infame (?) Joel Wallach, ND, DVM, quantas condições aparentemente não relacionados podem resultar das deficiências de cálcio causada pela osteoporose. Pensei que poderia compartilhar algumas dicas sobre o assunto, uma vez que a maioria dos estudantes que frequentam os meus cursos, parece sofrerem de uma ou mais das diversas formas de deficiência de cálcio.

Estas incluem as gargantas que soam como cascalho, as articulações ou costas que estalam, numerosas e persistentes dores de pescoço, e osteo artrite ou corcunda. A má notícia é que essas condições podem tornar-se muito dolorosas e debilitantes. A boa notícia é que são muitas vezes reversíveis. .

O processo funciona da seguinte forma:

O corpo requer um certo nível de cálcio no sangue para manter a saúde, e se não receber esse cálcio dos alimentos que ingerimos, ele vai buscá-lo aos nossos ossos e dentes. Como os ossos se tornam mais frágeis no interior (osteoporose e ossos quebrados), o órgão coloca o tecido duro por fora dos ossos e torna os ossos mais grossos. Isso, muitas vezes, faz com que, quando as pessoas estão avançando em idade, venham a ter uma grande quantidade de dor, como a pressão sobre os ossos e os ossos contra os nervos (como a ciática...). Nas áreas onde a lesão tenha ocorrido, os ossos, agora, enfraquecidos, tornam-se susceptíveis a mais lesões. O corpo compensa esta falha, armazenando um tecido de protecção em torno do pescoço ou nas costas (corcunda, a doença Legg-Perthe) e cálcio extra nas articulações (artrose).

Noutros casos, o cálcio armazenado é chamado de depósitos de cálcio ou bicos de papagaio (**bone spurs?**), dependendo de sua forma e localização. Quando o corpo começa a desgastar o osso do maxilar, as pessoas podem começar a ter as gengivas recuadas e dentes soltos ou perdidos.

Se também houver uma deficiência de magnésio, o cálcio pode ficar armazenado nos vasos sanguíneos através de um processo de calcificação maligna, causando o endurecimento das artérias e uma elevação da pressão arterial. Este problema é muitas vezes injustamente culpado do mau colesterol. Pode também passar a engrossar os ossos na cabeça, e eles podem exercer pressão sobre os nervos que vão para o cérebro e causar a doença de Meniere, zumbido, ou paralisia de Bell.

Deficiências de cálcio pode também causar insônia, cólicas, contracções musculares, dor lombar ciática, e, eventualmente, desempenhar um papel nos ataques de pânico e agravar a TPM (PMS)⁶.

Por várias razões, o cálcio retirado dos ossos não é tão absorvível pelo organismo, como aquele que vem a partir de outras fontes.

O corpo procura compensação absorvendo quantidades cada vez maiores de cálcio. Quando as pessoas, com uma grave osteoporose, recebem o diagnóstico de seus médicos, provavelmente, vai-lhes ser dito que eles têm níveis elevados de cálcio. A essas pessoas é dito, frequentemente, que devem ter uma dieta restrita em cálcio e tomar bloqueadores dos canais de cálcio. Isso pode ser uma ideia muito má, para alguém que sofre de osteoporose grave, quando o que precisavam era mais cálcio, e não, menos. Da mesma forma, se os níveis de cálcio no sangue são demasiado elevados, podem desenvolver pedras nos rins, e em muitos casos, os médicos dizem aos seus pacientes para evitarem todo o tipo de cálcio. Felizmente, há estudos recentes que mostram que, quanto mais cálcio uma pessoa consome, tanto menos será provável que venham a ter pedras nos rins.

A boa notícia é que este processo é normalmente reversível. Você, já alguma vez fez uma sopa de ossos? Quando a sopa arrefecer transforma-se numa consistência gelatinosa.

Os ossos são compostos por cerca de 30 por cento de gelatina, e é a gelatina que mantém os minerais dos ossos no lugar. Se colocar um osso de galinha dentro de um frasco cheio de vinagre durante algumas semanas, ao removê-lo, o ácido do vinagre eliminou os minerais do osso e, o que resta, é a gelatina. Nessa altura poderia, então, dar um nó com esse osso.

⁶ **PMS ou PMT**(British) : Premenstrual syndrome - Premenstrual tension - A famosa **TPM** (Tensão pré-menstrual). (<http://www.englishexperts.com.br/forum/como-dizer-tpm-em-ingles-t558.html>)

Ao tomar gelatina de carne, cartilagem de galinha, ou cartilagem de tubarão (que pode encontrar nas melhores lojas de produtos naturais), você pode suprir essa falta de colágeno para permitir receber os suplementos de cálcio que tomar, para realmente reconstruir os ossos e as cartilagens. Pode misturar uma colher de sopa de gelatina ou de cartilagem com uma pequena quantidade de sumo, e beber duas ou três vezes por dia (vai ficar com o sabor do sumo). Eu sugiro que tome enzimas com os alimentos para ajudar a empurrar a gelatina para baixo para a digestão. Muitas das melhores empresas estão agora a fabricar cálcio MCHA⁷, e as pessoas, que desejam reconstruir os ossos, podem tomar até duas vezes a quantidade diária sugerida. (Favor consultar o médico.) MCHA parece ser a forma mais absorvível de cálcio e muitas vezes vem com co-fatores importantes, tais como magnésio, boro, vitaminas do complexo B, vitamina D, zinco, cobre, enxofre e MSM. Tomar o cálcio sem a gelatina é como fazer um bolo sem leite ou ovos – simplesmente não vai funcionar! A gelatina e a cartilagem são constituídas principalmente por cologénio, e cerca de 10 por cento de glucosamina e condroitina e 10 por cento sulfatos. Tomando glucosamina e condroitina extra pode ser benéfico, mas não é um substituto para a gelatina ou cartilagem.

Aqui estão algumas notas adicionais sobre o cálcio.

Uma cápsula de óleo de fígado de bacalhau por dia pode ser uma grande fonte de vitamina D, um co-fator importante na absorção do cálcio.

Os exercícios com pesos ajudam as pessoas a manter a massa óssea e, inversamente, a proteína animal em excesso faz com que as pessoas percam cálcio e cartilagem.

Posso dizer-vos das minhas pesquisas e experiências pessoais, e das dos meus alunos, que esse programa realmente funciona.

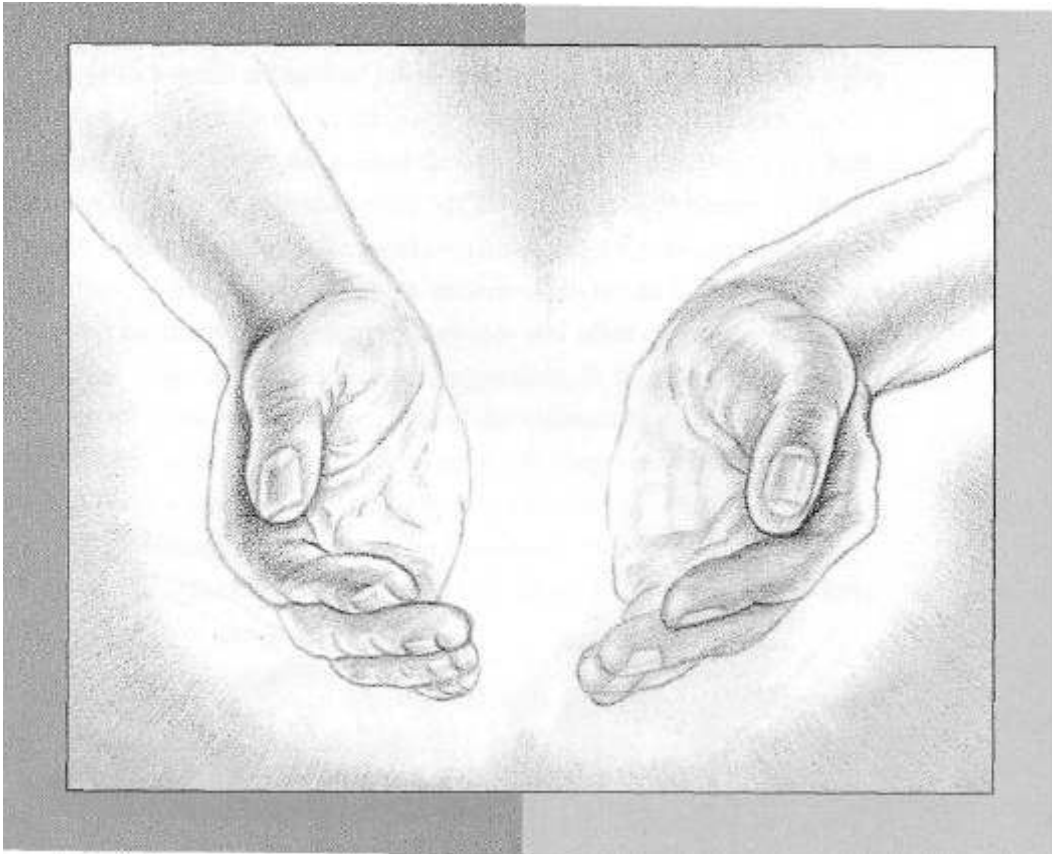
Infelizmente, não conheço nenhuma alternativa vegetariana que tenha colágeno ou que possam fazer esse trabalho.

Faça o que fizer, seja gentil consigo mesmo.

Eu percebo que eu cobri um grande lote de terreno, muito rapidamente, e que estou apenas arranhando a superfície sobre o assunto. É minha convicção de que vai encontrar outras informações bastante úteis, na medida em que estiver, cada vez mais informado e interessado.

⁷ **Complexo De Cálcio (MCHA): Importante para suporte dos ossos:** • Promove ossos e dentes fortes – • melhora a absorção do que outras formas de cálcio - • Ajuda a proteger contra a osteoporose • Nutriente necessário para manter uma coagulação sanguínea saudável • Suporta a composição mineral dos ossos.





Capítulo 15
Material de Diversão (Fruição)
Fun Stuff



O
U
T
R
A
S

C
O
I
S
A
S

E
S
S
E
N
C
I
A
I
S

"A vida é um dom, e é nossa, mas é preciso aprender a recebê-la."

Lazaris

Quando eu era criança, lembro-me de sonhar acordado na escola sobre como seria bom inventar ou descobrir algo realmente maravilhoso.

O meu pensamento seguinte foi mais desanimador: já tinham sido inventadas tantas coisas boas, e quem era eu, afinal, para conseguir descobrir alguma coisa de novo?

Um dos aspectos do Quantum-Touch que me encanta profundamente é que apenas quem decide experimentar e aplicar a energia vital pode descobrir e inventar novas as técnicas ou aplicações.

Essa experimentação pode ser um pouco mais do que uma brincadeira divertida, mas, muitas coisas valiosas, podem ser descobertas e aprendidas.

Dividi este capítulo em três secções:

"Diversão com Objectos Inanimados",

"Diversão com Alimentos" e

"Diversão com as Pessoas."

Gosto de pensar na criatividade e na exploração como uma diversão, mas eu levo "as minhas brincadeiras muito a sério".

Muitas vezes descobertas ocasionais (Serendipitous) levam a muitos avanços importantes. Então, convido-o a brincar com estas sugestões, a divertir-se, fazer as suas próprias descobertas, e quando aprender algo novo, escreva-nos e diga-nos o que descobriu. Esperamos fazer sair um boletim de tempos a tempos para partilhar histórias, descobertas, insights, e, claro, notícias.

Então, se estiver pronto, vamos **BRINCAR**... jogar... fruir... Vamo-nos divertir.

Diversão com objectos inanimados

Cintos e luvas

Pegue num cinto de couro comum e segure-o suavemente sobre as têmporas de um amigo como um cinta d cabeça (**headband**). Levemente coloque o polegar, indicador e anelar de cada lado (posição tripé) no cinto, directamente sobre as têmporas do seu amigo, de modo a que a energia vá para o cinto, durante aproximadamente dois minutos.

Depois de ter feito isso, agora exercite a energia directamente nas têmporas do seu amigo, sem o cinto em torno de sua testa. Eu tentei este pequeno teste muitas vezes e vi que pessoas, que são capazes de sentir a energia quando são tocados, não são capazes de sentir quando a energia está a ser executada através da correia.

Uma propriedade intrigante e muito interessante do couro é que ele parece absorver a energia vital e não a deixa passar. Não importa quanta energia descarregue num cinto de couro comum; pela minha experiência, não será capaz de "enchê-lo com energia." Não importa quanto tempo possa gastar a injectar energia no couro, pois o couro nunca chega ao ponto em que a energia começa a passar ou possa irradiar para o outro lado.



Este pequeno e aparentemente sem importância dado de informação pode revelar-se extremamente valioso quando são conduzidos testes duplo-cegos. Basta ver profissionais não treinados com luvas de couro fino efectivamente a bloquear as propriedades curativas do ambiente vital. O benefício das "sessões de luvas" seria, portanto, para testar o efeito placebo.

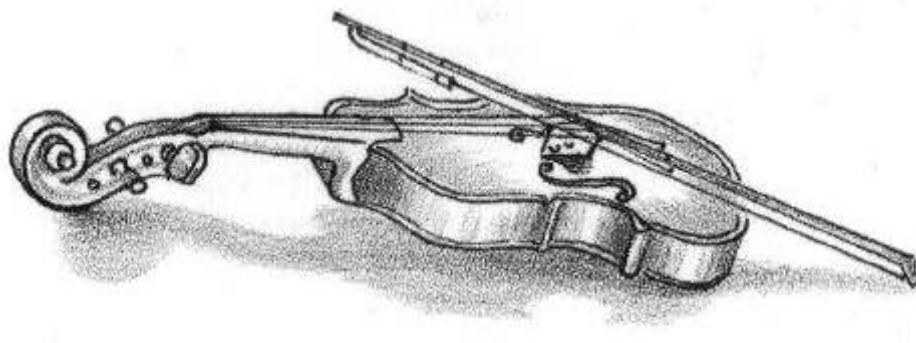
Nós também testámos luvas de borracha, do mesmo modo que tínhamos feito com cintos de couro e constámos que apenas uma fracção da energia passa através das luvas. Embora seja difícil o consenso neste caso, para ser exacto, a nossa experiência indica que aproximadamente só um terço da energia é capaz de penetrar na luva.

Quero referir também, enquanto estou a tratar este assunto, que o nylon grosso e o poliéster são também capazes de bloquear a energia, bem como de couro. Eu não tenho certeza se o portador de nylon pesado, poliéster, ou de couro tem quaisquer implicações na saúde, mas eu acredito que é um assunto digno de nota para ser estudado.

Enquanto o couro estava vivo, talvez pudesse absorver a energia sem uma grande ineficácia na cura. Isto pode soar um pouco exagerado, mas quando ler sobre as minhas experiência com uma guitarra, você pode reconsiderar.

Diversão com suas Guitarra ou Stradivarius - "muito caras".

Eu tenho um violão com 35 anos, com cordas de nylon que tem um excelente som, claro e brilhante. Um dia eu tive a inteligente ideia de fazer fluir a energia para a caixa de madeira do meu violão. Como já se deu conta até agora, eu gosto de experimentar coisas novas. Talvez isto pareça um pouco louco, mas já fui acusado de coisas piores.



Quando tentei fazer correr a energia por cerca de uns seis ou oito minutos, não consegui sentir nenhuma conexão de energia; isto é, parecia que a madeira não estava a responder à energia. Este fenómeno é aquele a que eu já me referi anteriormente como "padrão bloqueado". A seguir, gradualmente, eu comecei a sentir um campo de energia que ia aumentando, lentamente, entre as minhas mãos e a caixa do violão. Ao fim de cerca de cinquenta minutos, eu tinha energia suficiente para pôr a vibrar a parte da frente e de trás, enfim, toda a caixa da minha guitarra. Eu fiquei muito animado a tocar o meu violão e a deliciar-me com aquele som delicioso. Peguei, outra vez, no violão e toquei mais um acorde. Em vez de ouvir aquele som brilhante e claro, era como se estivesse a soar como um som diferente, como se a guitarra estivesse cheia de água. Não importa o que toquei, mas parecia que estava a tocar um violão de 20 dólares com cordas de 10 anos de idade.

A minha primeira reacção foi de ficar bastante animado e orgulhoso por pensar que poderia realmente perceber tanto sobre a causa e efeito sobre a ressonância da madeira. A minha reacção seguinte foi um de negação: isto não podia ser verdade. Arrumei a guitarra, saí e comprei cordas novas, e percebi que aquilo devia ser da minha imaginação. Três dias depois de ter colocado as cordas novas e de a ter afinado cuidadosamente com o meu afinador eléctrico e decidi que certamente o som ficaria bom de novo, porque certamente devo ter feito tudo como devia ser. As novas cordas soaram apenas cerca de 5 por cento melhor do que as cordas antigas. A minha terceira reacção foi de uma grande tristeza. "Oh meu Deus, eu matei o meu violão."

Depois, após ter apreciado melhor a nova guitarra, decidi que esta não seria a opção final, como último recurso, eu utilizei o velho truque de construtor de guitarras. Coloquei a guitarra junto a um alto-falante estéreo e deixei a música a tocar ao pé da guitarra e saí de casa. Após alguns meses deste tratamento na madeira, a guitarra começou a soar novamente muito bem. Comecei a acreditar que a guitarra estava, pelo menos, tão boa como antes. Podia até estar um pouco melhor, mas não podia ter a certeza.

Tal como acontece com muitas descobertas, afinal ficava com muito mais perguntas do que respostas. A minha melhor teoria é que a energia, de alguma forma, tinha alterado a posição das moléculas da água e, portanto, tinha afectado a ressonância da madeira, tornando o som alagado. Talvez de uma maneira semelhante ao das luvas de couro, a energia estava tentando trazer a vida de volta para a caixa de madeira.

Eu tenho que fazer um comentário final. Por favor, note que o título desta secção é "Diversão com a **sua** cara Guitarra ou Stradivarius." A palavra "sua" está ali colocada completamente intencionalmente. Eu, decididamente, não vou tentar de novo com a minha!

Diversão com água e comida - Carregar água...

Se gosta de enviar energia vital para cada um de seus cem triliões de células, tudo o que precisa de fazer é carregar a água e beber. O carregamento de água ou qualquer outro líquido é muito fácil de fazer. Utilizando ambas as mãos, basta segurar o copo ou a garrafa com as duas mãos ou apenas com as pontas dos dedos, de modo a que as mãos direita e esquerda não fiquem em contacto uma com a outra, e depois enviar energia para a água por alguns minutos. Com esta posição das mãos, as forças da energia vão passar para o líquido que está entre as suas mãos.

Um casal de físicos explicou-me que a água tem a capacidade de alterar ligação do hidrogénio e pode apreender uma infinita variedade de estruturas.

Acreditamos que o Quantum-Touch funciona num nível sub atómico da matéria, o que pode explicar como isso pode ser possível.

A água muda de gosto quando lhe aplica energia, e a extensão da mudança muitas vezes dependem da origem da água e a extensão da carga. Por alguns anos, eu, informalmente, pegava num dos dois copos de água, sem que ninguém estivesse a ver, dava-os a beber às pessoas e perguntava a cada um deles que sabores tinham notado.

Sem qualquer treino, as pessoas continuavam a usar as mesmas expressões habituais para descrever a água que tinham provado. Na maioria dos casos, as pessoas diziam que a água era "sedosa", "suave", "mais suave", "melhor sabor", "menos metálico", "menos gosto de cloro", e ocasionalmente, alguns chamaram a água carregada "grossa" ou mesmo "xaroposa".

Há alguns anos atrás, eu estava documentando sessões de Quantum-Touch, com equipas masculinas e femininas de basquete, da Universidade da Califórnia, em Santa Cruz, onde, numa sessão de cerca de dez minutos em média, reduzia o seu nível de dor em 50 por cento. Uma noite, duas jogadoras reclamaram muito sobre o horrível sabor que tinha a água da torneira e decidi fazer outra experiência. Elas foram encher garrafas de plástico com a água da torneira e ficaram a fazer caras feias e comentários depreciativos, cada vez que bebiam das suas garrafas de plástico.

Perguntei a uma delas para me deixar ver se poderia ajudar. Segurei uma garrafa por cerca de dois ou três minutos e deixei correr energia. Quando terminei, ela pegou a garrafa e tomou um golo: "Não é bom", disse ela. Ela então pegou numa garrafa de bebida de uma sua amiga e fez uma cara feia e mais comentários depreciativos que não vou repetir aqui. A sua amiga bebeu de ambas as garrafas com as mesmas reacções.

Para confirmar a sua própria experiência pouco depois, chamaram mais duas jogadoras, que estavam fora do espaço, e, sem explicar nada, sobre o que se passava com as duas garrafas, disse: "Gosto dessas garrafas de água. Provem e digam-nos o que pensam." As duas mulheres provaram as garrafas e tiveram exactamente as mesmas reacções que as mulheres que me tinham visto carregar uma das garrafas. Cada uma delas disse que a água carregada não tinha bom gosto, mas quando provaram a água descarregada, cada uma fez uma cara feia, adicionada com comentários altamente depreciativos.



Carregar água com alguém que você ama

Apresento agora aqui uma pequena e agradável variação sobre o modo de energizar a água. Encha um copo de água que você e um amigo vão energizar juntos. Use a técnica de empilhamento de mãos que eu já descrevi anteriormente. Quando carregam a água juntos, há um efeito sinérgico maravilhoso, que é maior do que a soma das partes. Quando estiver pronto, vá em frente e compartilhem a água que energizaram. Este pode ser um adorável ritual, uma bênção ou oração.

Carregamento energético de vinho

O carregamento energético de vinho pode ser muito divertido. Descobri que é mais fácil demonstrar o carregamento em vinho branco do que o de vinho tinto. Durante muito tempo, as pessoas diziam-me que o gosto acre estava significativamente reduzido quando o vinho branco foi energizado, mas a maioria das pessoas com quem eu conversei disseram que gostaram da diferença. Só por curiosidade um dia, fui a uma casa vinícola e perguntei à senhora que estava a servir o vinho, se ela me poderia ajudar a entender o que é que as pessoas estão a querer dizer quando se referiam ao gosto do vinho.

Ela serviu diferentes provas de diferentes vinhos para me aperceber do leque da complexidade, o sabor, e assim por diante. Perguntei-lhe se ela podia provar o vinho que eu ia energizar e me dissesse o que pensava. A princípio, ela recusou, porque ela estava certa de que nada mudaria. Finalmente pedi-lhe por favor para me ajudar a superar qualquer ilusão que eu tinha sobre a alteração do sabor do vinho.

Ela, então, provou cuidadosamente cada uma das amostras duas vezes, comparando o que estava carregado com o normal. Provou cada uma segunda vez para ter certeza das suas descobertas e, em seguida, perguntou-me: "Você percebe o que fez? Você percebe o que o está a fazer?" "Não, por favor diga-me," perguntei eu. "Você destruiu a complexidade deste vinho e você quase tirou também o sabor." "Isso é bom?" perguntei eu, timidamente. "NÃO! É muito, muito decepcionante (ABVDs)!" Só para ter certeza do que ela realmente queria dizer com isso, eu provoquei-a mais um pouco e, levantando os braços para dar mais ênfase, disse: "Se quiser, eu poderia carregar todas as garrafas, que estão aqui, numa só vez." Ela imediatamente ficou muito indignada e inflexível, enquanto agitava os braços e gritava: "Não, não faça isso!"

Sumo de toranja

É divertido fazer correr energia num sumo de toranja, pois ele tende a amenizar as picadas do gosto um pouco acre. A maioria das pessoas, acham um sabor pungente ou desenxabido o gosto do suco energizado, mas é divertido ver a diferença.

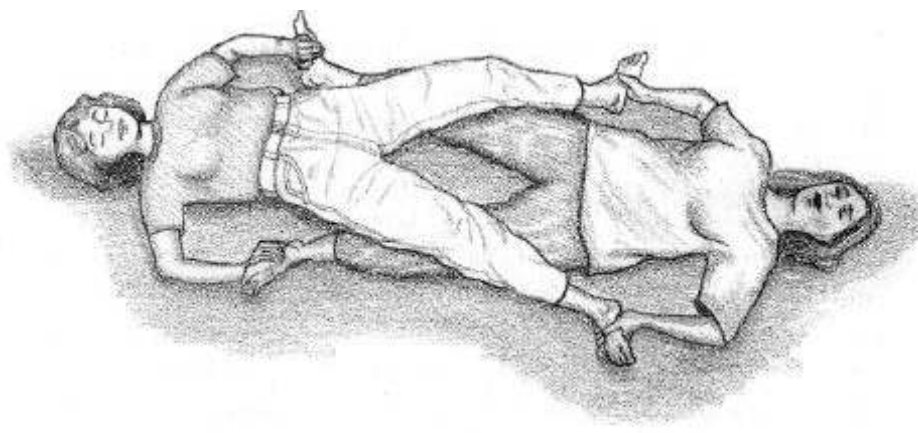
Energizar alimentos ou bebidas e Vitaminas

Vá em frente e aplique energia nos alimentos, bebidas e suplementos nutricionais. Basta colocar as mãos sobre os alimentos e exercitar a energia. O campo criado irá infundir energia no seu alimento.

Vá em frente e carregue as suas vitaminas também.

Se abençoar a sua comida, pode considerar isto como uma bênção.

Diversão com Pessoas



carregamento dos Chakras a dois

Esta é uma técnica de cura muito bela e de balanceamento, em que as duas pessoas estão simultaneamente a dar e a receber. Um carregamento mútuo dos chakras pode ser uma maneira maravilhosa de compartilhar o amor, relaxar, experimentar a cura, ou passar a maravilhosos estados alterados de consciência.

Com um pouco de prática, esta técnica pode tornar-se a favorita entre os casais ou amigos que desejem explorar as possibilidades.

A fim de fazer isso com sucesso, as pessoas precisam de saber como exercitar a energia e fazer o trabalho com os chakras como descrito nos capítulos 5 e 6.

Quanto mais poderosamente cada uma das pessoas fizer correr a energia e, quantas mais vezes fizerem isso (desde que seja confortável), mais gratificante e bem sucedido será o resultado.

Na posição como mostra a figura acima, cada pessoa activa o seu primeiro chakra e dirige a energia através das mãos e dos pés para o da outra pessoa. Quando ambas as pessoas sentirem que atingiram uma forte carga, podem passar para o segundo chakra.

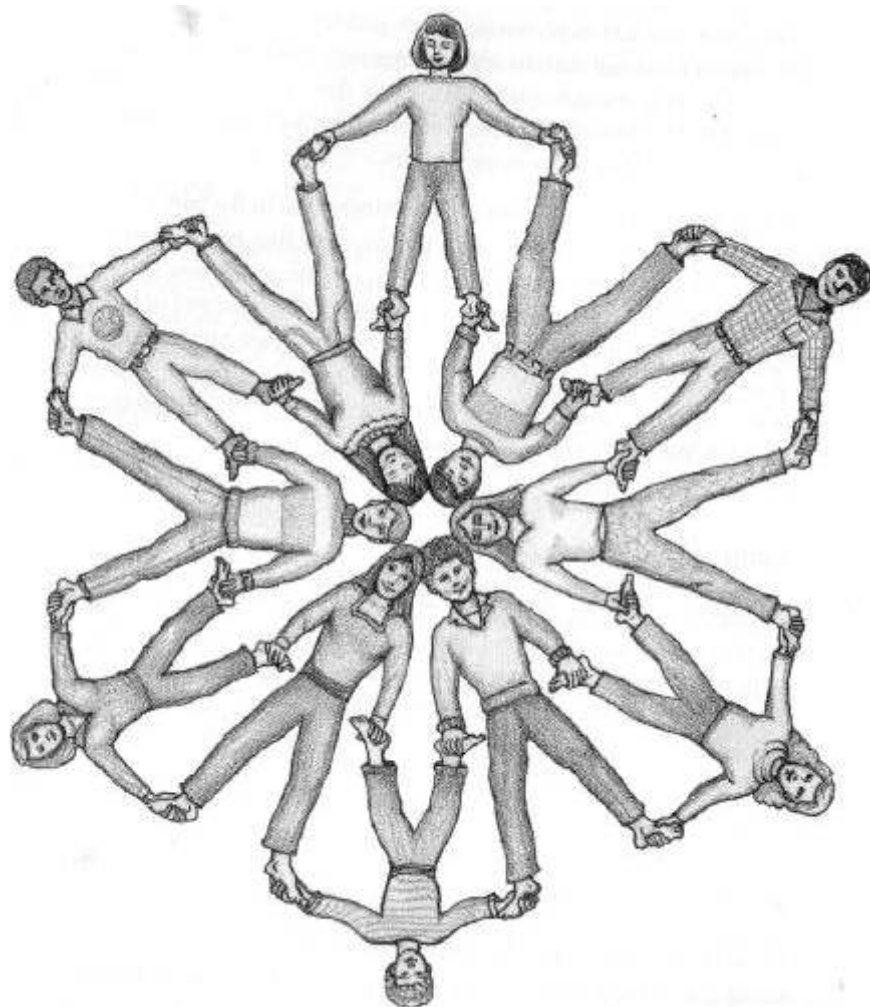
Continuem desta forma passando por todos os sete chakras e depois podem continuar a trabalhar com os chakras oito a doze.

Mudem a posição de tempos a tempos, se a situação não for confortável. A manutenção de uma posição desconfortável pode causar dor nas costas.

Uma vez que esta posição, em geral, é um pouco estranho, não há posicionamento exacto para as pernas e os braços.

Lembre-se de respirar!

A ESTRELA SOLAR



Aperte o cinto e prepare-se para a descolagem.

Eu experimentei, com um grupo de cura, esta técnica que eu chamo Estrela do Sol, e as pessoas que utilizam esta técnica têm sentido experiências profundas e maravilhosas.

Muitos têm dito que esta experiência lhes trouxe incríveis estados de consciência muito tranquila, experiências espirituais, ou até experiências fora do corpo.

Algumas pessoas têm comentado que as mudanças que acontecem nos seus corpos são extremamente desconfortáveis, nos primeiros cinco ou dez minutos, antes de começarem a sentir que estão a passar para algo de maravilhoso.

Cada pessoa do círculo precisa deve comprometer-se a fazer isso durante pelo menos 15 minutos ou mais.

Devem ter um número par de pessoas para se poderem organizar no padrão, conforme é ilustrado na página anterior. Cada pessoa envia energia através das mãos para os pés de duas outras pessoas.

Você pode usar a tonificação em grupo, o vortex, ressonância dos chakras, técnicas ampliadas girando e, claro, a respiração de fogo.

Quanto mais experiente e poderoso for cada um dos membros do grupo, mais surpreendente serão os resultados. A sinergia de tantas e diferentes vibrações, todas misturadas, é uma experiência incrível e deliciosa.

Além disso, Estrela Solar é um pacote inteiro de diversão.

Abraçando um Parceiro

Algo tão simples como a abraçar outra pessoa, seja em pé ou deitado, pode ter um novo significado e melhorar a qualidade da experiência se estiver a exercitar energia com todo o seu corpo e a projectá-la pelas mãos enquanto se abraçam. Quanto mais tempo durar o abraço, mais energia é trocada. Lembre-se de respirar!

Sexo – Como fazer uma coisa boa ainda melhor

Praticando estas técnicas com um amante pode trazer uma nova dimensão de prazer. É uma ótima maneira de manter contacto, conseguir a libertação do stress, e de entrar em sintonia um com o outro, para que as suas vibrações sejam mais compatíveis.

Quando as duas pessoas sabem como exercitar energia através do seu próprio corpo e transmiti-la ao outro, o Quantum-Touch pode prolongar e intensificar o prazer íntimo e sensual do orgasmo e trazer novas experiências para uma vida sexual mais dinâmica e emocionante. Fazer correr energia também é ótimo para os preliminares. A chave é praticarem juntos. Quando fizerem isso, naturalmente, acontece também a cura e a partilha de energia.

Abraço em Grupo

Mesmo o "abraço colectivo" normal pode tornar-se algo muito especial, se todas as pessoas estiverem a usar Quantum-Touch e a exercitar a energia através das mãos, enquanto o abraço está a acontecer. Lembre-se de continuar respirando.

Isto funciona ainda melhor se estiver sem sapatos e colocar gentilmente a ponta do pé sobre o pé da pessoa ao lado, ficando assim todos ligados com as mãos e os pés.

Trabalhando com o que sabe

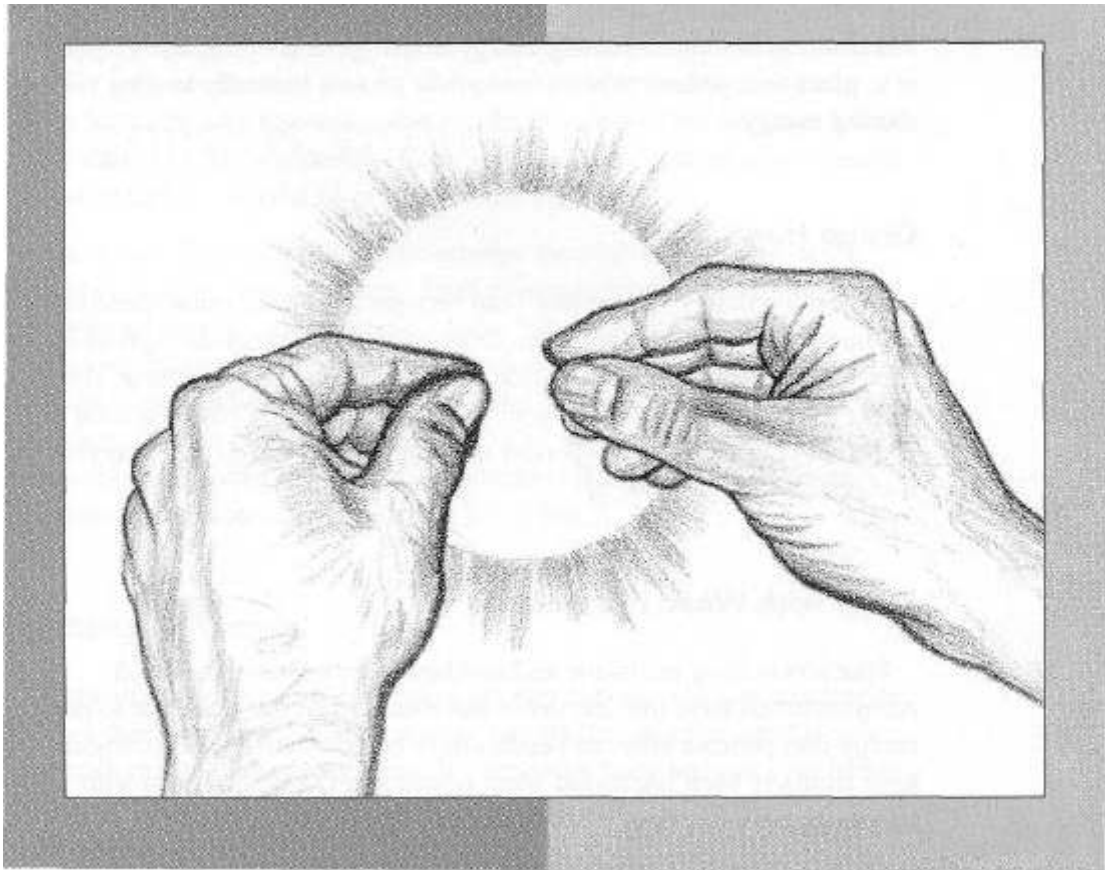
Use qualquer técnica de cura e combine-a com o Quantum-Touch. Acupunturistas têm-me dito que têm transformado a sua prática ao aplicarem energia em pacientes após inserirem as agulhas. Reflexologistas ficaram igualmente impressionados ao combinar Quantum-Touch com pontos de reflexologia. Use o que você sabe.

O objectivo deste capítulo é dar-lhe completa liberdade, até para se divertir e experimentar todas as formas de exercitar energia.

Uma amiga minha contou-me que os outros trabalhadores do seu escritório, ficavam cheios de ciúmes, pois quando o seu chefe distribuía rosas a todos os trabalhadores, todos os meses, a dela durava sempre muito mais do que a dos outros. O segredo dela é que ela aplicava energia na flor e na água.

Vá em frente com as suas experiências, divirta-se, e diga-me o que descobriu.

FIM





Capítulo 16

**O Futuro da
Energia de Cura**



**V
I
S
Ã
O**

**A Energia é uma essência real
por detrás da aparência da
matéria e da forma.**

Imagine

Creio que este é um bom momento para compartilhar um sonho que tenho alimentado desde há mais de 20 anos e, neste momento crucial, talvez este sonho possa enfim enraizar-se e começar a aparecer na realidade manifesta. Na parte mais profunda de mim mesmo, como uma oração silenciosa, fui alimentando uma visão, muito perto do meu coração. Imagino um futuro em que a força da vida virá a ser universalmente aceite como sendo real – real, no mesmo sentido que nós aceitamos o magnetismo e a gravidade.

Enquanto há uma consciência cada vez mais popular do prana, ki, chi, acontece que, nos círculos científicos, a energia da força vital ainda é considerada pouco mais do que um mito ou folclore.

Então venha junte-se a mim nesta ideia, se quiser considerar o que seria o mundo, se houvesse este consenso universal, de que a energia da força vital, é, de facto, real. Encontrar e aplicar novas ferramentas para medir e avaliar o impacto da energia como força de vida, seria como colocar um novo par de óculos, com os quais passaríamos a ver o mundo. Cada faceta da vida pode ser visto em termos de se aumenta a força de vida ou a diminui – e, assim, poderíamos fazer um novo conjunto de escolhas.

Apresento apenas alguns exemplos:

- Quando a força vital for considerada real, imagino um novo ramo da ciência estabelecida, que será chamado "Life Force Science", onde estes fenómenos seriam rigorosamente estudados, em cada Escola Superior de prestígio e nas Universidades. Seriam feitas descobertas a uma velocidade extraordinária, bem como seria finalmente reconhecida e aceite que é a própria energia, que diferencia o que está vivo do que é morto.

O entendimento de que a consciência afecta a matéria, através da função de força de vida, teria um impacto profundo sobre os estudos da física, química, biologia, medicina e psicologia.

- Quando a força vital for considerada real, vamos passar a ver os curadores a trabalhar em cada hospital, em cada sala de emergência, e em cada ambulância. Vamos ver grupos de curadores a trabalharem com pacientes algumas vezes por dia.

- O Dr. Norman Shealy sugeriu que os pacientes em cuidados intensivos poderiam receber sessões de terapia intensiva programadas por grupos treinados em Quantum-Touch. Sessões de cura passariam a ser uma rotina, antes, durante e após a cirurgia.

A recuperação dos pacientes e a cura passariam a ser algo parecido como ficção científica, se a avaliarmos pelos padrões actuais.

Quando as companhias de seguros avaliarem os biliões de dólares que vão economizar, se pagarem sessões de Quantum-Touch, acredito que veremos este trabalho implementado.

- Imagino o dia em que todas as crianças vão aprender a fazer trabalhos de cura desde a pré-escola.

Quando um criança cai e se magoa, as outras crianças, naturalmente, vão correr e fazer sessões de cura. Quando uma criança é hiperactiva e causa problemas na sala de aula, em vez de punição, o professor pode pedir às outras crianças, quais de entre elas gostariam de dar a essa criança amor e energia vital.

No momento em que cada criança terminasse a sua educação, todos seriam incrivelmente poderosos curadores e isso seria maravilhoso.

- Quando a força vital for aceite, espero ver chegar o dia em que as pessoas vão, natural e casualmente, fazer sessões de cura em si, sempre que é necessário e onde quer que estejam no momento: numa fila do cinema, numa livraria, numa festa, numa estação de comboio, em qualquer lugar que as pessoas se encontrem.

- Quando a força vital for aceite, espero que todas as equipas desportivas profissionais vão viajar com uma equipa de profissionais em energia vital. Não há dúvida de que este trabalho vai acelerar a cicatrização das lesões e potenciar o rendimento das equipas.

- Posso imaginar o trabalho da força vital de cura a ser amplamente utilizado nos países desenvolvidos e nos países do terceiro mundo.

- Finalmente, posso imaginar que haverá avanços com este trabalho que eu não posso começar nem posso imaginar, hoje.

Nesses tempos, os cientistas, que parecem ser os sacerdotes modernos, dizem ao mundo o que é e o que não é assim. Acredito que poderá haver um valor optimizado e passarmos a trabalhar com o modelo científico "DoubleBlind".

Os cientistas cépticos seriam rapidamente chamados à razão, mostrando-lhes que essa coisa chamada "energia" como nós gostamos de dizer, não é uma "coisa" sem sentido, uma vez que não faz nenhum "trabalho" no plano físico. "Trabalho" é um termo preciso que os físicos usam para descrever como a energia afecta à matéria.

Em várias experiências feitas pelo Dr. Bernard Grad, na Universidade McGill, em Montreal, em 1960, descobriu que, entre outros efeitos, os curadores eram capazes de causar um ligeiro decréscimo, mas mensurável, na tensão superficial da água. Alterar a ligação do hidrogénio na água que afecta a tensão na superfície é claramente uma demonstração de "Trabalho" no plano físico.

Mais recentemente, o Dr. Glen Rein, Ph.D., e o director da Quantum Research Biologia, Laboratório em Northport, New York, realizaram experiências semelhantes e mostraram que os curadores eram capazes de causar amostras de DNA, que podiam apresentar um espectro mais apertado ou mais solto, com base na intenção do praticante. Acredito que é só uma questão de tempo antes de provar conclusivamente que o que chamamos de "energia" realmente é a energia, mesmo do ponto de vista da física.

Creio que também é necessário provar que a força da vida não é um fenómeno psicológico. Para testar isso, vamos abordar as universidades e dizer-lhes que a chamada "terapia placebo" está a dar exageradamente bons resultados, e nós gostaríamos de entender esse "mecanismo psicológico."

Um teste simples pode ser projectado para funcionar com pessoas que acabaram de extrair os dentes do siso.

Um grupo receberia uma verdadeira sessão com as mãos apoiadas levemente sobre o queixo.

Um segundo grupo receberia uma sessão idêntica com um médico inexperiente, e um terceiro grupo não receberia qualquer sessão.

Há novos tipos de drogas que são capazes de bloquear a parte do cérebro que permite a sugestão, placebo ou pôr a funcionar a habituação.

Alguns sujeitos recebem essas drogas. Eu acredito que o resultado dessas experiências mostra que a cura não foi devida a um mecanismo psicológico.

Então, quando surge a questão sobre o mecanismo que poderia explicar os resultados, podíamos repetir o trabalho do Dr. Bernard Grad ou Dr. Glen Rein e mostrar que existe uma força física envolvida.

Se um fenómeno não é devido a um mecanismo psicológico e é causado pela força de uma energia, temos um argumento para discutir a criação de um novo ramo da ciência. Eu gosto de pensar nisto como "Força da Ciência da Vida", já que o nome é universal e deve incluir uma infinidade de modalidades de recursos naturais de cura.

Enquanto isto pode parecer perfeitamente autoevidente e óbvio para os praticantes do trabalho de energia, por razões políticas, religiosas, sociais e económicas, esses entendimentos continuam um mistério para a cultura em geral. Só posso imaginar como seria maravilhoso sentir a viver num mundo onde a força da vida não fosse apenas reconhecida, mas abraçada e acarinhada.

Quando a força de vida for considerada real, teremos uma nova lente através da qual a poderemos ver o mundo.

A forma de cultivar alimentos e aquilo que comemos será avaliado em termos de como afecta a nossa força vital.

A educação será avaliada por processos como forma criativa e amorosa para melhorar a força de vida da criança.

As práticas médicas poderiam vir a ser avaliadas pela forma como os tratamentos melhoraram a força de vida do paciente.

O valor do exercício, yoga, pranayama, tai chi e outros vários tipos de exercícios corporais podem assumir uma nova importância.

Nós podemos ver como o riso, a expressão honesta das emoções, e o impacto do amor, carinho, ternura, e toque podem aumentar a força de vida.

Quando consideramos a força da vida real, nós vivemos em um mundo que pode transformar as suas prioridades e ser um lugar mais saudável e mais gratificante para nós todos.

Eu já vejo o dia, em que a cura se vai tornar uma habilidade universal, e o nível de dor e sofrimento no planeta será reduzida a uma pequena fracção do que vemos hoje.

Vi famílias aproximarem-se através da sua prática de cura.

Prevejo um dia em que a Família Universal, de toda a humanidade, pode enfim aproximar-se por meio do poder inato e universal de amar cada um e todas as outras, com o uso dessa energia de cura.

Biografia

Richard Gordon é reconhecido como dos pioneiros no campo da energia de cura.

O seu livro, – Healing Hands – Experiência da polaridade – é um best-seller que foi traduzido para nove idiomas e é um guia clássico para de trabalho da energia.

Hoje, como fundador da Quantum-Touch, Richard é um palestrante aclamado internacionalmente, em conferências em centros médicos, faculdades de quiropraxia e holística, institutos de saúde...

Mr. Gordon tem estado no Heartwood Institute and The Holistic Health Institute.

Para obter informações sobre cursos, eventos, certificação profissional de Quantum-Touch e outros produtos, entre em contacto em:

www.quantumtouch.com

Quantum-Touch
Edifício dos correios Box 852
Santa Cruz, CA 95061-0852



um

"Quantum-Touch appears to be the first technique that may truly allow us all to become healers."

*–Dr. C. Norman Shealy, M.D., Ph.D.,
Founding President of the American Holistic Medical Association*

Quantum-Touch – The Power to Heal

Quantum-Touch represents a major breakthrough in the art of hands-on healing. Whether you are a complete novice, a professional chiropractor, physical therapist, body worker, healer, or other health professional, Quantum-Touch allows you a dimension of power in your work that heretofore has not seemed possible.

This book clearly teaches you to use special breathing and body focusing techniques to raise your energy level so high that with a light touch, you can see postural corrections spontaneously occur as bones gently glide back into their correct alignment. Beyond this, pain and inflammation are rapidly reduced and healing is profoundly accelerated. The work is so easy that children naturally learn to do it, yet so powerful it is endorsed by physicians, acupuncturists and chiropractors. Since the body already knows how to heal itself, the practitioner need only apply the energy to affected areas. For the millions suffering from neck or back pain, this may be the safest, fastest, and most effective treatment ever discovered.

Quantum-Touch can also be quite helpful when applied to a wide variety of situations such as in distant healing, to help balance emotional distress, or even to heal your pets. The future is now and Quantum-Touch is not only a profound discovery, but also an essential human skill.

"Quantum-Touch is a remarkably effective and easily learned method of generating powerful healing energy...I Highly recommend this book."

– Dr. William S. Eidelman, M.D.

"Quantum-Touch is a powerful hands-on healing technique that can be used effectively by lay people as well as professionals. I highly recommend it."

– 1997 Dr. Patricia Warkus, M.D.

"You actually have to see this work to know how good it is. Bones move into alignment with just a light touch, and it speeds up the healing process."

– Darla Parr, D.C.

"I am thrilled at the simplicity and the effectiveness of this technique. Quantum-Touch is a great awakening."

– John Jacobs, Ph.D.

U S \$18.95
Canada \$29.95

Distributed by Publishers Group West
ISBN 1-55643-320-4

