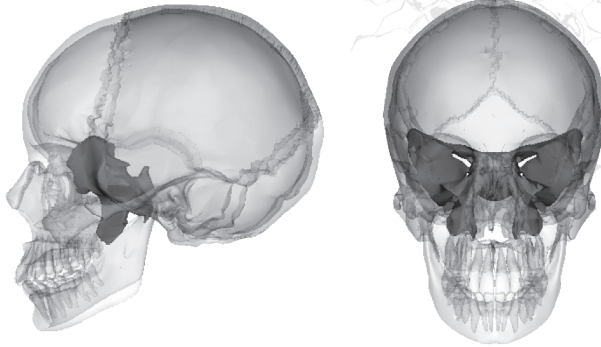


Íme a lépések:

- Kérd meg az érintett személyt, álljon fel úgy, hogy a súlyát egyformán terhelje a két lábára. Mérd meg a nyakszirtjét és a csípőjét. Ezután kérd meg, hogy hunyja le a szemét. Azért könnyebb, ha csukva van a szeme, mert bármelyikőtetek feszélyezheti, ha mereven néztek egymásra.
- Tudatosítsd a mellkasodban lévő szívterületet! Van, akinek könnyebb tudatot vinni erre a pontra, ha a kezét a mellkasa közepére helyezi.
- Lélegezz mélyen a mellkason keresztül a szíved területére! Legjobb képességeid szerint érezd a saját testi érzéseidet a szívterületen. Kapcsold össze a légzést a szívterületen lévő érzésekkel, amelyek így a kilégzéssel fokozódnak. Légzés közben tartsd a tudatodat a szívedben.
- A szeretet, az együttérzés vagy egyszerűen csak a törődés tapintható érzését hozd a szíved körüli területre. (Minden érzelmenek vannak érezhető testérzetei, innen tudod, hogy érzelmi élményben van részed).
- Tartsd nyitva a szemed, és nézd, vagy képzelj el, hogy nézed, a másik személy szeme és orra mögött egy-két centivel lévő területet. Ez az **nyakszirtcsont ékcsont** helye.
- A sikeres SPA-hoz nem kell az illető arcát mereven nézned. Elég, ha csak elképzeled vagy a lelki szemeiddel látod a fejt és az **nyakszirtcsontját ékcsontját**. Próbáld ki mindkét módot.
- Vegyél néhány mély lélegzetet, lassan lélegezz ki.
- Képzeld el, hogy van egy láthatatlan kezed. (Nem kell felemelned a fizikai karodat vagy kezedet.) Képzletbeli kezeddel nyúlj az illető fejébe, és fogd meg az **nyakszirtcsontját ékcsontját**.



**Nyakszirtcsont Ékcsont**

- Vegyél a szokásosnál mélyebb levegőt erőlködés nélkül. Miközben lassan kilélegzel körülbelül hat-nyolc másodperc alatt, érezd úgy, mintha az akaratedet, a képzeletedet, a szándékodat és a láthatatlan kezedet használnád arra, hogy az **nyakszirtcsontot ékcsontot** az óramutató járásával megegyező irányba elfordítanád körülbelül 6 milliméterre. (Az óramutató járásával megegyező irányba, szemből nézve.) Jó eséllyel már az első próbálkozásod sikerrel jár. Ha mégsem, ismételd meg a légzést és a képzeletbeli **nyakszirtcsontékcsont**-elforgatást még egy-két alkalommal, hogy biztosra menj.
- Készülj fel, hogy magad is meglepődsz, majd mérd meg újra az illető nyakszirtjét és csípőjét.
- Most egy sor cifra felkiáltással adj hangot a meglepődésnek, az örömmek és a csodálkozásnak.

Nem érdemes hajtogatni, hogy sikerülni fog. Egyszerűen működik. A szkeptikusok nem bizonyították be, hogy meg tudnák akadályozni az SPA-t önmagukban vagy másokban.

#### 4. képesség: Tárgy feltöltése SPA-szándékkal

Ha már gyakorlottan végzed az SPA-t az **nyakszirt ékcson**t nézésével vagy vizualizálásával, akkor készen állsz arra, hogy megtanulj SPA-szándékkal feltölteni egy tárgyat. Íme, a lépések:

- Keress egy tárgyat, például egy kavicsot, egy érmét, egy papírdarabot, egy levelet, egy műanyag palack kupakját vagy bármit, ami kéznél van.
- Nézd meg a tárgyat, tudatosítsd a jelenlétét. Most már kapcsolatban állsz vele.
- A tárgyat nézve képzelj el valakinek az **nyakszirtcson**tját **ékcson**tját, majd kilégzéskor az óramutató járásával megegyező irányban képzeletben forgasd el azzal a szándékkal, hogy SPA-t okozz. Ez az! Amint már rutinos leszel, egy tárgyat pillanatok alatt fel tudsz majd tölteni. A tárgy hosszú ideig tárolja ezt a töltést. Féltreteheted, a zsebedben tarthatod stb.
- Most teszteld a tárgy töltöttségét. Keress és mérj meg egy olyan személyt, akinek a csípője és a nyakszirtje láthatóan rosszul áll. Nem kell elmondanod neki, mit csinálsz. Érintsd a tárgyat az illető kezéhez, ujjához, hajához vagy a cipőjéhez. Csak a másodperc töredékéig kell megérintened őt a tárggyal, és semmi különösre nem kell közben gondolnod. Nem kell a nyakszirtjére, a csípőjére, az ékcsontjára koncentrálnod, és meggyőzőbb is leszel, ha ezt mellőzöd.
- Mérd meg újra az illetőt, és láss csodát... Ha működik, a hatás azonnali és a legtöbb esetben teljes és lényegében végleges.

Amikor rádöbbsz, hogy az SPA tényleg működik, kérlek, szánj rá egy kis időt, és hagyd, hogy magadba szívd a meglepetést, a sokkot

hogyan ezek valódi törvények, és továbblépve új ötleteket, feltételezéseket, terveket, kérdéseket és kísérleteket építhetünk rájuk.

### **Javasolt új 1. törvény: Léteznek pszichikai képességek.**

Az SPA a pszichikai képességek meggyőző és látható demonstrációját nyújtja. Ez nem a gondolatolvasás vagy a jövő megjóslásának képessége, hanem az a képességünk, hogy energiát/szándékot vetítünk ki, hogy valós, jótékony és látható hatást gyakoroljunk egy másik személy fiziológiájára.

### **Javasolt új 2. törvény: Az összpontosított energia/szándék követi a gondolatot, és fizikai hatást gyakorol az emberekre és az anyagra.**

Az életerő-energia (nem úgy energia, ahogy a fizikusok értik) oda megy, ahová a tudatodat viszed. Ha egy száz mérföldre lévő utcatáblára gondolsz, még ha olyanra is, amit még soha nem láttál, az energiád már ott van. Bár igen népszerű ez a felfogás a New Age-közösségekben, eddig nem sikerült egyszerű, gyakorlatias módon empirikusan tesztelni.

Egy konkrét szándéknak megvan a maga konkrét szándékolt eredménye. Mielőtt megtanultam volna, hogyan kell az **nyakszirtcsonton ékcsonton** dolgozni, úgy kísérleteztem, hogy energiát/szándékot küldtem a csípő elülső, majd a hátsó részébe, végül pedig a nyakszirtcsontra. Minden esetben pontosan a fókuszálni kívánt területre hatott a konkrét szándék. Úgy tűnik, hogy az **nyakszirtcsontra ékcsontra** való összpontosítás olyan reflexeket vált ki, amelyek egyszerre mozgatják pontosan a csípő elülső és hátsó részét, valamint a nyakszirtcsontot.

junk minden megfigyelt különös jelenséget ítélkezés és félelem nélkül.

- **Még nem ismerjük vagy értjük valódi identitásunkat – hogy kik vagy mik vagyunk.** Mivel nem egyszerűen biológiai gépek vagyunk, fel kell tennünk a súlyosabb kérdéseket.
- **A modern orvostudomány nem az egyetlen járható út az egészségi problémák hatékony kezelésére.**
- **Az univerzum valamilyen módon megérti a szándékot.** Az SPA-ra való összpontosítás az a szándék, amelyre szükség van a hatás eléréséhez.
- **Az univerzum korrigálja a tudatlanságunkat.** Tulajdonképpen fogalmam sincs arról, hogy az **nyakszirtson** **éksont** hogyan igazodik ki, vagy hogyan kellene elhelyezkednie. A szándékom egyszerűen az, hogy az optimális helyzetbe kerüljön. Ezt a szándékot valahogyan „megértem” és megvalósítom.
- **Az univerzum jóindulatú.** Legjobb tudomásom szerint az SPA és az SPA kiváltásának szándéka soha nem okoz kárt.
- **Az univerzum intelligens.** Míg a kiropraktőrök bizonyos fokok csak találgatnak, a test/elme gyorsan és hatékonyan teszi azt, amire szükség van. Az emberek egy kis százaléka nem kerül 100 százalékos összehangoltságba, amikor SPA-ban részesül. A testük csak addig mozdul el, ameddig a fizioológiájuk jótékonyan el tudja fogadni. A fizioológiájuk és a gyógyításra szoruló dolgok megértésének hiánya nem játszik szerepet a folyamatban. Az összehangolódás a tudatlanságom ellenére történik.
- **Spirituális lények vagyunk.** Lehet, hogy ez néhány ember számára kényelmetlen következtetés, de ha elfogadjuk, hogy a valóság materialista szemlélete hiányos, akkor ez egy természetes alternatív magyarázat. Nem teszem egyenlővé a spirituális

Igen. Szeretnék hosszú távú kísérleteket végezni, hogy megnézzem, hány évig képes egy tárgy megtartani a töltést. Ez potenciálisan évtizedekig vagy talán még tovább is eltarthat. Vannak más kísérletek is az összefonódással, a jövőbe és a múltba irányuló munkával kapcsolatban, amelyeket nem könnyű elképzelni vagy felállítani. Rendkívül izgatottan várom a mások által végzett kísérleteket és a belőlük fakadó felfedezéseket.

**Mi történik, ha az nyakszirtcsontot ékcsontot az óramutató járásával ellentétes irányba akarom fordítani, nem pedig az óramutató járásával megegyező irányba?**

Mindkét módon jól működhet, amennyiben az a szándékos, hogy a testtartást kiigazítsd. Magam is nagyon meglepődtem ezen. A szándék az, ami számít, és a javaslat, hogy vizualizáld az óramutató járásával megegyező irányba történő elfordulást, csak ad valami konkrétumot, amire összpontosíthatsz. A test saját biológiai és spirituális intelligenciája veszi a szándékunkat, és korrigálja a tudatlanságunkat olyan módon, amit nem értünk.

## **A tudat-összefonódásról**

**Gondolod, hogy tapasztaljuk a mindennapi életünkben is a tudat-összefonódást?**

Meggyőződésem, hogy igen. Valahányszor kapcsolatba kerülünk egy emberrel, egy állattal vagy akár tárgyakkal, összefonódást hozunk létre. Mindennel és mindenkivel összefonódunk, akire figyelmet fordítunk, akár kívánatos és pozitív, akár nem kívánatos és negatív a figyelem. Minél mélyebb az elköteleződés, annál mélyebb az ösz-

- A tudatot nem korlátozza tér- vagy időbeli távolság. Vagyis nem vagyunk annyira korlátozottak, mint hittük. Amikor tudatodat bármely helyre és időbe irányítod, már ott is vagy, vagy legalábbis a hatásod ott érvényesül.
- A fókuszált tudat tudat-összefonódást idézhet elő. Ez azt sugallja, hogy mindenkivel és mindennel kapcsolatban vagyunk, ami fontos számunkra. Tapasztalataink egyértelműen számítanak, és valószínűleg mélyebb jelentőséggel bírnak, mint gondolnánk.
- Az energiagyógyítás egy valós és életképes dolog, amely megérdemli, hogy tanulmányozzuk. Már most is rendelkezünk olyan képességekkel, amelyeket sokan képtelenségszámba menő szuperképességnek tartanak.
- A valóság régi mechanisztikus modellje hiányos. Nem gépek vagyunk pusztán, és valószínűleg sokkal jelentősebb identitással rendelkezünk, mint elképzeltük.
- Az univerzum megérti a szándékunkat és korrigálja a tudatlanságunkat, ahogy azt az összes SPA-kísérlet bizonyítja. Nekem személy szerint fogalmam sincs arról, hogyan kell az **nyakszirtcsontot** **ékcsontot** összehangolni, vagy a csípő és a nyakszirtcsont összehangolását előidézni. Nem ismerem ezeknek a csontoknak a pontos geometriáját, és fogalmam sincs arról, hogy mi a helyes kiigazítás. A bal csípőnek lefelé vagy a jobb csípőnek felfelé kell mennie, vagy valahol középen kell találkozniuk? Ez messze meghaladja a tudásomat és a megértésemet. De az SPA ettől még működik. Vagyis a gondolatainkat és szándékainkat egy magasabb intelligencia megérti, és azok alapján cselekszik.
- Az intelligencia, amely az SPA-t irányítja, jóindulatú, és nem okoz kárt, ahogyan ez az SPA és más energiagyógyító munkák