

ФРЭНК КИНСЛОУ



# ТЕХНИКА КВАНТОВОГО ИСЦЕЛЕНИЯ

МГНОВЕННОЕ ИСЦЕЛЕНИЕ:  
ТЕХНИКА КВАНТОВОГО СМЕЩЕНИЯ

Фрэнк Кинслоу



# ТЕХНИКА КВАНТОВОГО ИСЦЕЛЕНИЯ

«СОФУЯ»



2 0 1 2

УДК 615.851  
ББК 53.57  
К41

*Перевод с английского Е. Мирошниченко*

**Кинслоу Фрэнк**

**К41** Техника Квантового Исцеления [Мгновенное исцеление: Техника Квантового Смещения] / Перев. с англ. — М.: ООО Издательство «София», 2012. — 288 с.

ISBN 978-5-399-00361-0

«Техника Квантового Исцеления» — пошаговая инструкция для исцеления от физической и эмоциональной боли в течение нескольких минут. Этот процесс называется Квантовое Смещение (КС), он доступен каждому и не требует сложного обучения. В основе метода — чистое осознание, находящееся за пределами ума. Практикующие переживают восхитительный опыт внутреннего раскрытия — и процесс недуга оборачивается вспять. Само осознание проблемы помогает ее решению.

Это не просто книга, это практическое руководство к позитивным жизненным изменениям... всего за несколько мгновений!

УДК 615.851  
ББК 53.57

THE SECRET OF QUANTUM LIVING  
Copyright © 2010 by Frank J. Kinslow  
All rights reserved. Lucid Sea, Inc.

Все права зарезервированы, включая право на полное или частичное воспроизведение в какой бы то ни было форме.

ISBN 978-5-399-00361-0

© «София», 2011  
© ООО Издательство «София», 2011

# Содержание

|  |     |
|--|-----|
| Предисловие .....  | 7   |
| Раздел I. Квантовое Смещение .....                                       | 11  |
| Глава 1. Чудеса .....  | 13  |
| Глава 2. Как стать счастливым .....                                      | 19  |
| Глава 3. Чистое осознание .....  | 33  |
| Глава 4. Я думал, что мысли<br>в моей голове — мои .....                 | 43  |
| Глава 5. Познай свое Истинное Я .....                                    | 55  |
| Глава 6. Квантовое Смещение .....  | 85  |
| Глава 7. Практическое применение КС .....                                | 101 |
| Раздел II. Целостная жизнь .....   | 111 |
| Часть I: Ум  |     |
| Глава 8. Исцеление негативных эмоций .....                               | 115 |
| Глава 9. Творчество и преодоление блоков ....                            | 127 |
| Часть II: Тело   |     |
| Глава 10. Избавление от физической боли .....                            | 139 |
| Глава 11. Улучшение спортивных показателей..                             | 147 |
| Глава 12. Пространственная ходьба .....                                  | 155 |
| Часть III: Взаимоотношения   |     |
| Глава 13. Секс, любовь и Вселенская Любовь ...                           | 161 |
| Глава 14. Совершенные взаимоотношения .....                              | 169 |
| Глава 15. Сон и бессонница .....   | 175 |
| Глава 16. Правильное и неправильное питание..                            | 181 |
| Глава 17. Путешествие без усилий .....                                   | 187 |
| Глава 18. Преодоление финансовых<br>трудностей .....                     | 193 |
| Глава 19. Дети .....   | 201 |
| Приложение А. Наиболее часто задаваемые<br>вопросы и ответы на них ..... | 221 |
| Приложение Б. История о том,<br>как Ничто изменяет мир.....              | 273 |
| Глоссарий .....  | 281 |

В меня тоже пускали стрелы ненависти, но они всегда пролетали мимо, поскольку стрелы эти принадлежат какому-то другому миру, с которым я никак не связан. Я живу в том одиночестве, которое приносит боль в юности, зато дарит наслаждение в зрелости.

*Альберт Эйнштейн*

Две птицы, две неразлучные подруги, сидят на одном и том же дереве. Одна клюет плоды, другая только наблюдает. Первая птица — это наше индивидуальное «я», питающееся удовольствиями и страданиями этого мира.

Другая — наше вселенское Истинное Я, безмолвно свидетельствующее все происходящее.

*Мундака-упанишада*

## Обзор

**З**накомство с *Квантовым Смещением* — откровение для большинства людей. Вдруг выясняется удивительная вещь: вопреки всему, что твердили родители, учителя, друзья, общественные деятели, духовные авторитеты и политические лидеры, — нам вовсе не нуж-

но всю жизнь трудиться в поте лица для того, чтобы обрести желанный покой и удовлетворение. Наоборот, движение по стандартному внутреннему или внешнему пути чаще всего не помогает душе обрести чистоту и невинность ребенка. Испытав КС, люди бывают потрясены тем, насколько быстро и легко к ним с первого же раза приходит внутренний покой и исцеление на внешнем уровне. И они осознают, что это состояние было с ними всегда — просто оно терпеливо ожидало признания. Какое дивное наслаждение — убедиться, что Царство Божье действительно внутри нас и нам не нужно ничего делать, чтобы его достичь.

В этом разделе вы научитесь наслаждаться своим новообретенным осознанием, одновременно выполняя привычные и непривычные дела повседневности. Вы научитесь сохранять ощущение *чистого осознания* за рулем, за столом, на брачном ложе, во сне и так далее. Научитесь лечить душевную боль у себя и у других, а также использовать целебный бальзам *чистого осознания* для избавления от физических недугов.

Практикуя КС, в первую очередь вы начнете ощущать себя комфортно в мире. Вы почувствуете, что природа, люди и даже неодушевленные объекты связаны между собой некой единой сетью осознания. Повсюду вы будете замечать проявления дружелюбия. Ваше эго расширится за пределы потребности в личной власти и расслабитесь, приняв давно отвергнутую роль — быть целостным человеком.

По мере того как вы будете практиковать КС, ваши чувства обострятся, и все вещи станут восприниматься тоньше — обретут некое мягкое мерцание, как будто все на свете — живое. А ведь и вправду — все полно осознания и жизни. Вы станете обнаруживать пре-

лесть в самых неожиданных вещах. Это и желтый лист, силиющийся оторваться от ветки и вернуться к земле, потешная походка пьянчужки, марево над капотом вашего автомобиля, застрявшего в пробке в жаркий день. Нет такого явления, где не было бы места *чистому осознанию*. Вы все чаще будете с изумлением повсюду замечать свое *Истинное Я*, отвечающее вам улыбкой на улыбку.

Второй раздел нашей книги имеет четыре части: «Ум», «Тело», «Взаимоотношения» и «Все остальное». Деление весьма условное, и порой граница будет размытой. Я рекомендую начать чтение второго раздела с главы восьмой «Исцеление негативных эмоций». Эта глава задает тон всему второму разделу и содержит кое-какую ключевую информацию. Дальнейшие главы можно читать в любом порядке — как вам интереснее. Советую вначале прочитывать каждую главу целиком, а затем выполнять предложенные в ней упражнения на КС.

Выполняйте КС в течение нескольких дней, а потом перечитайте главу снова. Это позволит устранить любые искажения, которые вы могли непроизвольно внести в свою практику. Помните: сила КС — в простоте. Чем больше вы усложняете практику действием или мыслью, тем менее она эффективна. Чем меньше, тем лучше. А лучше всего — Ничто. Усилия и старания сводят КС на нет. Итак, вот ключевое правило: *«Если ты не ощущаешь легкости и радости, тогда это не КС»*.

Готовы? Готовы к тому, что я перестану вещать, жестикулировать и надоедать вам? Тогда чего вы ждете? Переворачивайте страницу и начинайте новую главу в своей жизни.

## ЧАСТЬ I: УМ

### Глава 8

---

# ИСЦЕЛЕНИЕ НЕГАТИВНЫХ ЭМОЦИЙ

Поздравляю: вы утратили последнюю надежду.

*Фрэнк Кинслоу. За пределами счастья*

Чем сильнее ум старается избавиться от боли,  
тем сильнее боль.

*Экхарт Толле*

**М**ой взгляд рефлекторно метнулся на звук разбитой тарелки, а затем медленно вернулся к женщине средних лет, сидящей напротив меня за мраморным столиком кафе с ультрасовременным интерьером. То был островок спокойствия, населенный дезертирами из суетного утра, которое нетерпеливо поджидало нас за стеклянными дверями.

Женщина была моим давним другом. Она приехала на несколько недель в Сарасоту, чтобы понежиться под ласковым зимним солнцем Флориды. Мы не виделись давно, а потому новостей накопилось много. Она рас-



сказывала мне о своих детях, о работе, о проблемах со здоровьем... Потом поставила чашку на стол и подняла взгляд. Искорка, игравшая в ее глазах всего несколько секунд назад, угасла. Я ждал. Когда она нарушила тишину, голос ее звучал глухо и грустно.

— Вот ты говоришь, что для обретения внутренней безмятежности нам нужно утратить последнюю надежду, — сказала она с чувством. — Но надежда — это все, что у меня теперь есть, с моим-то диабетом. А что останется, если я утрачу надежду? Ничего.

— И чем же плохо ничто? — спросил я.

Она посмотрела на меня озадаченно.

— Ну, если у меня не останется ничего... я перестану быть собой. От одной только мысли об этом я чувствую себя опустошенной и покинутой.

Подруга словно съезжилась прямо у меня на глазах — как будто обвалилась во внутреннюю пустоту.

— Отказаться от надежды — значит отказаться от самой себя, — молвила она.

— А давай проведем небольшой эксперимент, — предложил я. — Но ты должна мне довериться и делать в точности то, что я говорю.

Женщина насторожилась, но согласилась. Я велел ей закрыть глаза. Она положила обе руки на стол, сплела пальцы и сомкнула подрагивающие веки. Под веками ее зрачки лихорадочно метались из стороны в сторону, не решаясь отдаться окутавшей их манящей темноте.

— Отпусти свою надежду, — сказал я. — И пусть на смену ей придет ничто. Что ты чувствуешь?

После нескольких напряженных секунд она взмолилась:

— Мне страшно... тревожно... очень неудобно. Не нравится мне это.

— Потерпи немного, — подбодрил ее я. — Какая эмоция самая сильная?

— Страх, — спокойно ответила подруга.

— Вместо того чтобы отворачиваться от страха, пристально всмотришься в него. Остро осознай свой страх. Под твоим взглядом он изменится, — тихо сказал я. — Что происходит со страхом, когда ты на него смотришь?

— Вначале он усилился. Я даже хотела открыть глаза. А теперь он превратился в бледную тень. Мое осознание словно солнце, а страх рассеивается, как туман!

— Продолжай. Наблюдай свой страх, — велел я.

Через некоторое время, заметив, что ее дыхание изменилось, я спросил:

— А сейчас что ты видишь?

— Ничего.

— Ты ощущаешь страх?

— Нет. Совсем ничего, — повторила женщина.

— Теперь сосредоточь внимание на этом ничто, как ты сосредоточивала его на страхе. Что ты чувствуешь?

— Полную безмятежность, — ответила она с некоторым изумлением.

Тело ее расслабилось, на лице заиграл румянец. Веки перестали вздрагивать, а зрачки — метаться. Должно быть, нашли, на чем стоит остановить взгляд.

Я велел ей открыть глаза. Лицо подруги расплылось в улыбке.

— Что это было? — спросила она.

— Страх — это тень, отбрасывающая другие тени: тревогу, панику, раскаяние... И если мы отворачиваемся от этих теней, они уходят в подсознание, где становятся еще гуще. Надежда уводит ум из настоящего (где есть безмятежность) и манит его в будущее. Надежда,

как и будущее, — это всего лишь иллюзия. Надежда, как и счастье, обусловлена. Безмятежность же не обусловлена ничем, она есть всегда. Необусловленность означает свободу от любых вещей, идей и эмоций; свободу от борющихся противоположностей — добра и зла, рождения и смерти. Ничто тоже не обусловлено и свободно от противоположностей. Ничто — источник безмятежности. В действительности нас пугает не само ничто, а *мысль* о нем. Безмятежность — это экран, по которому мечутся все эти тени, порождая иллюзию жизни. В результате спокойного наблюдения ты научишься смотреть сквозь тени страха и его зловещих спутников, и тебе откроется безмятежность, лежащая в основе всего этого. Безмятежность всегда была там — словно любящая мать, присматривающая за ребенком.

Тем утром мы с подругой говорили о многом, и вот неожиданно пришло время прощаться. Мы встали из-за столика и оглядели людный зал кафе.

— Диабет твой никуда не делся, но, избавившись от надежды, ты сможешь принимать его безмятежно, — сказал я.

Подруга широко улыбнулась и крепко обняла меня. Затем повернулась и, открыв стеклянную дверь, вышла в хаос внешнего мира.

Даже в людном кафе полный новичок способен пережить опыт *чистого осознания*. Почему? Потому что это самое естественное состояние бытия для человека. Какие из этого можно сделать выводы относительно большинства из нас? Мы сбились с пути. Но *чистое осознание* служит нам маяком, излучая безмятежность из каждой сотворенной вещи.

Во время нашей беседы в кофейне маяком послужил страх. Страх — это тоже безмятежность. Да, здесь нет

ошибки. Безмятежность пребывает во всех эмоциях — как положительных, так и отрицательных. Как правило, мы отворачиваемся от всего негативного и ищем спасения в позитиве. Такова природа живых существ. Однако, когда мы отворачиваемся от негативной эмоции (страх, гнев, скорбь, беспокойство или вина), мы на самом деле только увеличиваем напряженность и долговечность этой эмоции. Как ни парадоксально, *если мы хотим избавиться от деструктивной эмоции, не нужно игнорировать ее или бежать от нее. И войну ей объявлять тоже нет смысла. Все это только усилит эмоцию, обеспечив ей условия для существования на годы вперед.*

Так что же делать? Как выйти из-под власти негативных эмоций? Одним простым и гениальным движением мы можем сделать так, чтобы влияние негативных эмоций ушло из нашей жизни, как воздух из воздушного шарика. Не нужно ни отворачиваться от них, ни воевать с ними. Нужно занять позицию беспристрастного наблюдателя... но только с одним важным дополнением. Следует наблюдать эмоции из нерушимого бастиона *Истинного Я*. Укутанная в плед блаженства, наша душа полностью защищена от эмоциональных травм. Никакая негативность не может проникнуть в ум, прочно утвердившийся в *Истинном Я*. Это просто невозможно. Сомневаетесь? Тогда давайте проверим.

Усядься поудобнее в кресле и закрой глаза. Если ты страдаешь от какой-то очень сильной эмоциональной травмы, то для начала лучше выбери проблему поменьше. К более крупным травмам ты перейдешь позже — и будешь работать над ними с удовольствием.

Итак, оживи в своем уме негативное воспоминание о ситуации или эмоции. Это может быть совсем недавний случай или переживание из глубокого детства — не имеет значения. Обрати внимание на эмоции, связанные с этой ситуацией. Пусть они обретут в твоём уме максимальную силу — и тогда оцени их по шкале от 1 до 10, где 10 — абсолютно невыносимые. После того как получишь цифру, обозначающую силу эмоции, *отпусти* воспоминание.

А теперь осуществи *Квантовое Смещение*. Наблюдай свои мысли с простотой и невинностью, как ты научился в первом разделе книги. Помни, что эмоции — это всего лишь мысли. Наблюдай свои мысли-эмоции — следи, как они успокаиваются и теряют силу. Наблюдай, как они совсем исчезают, уступая место *эйфочувству*. Сознательно идентифицируй свое *эйфочувство* и смотри, как оно превращается в мысли, или другие разновидности *эйфочувства*, или совсем исчезает. Делай это в течение минуты, или двух, или трех... Ты почувствуешь, когда хватит. Затем снова воскреси в памяти неприятное эмоциональное событие (то же самое, с которого ты начинал упражнение) и оцени его по шкале от 1 до 10. Ты обнаружишь, что негативный заряд воспоминания значительно уменьшился или даже полностью пропал! Чаще всего человек говорит: «Я вообще не могу оживить эмоцию, связанную с этим воспоминанием».

Негативные эмоции — это тени в твоём уме, которые сгущаются, когда ты с ними борешься или отворачиваешься от них. А КС подобно лампе, подключенной

через реостат. Когда ты подаешь на лампу все больше тока, тени меркнут и исчезают. По мере того как свет *чистого осознания* в твоём уме становится все ярче, вредные эмоции рассеиваются, словно безобидные призраки, каковыми они, в сущности, и являются. Озаренный *Квантовым Смещением* ум становится легким, бодрым и веселым.

## Приступы ярости

Только что мы нейтрализовали негативную эмоцию, находясь в уютной контролируемой обстановке. Однако что делать, когда эмоции (например, ярость) овладевают нами внезапно и мы теряем контроль над собой? КС-практики — тоже люди. Фактически, человеческого в них еще больше, поскольку они обрели единство со своим *Истинным Я*. Быть человеком означает испытывать полный спектр эмоций, сохраняя при этом *Я*-сознание.

«Однако, — возразите вы, — нет ли тут противоречия? Как может *Я*-сознание сосуществовать с гневом или унынием?»

Хороший вопрос. Помните нашу беседу о неспешном и кротком святом? О том, что святые бывают не только смиренными? Святые бывают разными — точно так же, как разными бывают и люди, не достигшие *Я*-сознания. Начните видеть в себе святого хотя бы тогда, когда вы осознаете свое *Истинное Я*. В моменты осознания *Истинного Я* вы святы, и даже не пытайтесь убедить себя в обратном.

В моменты полного *Я*-сознания вы увидите, что по-прежнему испытываете эмоции — симпатии и антипатии, желания и предпочтения, — но они представляют

собой лишь маленькие точки на внутреннем радаре, рябь на поверхности океана *чистого осознания*. Вопрос в том, что делать, когда ты внезапно забываешь о своем *Истинном Я* и полностью попадаешь во власть эмоции — например, уныния или гнева.

Что делать, если вами овладевает ярость? Ничего. Если она заключила вас в свои пламенные объятия, вы ничего не сможете сделать до тех пор, пока ее хватка хоть немного не ослабнет. Если вы стараетесь подавить гнев или чувствуете себя виноватым за то, что разозлились, от этого вполне может стать еще хуже, — а остановить эти эмоции на полном скаку все равно не получится.

Когда вами овладевает любая эмоция, не боритесь с ней — просто наблюдайте. Колеса гнева, тревоги и раскаяния вращаются быстро, но чистое наблюдение тормозит их надежнее, чем что бы то ни было. Это как если вас застигла гроза. Просто найдите любое укрытие и ждите, когда появится просвет в тучах. И как только самые густые тучи эмоциональной грозы разойдутся, вы сможете выполнить *КС* — и остатки облаков рассеются, словно туман под полуденным солнцем.

Регулярное выполнение *КС* заметно сократит интенсивность и частоту эмоциональных катаклизмов. Со временем, подобно Далай-Ламе, вы обнаружите, что ваши эмоции подобны слабой ряби на поверхности тихого пруда, а не океанским бурным волнам.

## Помощь другим

Когда вы попробуете воздействовать при помощи *КС* на других людей, страдающих от эмоционального разлада, результаты превзойдут все ваши ожидания.

КС снимает эмоциональный заряд травмирующего события, оставляя на том месте, где раньше была острая боль, лишь слабый импульс. А теперь расскажу, как именно применять КС для избавления других людей от душевных страданий.

Предложи своему клиенту сделать все то же, что делал при выполнении этого упражнения ты сам: закрыть глаза, с максимальной силой пробудить в себе негативную эмоцию и дать ей оценку по десятибалльной шкале. Сам ты в это время можешь стоять или сидеть рядом — как хочешь.

Затем прикоснись руками к клиенту. Не имеет значения, в каком именно месте ты к нему прикоснешься и как именно: ладонями, кончиками пальцев, обратной стороной ладони и т. д. Лично я прикасаюсь ладонями либо пальцами и предпочитаю класть их на шею, поясницу, лоб или верхнюю часть грудной клетки пациента. Это никак не сказывается на эффективности процедуры — речь идет всего лишь о личном предпочтении. Главное, чтобы было комфортно тебе и клиенту.

Выполняй эмоциональное КС в течение 2–5 минут, а затем попроси клиента снова оценить эмоцию по десятибалльной шкале. Если ты работаешь дистанционно, то проинструктируй клиента, чтобы он оценил силу эмоции сразу после сеанса.

Для работы с эмоциями особенно хорошо подходит продленное КС. Увеличь время сеанса и позаботься о том, чтобы у клиента было побольше времени на возвращение к повседневной суете из состояния глубокого умиротворения, которое достигается в результате КС.



## Пара слов о намерении

В последнее время существует немалый интерес к работе с намерением — особенно в целительстве. Некоторые люди говорят, что намерение имеет первостепенное значение, поэтому оно должно быть сформулировано очень точно. Другие подчеркивают, что намерение должно быть лишено страха и исполнено любви. В общем, мы можем услышать множество самых разных правил и ограничений. Дошло до того, что правил, как формулировать намерение, стало так много, что некоторым людям уже становится не по себе: «А сумею ли я их все соблюсти?» Есть общая тенденция: чем больше та или иная техника опирается на контроль ситуации, тем более точная формулировка намерения требуется. Например, если ты хочешь новый дом, то тебе могут предложить представить себе этот дом до мельчайших деталей — вплоть до цвета выключателей в комнатах и до скрипа садовой калитки.

Люди, которые уже имеют опыт работы с техниками с использованием намерения, часто спрашивают меня, как нужно структурировать намерение при работе с КС. Ответ прост: намерение требуется. Это означает, что либо вы сами, либо ваш клиент должен вложить намерение — то есть определить для себя, какую проблему нужно решить. Когда человек приходит к вам с жалобой «У меня болит колено», совершенно очевидно: вы оба хотите, чтобы эта боль прекратилась. Это и есть намерение — простое, короткое и естественное. Оно может принять форму мимолетной мысли: «Пусть боль уйдет».

Поскольку КС не является техникой энергетического целительства, нам не нужно чрезмерно заботиться

о намерении. Фактически, нам даже не нужно знать, какая именно проблема беспокоит клиента. Особенно это касается случаев, когда мы используем КС для восстановления эмоционального равновесия.

Между тем, хотя КС не является техникой работы с энергией, энергия при работе все-таки вырабатывается — иначе наш метод не влиял бы ни на здоровье, ни на финансы, ни на взаимоотношения. Особенность в том, что практикующий КС *не работает на энергетическом уровне*. Он вообще не работает после того момента, как запущен процесс *Квантового Смещения*.

Когда вы планируете поездку через незнакомый город, нужно быть очень точным. Необходимо обдумать маршрут, позаботиться о том, чтобы вам хватило бензина, и проверить, готова ли машина к поездке. Пустившись в путь, нужно следить за временем, погодой, обстановкой на дороге, дорожными знаками и ключевыми ориентирами — и все это в условиях вождения по незнакомой местности. А можно нанять такси — и тогда вас повезет шофер, а вы сможете просто откинуться на сиденье и наслаждаться поездкой. *Чистое осознание* — наш таксист. Оно знает, куда мы хотим попасть и как туда лучше всего добраться.

## ЧАСТЬ II: ТЕЛО

### Глава 10

---

# ИЗБАВЛЕНИЕ ОТ ФИЗИЧЕСКОЙ БОЛИ

Сегодня мы нуждаемся не в героизме,  
а в исцелении.

*Уоррен Г. Хардинг*

В любой момент ваше здоровье  
представляет собой сумму всех импульсов —  
позитивных и негативных, —  
которые исходят из вашего сознания.

*Дипак Чопра*

**К**ому-то покажется, что способность исцелить тело одним только *чистым осознанием* и легким прикосновением — просто фантастика. Однако такая способность совершенно реальна, и она — в ваших руках. Буквально. *Квантовое Смещение* — изумительная инновация в сфере человеческого осознания, позволяющая осуществить быстрое глубокое исцеление за считанные секунды или минуты. Если вы спортивный тренер, физиотерапевт или массажист, вы будете по-

трясены. Если вы дипломированный врач, фельдшер, хиропрактик, акупунктурист или санитар, вы будете потрясены. Если вы страховой агент, полицейский, мать-одиночка... кем бы вы ни были, вы будете потрясены. Почему? А потому что *Квантовое Смещение* — потрясающее.

Ну и почему же оно потрясающее? А потому, что мы поверили нашим учителям, родителям и приятелям, когда они твердили, что мы ограничены. Процесс КС создает брешь в стене невежества, окружающей наше воображение. Мы всегда обладали способностью исцелять намерением. Просто нас приучили не верить в это. КС включает новый образ мышления. Точнее, *новый образ бытия*, ибо именно осознанное бытие открывает перед нами неограниченные возможности. Говорят, чтобы узнать, каков пудинг, надо его отведать. А доказательство целительной силы осознания нужно искать в человеческом теле.

Вы человек, а значит, у вас уже изначально есть все необходимое «оборудование», чтобы исцелиться от физических недугов. «Оборудование», о котором я говорю, — это способность осознавать *чистое осознание*. Этой способностью обладают все люди, но у вас есть нечто большее — то, что позволит вам исцелять прямо сейчас: вы знакомы с техникой КС. И, получив всего несколько подсказок, вы сможете за считанные секунды лечить растяжение в коленях, головную боль, поясницу, теннисный синдром и ушибы. Вы ограничены лишь своим воображением.

Прежде чем начать, давайте разберемся, что в действительности происходит, когда вы кого-то «исцеляете» при помощи КС. Когда вы устраняете симптомы ишиаса или опухоль и синяк на растянутом колене,

вы на самом деле не *исцеляете*. Вы всего-навсего выполняете КС, а исцеление происходит само по себе — совершенно без вашего участия. Эта техника работает так, и только так, поэтому не стоит задира́ть нос и с самодовольным видом похлопывать себя подтяжками по груди. Те люди, в которых вы пробудили процесс исцеления, захотят назвать вас великим лекарем — не верьте. Вы — Ничто, и это величайший комплимент, какой только можно сделать человеку. На протяжении многих веков люди считали исцеление своей заслугой, и вы видите, куда это нас завело. Так что не воображайте о себе слишком много и не мешайте процессу. Просто выполняйте КС, а исцеление пусть происходит само.

А вот пример того, насколько легко бывает освоить КС и насколько эффективно оно может работать уже при первом же использовании.

Рассказывает Рик:

*Незадолго до того, как я узнал о технике КС, я заметил, что один из моих шейных позвонков (С3 или С4) заметно смещен. Такое ощущение, что поперечный отросток позвонка нависал над моим правым плечом. Этому нарушению сопутствовало сильное головокружение, возникавшее, когда я, лежа на спине, поворачивал голову влево, — голова кружилась настолько сильно, что казалось, я вот-вот потеряю сознание. Мне было страшно: случись это, меня никто бы не нашел.*

*Я скачал из Интернета книжку и применил КС к себе\*. Я поместил указательные пальцы туда, куда рекомендует автор, и сформулировал намере-*

---

\* Очевидно, имеется в виду книга Ф. Кинслоу «Секрет мгновенного исцеления».

ние: «Правильно расположенные шейные позвонки и никакого головокружения». Затем выполнил КС — всего пару минут. Перед сном я пощупал свою шею и с удивлением обнаружил, что позвонок заметно сдвинулся в сторону нормального положения! Проснувшись утром, я снова проверил себя, еще лежа в кровати. Позвонок окончательно встал на место, но головокружение при повороте головы влево сохранилось. Теперь я очень отчетливо ощутил болезненную точку у основания черепа за левым ухом. Я инстинктивно почувствовал, что именно она является источником головокружения. Я выполнил КС для этой точки, после чего и этот симптом полностью исчез.

Я выполнял КС для нескольких своих приятелей и был просто изумлен тем, насколько эффективным оказался этот метод. А еще я успешно работал дистанционно со своей дочерью, когда у нее была мигрень.

Случай Рика не уникален. Подобного рода истории поступают ко мне со всего мира. Самое невероятное, что это мощнейшее средство от недугов настолько естественно для человека, что ему можно обучиться даже через электронную книгу.

Хочу сказать пару слов по поводу применения КС по отношению к себе самому. Некоторым людям справиться с собственными недугами сложнее, чем помогать окружающим. Причина в том, что при самоисцелении намного труднее отступить в сторону после проведения сеанса и не мешать своему Истинному Я делать работу. Применив КС для лечения собственных болезней, мы постоянно прислушиваемся: работает

ли метод? Помните пример с семенем? Если то и дело откапывать семечко, оно никогда не прорастет... Вот и исцеление не произойдет, если вы будете напряженно ждать результатов. Просто выполните КС и выбросьте проблему из головы. Рик выполнил КС перед сном. Лучшую возможность удалиться от своей проблемы и не придумашь.

Если вы решили инициировать исцеление в другом человеке, просто сориентируйте свое сознание в нужном направлении и включите *чистое осознание*. Предположим, вы позвонили подруге и предложили ей сыграть в теннис, а она сказала, что не может, потому что растянула лодыжку. Вы говорите: «Подожди, я сейчас примчусь».

Когда вы приезжаете, она сидит на диване, положив ногу на подушечку. Лодыжка распухла и покраснела. Вы просите подругу встать и сделать шаг, чтобы оценить, насколько серьезно ее состояние. Она поднимается и балансирует на здоровой ноге. Опершись на ваше плечо, девушка опасно ставит пятку больной ноги на пол и пытается переместить на нее часть веса. Вскрикнув от боли, она смотрит на вас как на врага: ведь это вы заставили ее ступить на больную ногу. С тяжелым вздохом подруга вновь опускается на диван — на лице полная покорность судьбе. Нога опять уютно устраивается на подушечке.

Вы берете стул, садитесь рядом с больной ногой, кладете руки на распухшую лодыжку и... что? Скажите, что дальше? Вы ведь уже знаете. Правильно: выполняете КС, как я научил вас в первом разделе. И все — больше ничего не нужно.

Положив руки на больное место, вы обращаете взор на свои мысли и созерцаете, как они замедляются и

останавливаются. Затем в ваше осознание входит *эйфочувство*. Вы непринужденно осознаете *эйфочувство*, или мысли, или Ничто — все, что является вашему уму. Пока вы это делаете, протекает исцеление. И действительно, через несколько минут вы чувствуете, что опухоль спадает, краснота уходит. Когда вы созерцаете *эйфочувство*, пациентка может почувствовать обострение симптомов. Боль и пульсация может ненадолго усилиться — но скоро придет облегчение. Затем девушка говорит, что боль почти совсем отступила. Она пытается вращать стопой, ее глаза изумленно расширяются, и она восклицает: «Не болит! Смотри-ка, и опухоль прошла!»

Вы просите ее снова встать на ноги и пройтись. Подруга бросает на вас недоверчивый взгляд, но она безболезненно вращает стопой и недоверие сменяется удивлением. Вы помогаете ей подняться, и она опасно опускает стопу на пол... понемногу переносит на нее вес тела. Затем делает шаг, другой. Идет, почти не хромя.

Вы говорите, что полное исцеление отнимет еще пару дней, а пока она может понемногу нагружать ногу. Играть в теннис подруга пока еще не готова, но говорит, что хочет угостить вас обедом, и вот вы уже бежите в магазин за суши.

Нога вылечится удивительно быстро уже после одного сеанса, но вы можете проводить еще сеансы, чтобы ускорить и углубить процесс исцеления. Нужно ли было мчаться к ней домой, чтобы выполнить КС? Нет, конечно, поскольку вы умеете делать дистанционное КС. На больших расстояниях этот метод работает столь же эффективно, как и при непосредственном контакте.



Позвольте задать вопрос. Каково было ваше намерение? Оно было не нужно, верно? Вам не пришлось формулировать намерение, поскольку оно само собой разумелось. Вы оба знали, что нужно сделать, поэтому ничего не нужно было сознательно формулировать. Я почти всегда выполняю КС без специально сформулированного намерения. Я либо не знаю, какая конкретно помощь нужна пациенту, либо пациент говорит мне, что его беспокоит, но я почти сразу забываю. Вам не нужно точно формулировать намерение. *Чистое осознание* разумно само по себе. Оно создало и вас, и все остальное в этом мире, а также за его пределами. И сделало все это без вашей помощи. Круто, да?

А сейчас я просто обязан сказать одну очевидную вещь: если обстоятельства требуют, всегда обращайтесь за консультацией к профессиональному врачу. Не стоит рисковать своим или чужим здоровьем. Одно не исключает другого: после того как сходите к доктору, попробуйте еще и КС. Так вы подстрахуете себя со всех сторон. Если вам необходимы лекарства, *Квантовое Смещение* не только повысит их действенность, но и смягчит побочные эффекты. Играйте осознанно и благоразумно.