

## **PREFAZIONE DI LESLIE KENTON**

### ***LA CHIAVE PER GABRIELE di Coby Zvikler***

Anni di sperimentazione, una profonda introspezione e semplicemente duro lavoro, stanno dietro l'approccio alla guarigione di Coby Zvikler. Ciò che lui chiama Em-Power Terapia si è evoluto da questo. Questa terapia è ammirevole, in primo luogo perché non impone alcun tipo di credo filosofico o religioso a chiunque la voglia adoperare e neppure pone la responsabilità della guarigione nelle mani di chiunque altro che non sia la persona che la cerca. La terapia di Coby onora la saggezza interiore dell'anima dell'individuo. Infine, l'intero scopo dell'Em-Power Terapia è di supportare quello che Coby chiama l'Higher Self di una persona - aiutandolo ad alleviare malattia e dolore come pure aiutandolo ad espandere la consapevolezza e a realizzare i più alti potenziali di una persona.

L'Em-Power Disc creato da Coby è un semplice portatore di informazione energetica studiato per arricchire la comunicazione tra la mente conscia della persona e i più profondi livelli di saggezza di guarigione nel corpo. Esso aiuta ad effettuare la connessione tra i due cosicché l'Higher Self possa proseguire nel lavoro per ristabilire e migliorare l'armonia, la forza ed il benessere. In questo processo, aiuta a rafforzare l'autonomia della persona e, lavorando con il Disco, l'aiuta a focalizzare i propri obiettivi. Quanto beneficio ne potrete trarre, dipende da quanto siete disposti a lavorare con esso.

A livello personale, Coby è un uomo sincero, intelligente e compassionevole, con un meraviglioso senso dell'umorismo. Possiede la volontà d'imparare e crescere continuamente. E' onesto ed in lui non vi è alcuna traccia della presunzione che così spesso si accompagna con il fatto di diventare un guaritore famoso ed affermato.

Ciò che ha creato con questo libro è l'inizio di ciò che io mi aspetto diventerà un sistema in continua evoluzione, che si auto-dirige per migliorare la qualità della vita, dell'energia e della gioia. Esso possiede molte benedizioni da riversare su coloro fra noi che hanno bisogno d'aiuto.

Auguro a Coby ed a questo libro BUONA FORTUNA. Lo meritano davvero.

***Leslie Kenton  
Giugno 1998, Londra***

## **An Obsession With Time**

*The sea beckons me to sail my boat,  
to ride the waves of time,  
as I ponder my existence  
within the confines of my mind.*

*Beyond my imagination,  
I will find the truth,  
if I 'm not blinded by the waves  
upon the shore,  
distracted by their relentless determination.*

*I will need a boat,  
sturdy and fast,  
to conquer the waves that never sleep.  
If I take this journey,  
I may never return  
to the peaceful tranquillity  
of my heavenly home.*

*Oh, but to ride the waves of time.  
To feel the wind caressing my face and hair,  
the warmth of the sun against my skin.  
If I could only find the courage I need  
to travel the tunnel of birth  
and fight the gauntlet of my conditioning.  
Would I be happy?*

*Is a transient existence  
worth all this pain?  
A life so brief.  
Yet to feel love  
for a fleeting moment,  
all this I would endure.*

*My comrades are many,  
but I know I am alone.  
In this truth I can find comfort.  
I'll take this step and live,  
because truth is worth the pain of life,  
and death.*

## Un'ossessione col tempo

*Il mare m'invita a salpare con la mia barca,  
per cavalcare le onde del tempo,  
mentre considero la mia esistenza  
entro i confini della mia mente.*

*Oltre la mia immaginazione,  
troverò la verità,  
se non sarò accecato dalle onde  
sulla riva,  
distratto dalla loro implacabile determinazione.*

*Avrò bisogno di una barca,  
robusta e veloce,  
per conquistare le onde che non dormono mai.  
Se intraprendo questo viaggio,  
potrei non ritornare mai più  
alla placida tranquillità  
della mia casa celeste.*

*Oh, ma correre sulle onde del tempo.  
Sentire il vento accarezzarmi il viso e i capelli,  
il calore del sole sulla mia pelle.  
Se solo potessi trovare il coraggio di cui ho bisogno  
per percorrere il tunnel della nascita  
e combattere le vergate del mio condizionamento.  
Sarei felice?*

*Merita tutto questo dolore  
un'esistenza transitoria?  
Una vita così breve.  
Eppure per sentire amore  
per un momento fuggevole,  
sopportero tutto questo.*

*I miei compagni sono molti,  
ma io so di essere solo.  
In questa verità posso trovare conforto.  
Compierò questo passo e vivrò,  
perché la verità vale i dolori della vita,  
e della morte.*

## PARTE PRIMA

### **COME TUTTO E' INIZIATO...**

Una sfera di accecante luce blu-verde aleggiava sopra il mio lettino. Abbagliati dalla sua brillantezza, i miei occhi rimasero fissati in uno sguardo affascinato. Un calore inusuale ed un senso di sicurezza avvilupparono il mio intero essere. Alcune luci più piccole apparvero lentamente, tremule e fluttuanti intorno alla luce più grande. Questa è la mia prima memoria.

Mio padre, un rifugiato polacco che da bambino fuggì dai nazisti durante la seconda guerra mondiale, incontrò mia madre in vacanza ad Israele. Si sposarono relativamente presto e si sistemarono in un kibbutz a circa quaranta minuti dalla città di Haifa, dove sono nato nel 1961.

La vita in un kibbutz era molto libera e senza restrizioni di movimento, specialmente per i bambini. Negli anni '60 molti kibbutzim erano principalmente agricoli. Noi eravamo una comunità relativamente piccola, con un'ideologia socialista. Da bambino potevo scorrazzare ovunque, bussando ad ogni porta, o giocare in ogni giardino senza timori per la mia sicurezza o senza correre il rischio di essere sgridato dai vicini. Era quasi come avere centinaia di zie e zii che si potevano visitare in qualsiasi momento. Spesso mi capitava di sparire per ore intere, ma i miei genitori non erano mai troppo preoccupati, perché all'interno della comunità le relazioni erano molto strette. Ovunque c'era sempre qualcuno che badava a me.

Mi piaceva molto stare vicino agli animali e la maggior parte dei giorni mia madre poteva trovarmi a giocare vicino alla stalla. Se insistevo abbastanza, riuscivo sempre a convincere uno dei miei 'zii' a portarmi all'incubatrice, dove adoravo giocare con i pulcini appena nati. Mi piaceva la soffice tessitura delle loro piume gialle e ricordo i loro cuori palpitare quando li tenevo in mano.

Un giorno, mio zio giunse alla determinazione che ero ormai abbastanza grande per comprendere la realtà di un'incubatrice, così mi mostrò " il recinto della cernita ". Tutti i pulcini erano esaminati non appena nascevano e tutti quelli che erano malati erano gettati in un mucchio e lasciati a morire. Ricordo di aver provato orrore a quella vista, nonostante la mia giovane età. L'idea di queste piccole creature scartate e gettate via doveva aver innescato qualcosa di istintivo, perché ne rubai uno e lo nascosi nella mia maglia.

Trovai un nascondiglio sotto un cespuglio e guardai il mio pulcino. Sembrava senza vita nelle mie mani e pensai che fosse morto. Mi sentivo impotente. Attraverso le lacrime, vidi la mia luce verde-blu. In quel preciso momento una sensazione calda e confortevole mi avvolse ed istintivamente iniziai a rilassarmi. Mi concentrai con la mente su quel piccolo corpo soffice e desiderai che visse. Normalmente, qualsiasi tipo di concentrazione ad un simile livello avrebbe dovuto

essere impossibile in così giovane età, ma ero così coinvolto con quel pulcino che quest'emozione deve avermi permesso di focalizzare istintivamente la mia energia.

Dopo poco tempo, le mie mani cominciarono a formicolare come se mi pungessero degli aghi ed il pulcino iniziò a contorcersi. Più mi concentravo su questa sensazione delle mie mani, più il pulcino sembrava rispondere. Poco più tardi, il pulcino ricominciò a muoversi e gli trovai una scatola come nido, portandolo poi a casa per mostrarlo a mia madre. La supplicai di lasciarmelo tenere. Lei diede un'occhiata al pulcino e, pensando ovviamente che sarebbe morto entro poche ore, mi disse di sì. Al contrario, il mio pulcino crebbe forte e sano. Suppongo che questo sia stato l'inizio della mia carriera di guaritore.

Questo accadde quando avevo circa due anni e mezzo, ed è un ricordo ancora vivido nella mia mente. Presi l'abitudine di raccogliere tutti gli animali e gli uccellini ammalati o abbandonati, li portavo a casa e me ne prendevo cura. A quel tempo ero in grado di comunicare con i miei genitori in termini molto semplici, ma indicavo la forte luce blu che sembrava essere intorno a me tutto il tempo e gli chiedevo che cosa fosse. Ovviamente, guardando indietro adesso, mia madre e mio padre non erano in grado di vedere quella luce, e rispondevano, come avrebbe fatto la maggior parte dei genitori, solo per assecondarmi.

Data la mia giovane età, loro non erano particolarmente preoccupati e la consideravano immaginazione infantile. Non ho mai avuto un amico immaginario, e nemmeno la luce blu si è mai in effetti rivolta a me con parole che potessi capire, ma mi fece sentire che era come il mio angelo custode, che era lì per badare a me e tenermi lontano dai guai. Ero anche in grado di vedere luci intorno alle altre persone ed agli oggetti. I colori variavano in profondità ed intensità ed io non avevo idea di che cosa si trattasse. Immagino di avere semplicemente supposto che tutti potessero vederle.

Per ragioni familiari emigrammo in Inghilterra quando avevo quattro anni. Mia madre era nata a Manchester ma aveva trascorso la sua infanzia nel Galles. La sua famiglia si era ristabilita nell'area di Manchester e noi li raggiungemmo per andare a vivere con i miei nonni in una villetta a schiera. Avevamo un grazioso giardino e la casa sul retro si affacciava su campi ed acquitrini.

Ricordo la prima volta in cui vagabondai nella casa di un vicino per giocare. Una robusta signora molto grande eruppe dalla cucina gridando in un linguaggio che non capivo. Non avevo mai ascoltato bene l'inglese, l'ebraico era tutto ciò che conoscevo all'epoca, così rimasi lì seduto, confuso, con un'espressione vacua sul volto. La vicina andò a chiamare mia madre che venne a prendermi; la signora disse a mia madre, senza mezzi termini, che non dovevo farlo di nuovo. Ricordo ancora che piansi per questo. Mi sentii rifiutato e la

cosa mi riempiva di orrore. Semplicemente non capivo perché non mi fosse permesso andare a trovare i vicini, e perché questa donna fosse così arrabbiata con me.

Io ero nato in una comunità senza restrizioni, dove ogni cosa era condivisa e tutti quanti badavano l'uno all'altro. Ora venivo calato in una vita dove la gente parlava in una lingua che non capivo, si arrabbiavano con me senza alcuna ragione apparente ed ero confinato nei limiti di una casa e di un giardino. Non avevo nulla che mi aiutasse a comprendere, nessun termine di paragone. Avendo io solo quattro anni, l'estremo contrasto deve aver rappresentato un grosso shock per il mio sistema.

Diversi mesi dopo il nostro arrivo in Inghilterra, cominciai a frequentare la prima classe della scuola primaria. Non comprendevo ancora una sola parola d'inglese e, se aggiungiamo la scuola alle recenti restrizioni, si può capire perché diventai ancora più traumatizzato. Non so se a causa di un leggero shock o per una semplice protesta infantile, smisi completamente di parlare. Poi avvenne una cosa inusuale. Circa due mesi più tardi ricominciai di nuovo a parlare ma in un inglese perfetto! Anche quando i miei genitori mi parlavano in ebraico io rispondevo in inglese. A scuola gli altri bambini si erano presi gioco di me, all'inizio, per il modo in cui parlavo e credo di aver eretto un qualche tipo di barriera mentale, emozionale ed emotiva, perché rifiutai completamente il linguaggio ebraico. Potevo ancora comprenderlo, ma mi rifiutavo di parlarlo. E questo blocco emotivo mi è rimasto ancora oggi.

Il meglio che si potesse dire di me a scuola è che ero non cooperativo, interrompevo moltissimo e spesso marinavo. Se riuscivo a farlo, preferivo vagare per i corridoi o sgattaiolare fuori a giocare. Qualche volta riuscivo ad evitare di essere trovato per la maggior parte della giornata, ma i miei insegnanti, arrabbiati e frustrati, prima o poi mi prendevano, mi sgridavano e mi facevano ritornare in classe. Credo di aver fatto più visite dal preside io che chiunque altro in quell'anno!

Per qualche ragione ero in grado di parlare della maggior parte degli argomenti anche se avevo mancato le lezioni. Penso che allora io leggessi inconsciamente le menti degli altri bambini intorno a me, o forse quelle di miei insegnanti. Ricordo di essere stato incredibilmente confuso durante le lezioni di matematica, perché sapevo la risposta di qualsiasi problema che mi mettevano di fronte quasi immediatamente. Ora sono convinto che quelle risposte venissero da un mio sapere interiore o intuizione, ma all'epoca semplicemente apparivano nella mia mente. Era come se le sentissi, come se le percepissi a qualche livello emozionale. Eppure, su molti altri livelli emozionali, ero completamente incapace di sentire qualsiasi cosa.

I miei insegnanti erano perplessi. Non potevano comprendere come potessi arrivare alle risposte così in fretta e mi mettevano alla prova costantemente, credendo che in qualche modo io barassi spudoratamente. Moltissime volte mi chiedevano come arrivassi alle risposte, ma naturalmente non glielo potevo dire, perché non lo sapevo. Così giovane, non riuscivo a capire perché una risposta giusta non fosse sufficiente, e perché dovessi essere sgridato per aver svolto i compiti di matematica giusti. Questo mi portò a ritrarmi in me stesso ancora una volta.

Crescendo, il mio rendimento scolastico continuò a peggiorare. La cosa era così drastica che all'età di undici anni conclusero che io potessi avere qualche tipo di incapacità di apprendimento, come la dislessia. Decisero di ritirarmi dalla scuola per un anno, con la conseguenza che nel primo anno di scuola media avevo un anno in più degli altri ragazzi. Ero circondato da ragazzini più giovani di me, che sembravano essere svegli quanto me o addirittura di più, e così la mia autostima crollò drasticamente. E' stato a questo punto che mi resi conto di essere parecchio indietro rispetto a chiunque altro della mia età, perciò giunsi alla determinazione di riuscire. Nella maggior parte dei giudizi scolastici, i miei insegnanti affermavano che provavo con impegno. I miei genitori ovviamente volevano il meglio per me e mi sostenevano, per quanto potevano, facendomi prendere delle lezioni private. Nonostante ciò, i commenti in generale erano che mi mancava la capacità di concentrarmi, anche se era ovvio per coloro che m'insegnavano che mi stavo sforzando.

La mia concentrazione in effetti veniva ad ondate. In certi momenti ero in grado di ascoltare e focalizzarmi facilmente sul mio lavoro, ma la maggior parte delle volte mi sembrava di essere immerso nell'acqua.

Quando gli insegnanti mi parlavano, potevo vedere le loro bocche muoversi ma riuscivo a sentire soltanto dei suoni soffocati. In momenti come quelli, mi sembrava di vivere in un acquario. Ero completamente distratto, non riuscivo a concentrarmi a causa del continuo fuoco di sbarramento di informazioni visuali e sensoriali che ricevevo da tutte le direzioni. Sentivo delle sensazioni interne leggere, come ali di farfalla nel mio stomaco, che ora riconosco essere movimenti di energia nel mio corpo.

La familiare luce blu brillante appariva sporadicamente ed inoltre, a seconda dell'umore dei miei insegnanti e dei miei amici, vedevo anche delle masse di colori intorno a loro. Queste esperienze mi sopraffacevano completamente e trovavo incredibilmente difficile mantenere il controllo.

Qualche volta era quasi come se fossi in stato ipnotico. Così, immagino che non ci fosse da meravigliarsi se l'informazione scolastica non riuscisse a raggiungermi e che fossi incapace di assorbirla a livello cosciente.

Provai tutti i trucchi che conoscevo per riuscire a scuola, incluso usare le mie capacità telepatiche per compensare i miei problemi di apprendimento. Sedevo sempre accanto al ragazzo più intelligente e notai che la mia calligrafia cambiava a seconda di chi mi era seduto accanto. I miei quaderni sembravano essere stati scritti da persone diverse. Era come se io assorbissi i manierismi e le peculiarità di quelli intorno a me. Ovviamente io non sapevo o capivo cosa stesse succedendo a quel tempo e solo ripensandoci ora posso dare un valore e comprendere razionalmente cosa succedeva.

Sono fermamente convinto che tutti i bambini possiedano queste capacità e, se forzati dalle circostanze oltre il loro controllo, le usino per compensare ogni difficoltà di comprensione che possano avere. Infine, con la determinazione, il duro lavoro e molte lezioni aggiuntive, riuscii a lasciare la scuola con un'educazione di base.

Il fatto di avere capacità insolite, per un bambino, aveva anche i suoi lati positivi. Ero sempre popolare alle festicciole, dove i miei amici insistevano a farmi eseguire i miei trucchi impressionanti. Scoprii abbastanza presto che se focalizzavo la mia attenzione sul braccio o la gamba di un amico, potevo farlo muovere spontaneamente.

Alle feste, facevo mettere in cerchio i miei amici, in silenzio, mentre io stavo nel centro e mi concentravo su una persona alla volta. Come previsto, mentre mi concentravo su di loro, potevo fargli muovere involontariamente uno o più arti alla volta.

Qualche volta mettevo tre o quattro volontari sdraiati sul pavimento e mi concentravo su di loro tutti assieme. Tutti gli altri si torcevano dalle risate vedendo le gambe e le braccia dei loro amici muoversi scoordinatamente da sole. Alla fine, con il passare del tempo, se mi concentravo abbastanza, potevo perfino farli stare dritti sulla testa. Quando questo succedeva, le luci nella stanza lampeggiavano, il che contribuiva ad aumentare l'atmosfera terrorizzante.

Giocavamo spesso ad un serie di giochi di lettura della mente ed anche ad un gioco chiamato 'Assassinio nel buio'. Uno dei ragazzi lasciava volontariamente la stanza, la luce veniva abbassata finché era completamente buio ed il resto di noi si rincantucciava negli angoli o dietro ai mobili, in qualsiasi nascondiglio che potevamo trovare. Il volontario poi tornava e tentava di identificare tutti noi solo col tatto. M'identificavano sempre al primo colpo, perché affermavano che il mio corpo emanava un qualche tipo di energia, o che potevano percepire una specie di campo di forza intorno a me. Poiché a questo gioco io perdevo sempre, naturalmente lo odiavo.

Da teen-ager, quando i miei amici e i miei familiari cominciarono ad avere i loro mal di schiena, mal di denti e i soliti vari tipi di dolori ed acciacchi, scoprii che ero in grado di diminuire molto il loro dolore ed in molti casi rimuoverlo del tutto.



Le mie mani divennero un po' come un anestetico. Capitava spesso che i miei amici telefonassero o venissero a trovarmi, chiedendomi di effettuare il mio trucco togli-dolore. Si arrivò al punto che quelli più cari non chiedevano nemmeno; semplicemente afferravano la mia mano e se la mettevano dove gli faceva male.

Ogni volta che mio padre aveva un problema, come uno stiramento al gomito o un mal di denti, mi chiedeva sempre se glielo potevo mettere a posto. Io mettevo le mani dove gli faceva più male ed entro un paio di minuti lui si sentiva di nuovo bene. Anche oggi, egli non comprende realmente cosa succede e dice semplicemente che ho le mani calde.

Negli anni settanta, quando Uri Geller cominciò a piegare i cucchiali, cominciai ad interessarmi alle persone con "poteri speciali". A quel tempo tentavo seriamente di piegare i cucchiali come Uri ed ebbi anche un qualche successo, sebbene con grande difficoltà. Nonostante ciò provai e riprovai, con un certo orrore da parte di mia madre. Questa breve carriera finì improvvisamente quando lei aprì il cassetto delle posate e scopri che tutti i cucchiali e le forchette erano piegati ed alcuni erano addirittura contorti. Pensavo che questo fosse un risultato molto brillante, ma mia madre non credette neanche per un momento che lo avessi fatto semplicemente pensandoci. Lei suppose che li avessi piegati manualmente e fui seriamente sgridato.

A quell'età, ogni volta che usavo la mia concentrazione per fare qualcosa di inusuale, come far passare un mal di denti o piegare un cucchiaino, o se mi sentivo frustrato o arrabbiato per qualsiasi ragione, cominciarono a succedere delle cose: le luci lampeggiavano, le radio si accendevano o si spegnevano da sole, o la televisione cambiava canale.

Questo genere di cose divenne sempre più frequente, fino a che si arrivò al punto in cui cominciarono ad accadermi continuamente. I miei genitori tentavano sempre di spiegare tutti questi piccoli eventi come colpi di fortuna o coincidenze, ma ne accadevano così tanti che divenne piuttosto difficile per chiunque crederci.

Scoprii che se stavo sotto una luce, usando la mia concentrazione, riuscivo a renderla più luminosa o più debole. Questo era molto più semplice se era connessa con un interruttore variabile, ma mi faceva sempre stancare molto, mi procurava un po' di malessere e dopo dovevo dormire. Comunque, la maggior parte delle volte, i pasticci elettrici sembravano accadere senza nessuna ragione apparente e divennero una cosa piuttosto comune.

Sono stato in grado di aggiustare le cose fin da quando avevo cinque anni. Verso la fine degli anni sessanta mio padre era un commesso viaggiatore specializzato in oggetti elettrici e decorativi. Spesso riceveva indietro del materiale danneggiato o difettoso e lui me lo dava per farmici giocare. All'età di sette anni ero in grado di

aggiustare facilmente una radio o un orologio, togliendogli semplicemente il coperchio del retro e riparandoli; non sapevo mai come facevo a farlo, ma dopo gli oggetti sembrava che funzionassero.

Attraversai anche una fase dove, senza ragione apparente, mi capitava di prendere una vanga ed andare a scavare una buca. Vagavo un po' in giro, finché trovavo il posto giusto da qualche parte nel nostro giardino, nel parco o nel campo di gioco e semplicemente scavavo. Nell'arco di due anni riuscii a trovare due vassoi d'argento, una scodella di vetro, più di un centinaio di vecchie monete romane ed inglesi, diversi piatti, orologi e anelli. Molte di queste cose erano paccottiglia inutile ma alcune di esse erano di valore e piuttosto rare, ed in questi casi le consegnavo alle autorità competenti.

Da ragazzo, mi capitava di sognare dove avrei potuto trovare qualcosa. Nei miei sogni vedevo il luogo molto chiaramente ed i miei ritrovamenti immaginari erano sempre di gran valore: oro o gioielli preziosi. In realtà, la maggior parte delle volte tutto ciò che veniva alla luce dallo scavo erano oggetti senza valore, ma comunque trovavo sempre qualcosa nel luogo che avevo sognato.

All'inizio degli anni ottanta m'interessai più seriamente di parapsicologia, ESP (percezione extrasensoriale) e sviluppo personale, decidendo di indirizzare le mie capacità verso qualcosa di utile e benefico. Lessi libri della biblioteca che parlavano di persone con "speciali poteri" e di guarigione alternativa. Sebbene questi libri fossero interessanti e descrittivi, nessuno di essi mi diceva come fosse possibile, per gente come me, sviluppare ulteriormente le proprie capacità.

Cominciai a rendermi conto che esistevano migliaia di persone in tutto il mondo che mostravano un ventaglio di abilità inusuali ed uniche, dalla lettura della mente al viaggio astrale, dal piegare i cucchiaini al predire il futuro. Ma nessun libro che lessi in quel periodo spiegava come lo facessero o come potessero insegnare ad altri a fare la stessa cosa o aiutarli nel loro sviluppo.

Cercavo qualcuno con capacità sviluppate che mi prendesse sotto la sua ala e mi aiutasse. In quel periodo, sebbene avessi una vivida immaginazione, i miei processi di pensiero erano molto logici. Sfortunatamente, nessuna delle persone che incontrai fu mai in grado di dimostrare le abilità che asserivano di possedere in modo continuo o con successo, quando sfidate in un ambiente controllato.

In quel periodo della mia vita incontrai molte persone eccentriche, 'psichiche' o religiose, che affermavano di essere qualsiasi cosa da Gesù reincarnato ad alieni provenienti da un altro pianeta, ma nessuno di questi poté mai fornirmi uno straccio di prova o evidenza, quando io glielo chiedevo. Questo rappresentava un estremo del tipo

di persona che ho incontrato nella mia ricerca personale nel paranormale.

All'altro estremo ho incontrato molti che provavano a spiegare ogni singolo fenomeno come una specie di trucco da prestigiatore o fenomeno naturale. Per esempio, se potevano dimostrare come fosse possibile piegare manualmente un cucchiaino con destrezza sotto lo sguardo vigile di altri, allora questo era il modo in cui doveva capitare sempre e chiunque asserisse di farlo usando la propria mente, doveva per forza barare. Era semplicemente così, non c'era spazio per discussioni con questo tipo di persone. Giacché era possibile ipnotizzare qualcuno e fargli alzare le braccia in una trance ipnotica, questo doveva essere il modo in cui io riuscivo a farlo. La possibilità che io fossi in grado di farlo in un modo completamente diverso dall'ipnosi, non veniva presa nemmeno in considerazione.

Scoprii anche che molte persone che investigavano il paranormale erano estremamente influenzabili e pronte a credere praticamente a tutto, spesso ingannate da quelli più furbi di loro. Per contrasto, molti altri, anche quando gli veniva fornita una prova inconfutabile che le abilità e i fenomeni paranormali esistono, li escludevano a priori senza la giusta investigazione ed analisi.

Durante questo periodo, fui contattato da tre studenti di parapsicologia che volevano investigare circa le mie capacità personali. Un paio di settimane dopo, uno di loro mi chiamò per fissare un incontro nel pub locale. Io pensai che fosse uno strano posto per incontrarsi, visto che loro sarebbero stati i benvenuti nella mia casa, ma loro dissero che preferivano incontrarmi in un luogo pubblico. Io pensai che questo fosse strano ma comunque lasciai che accadesse.

Dopo esserci presentati, mi confessarono che nelle loro passate esperienze di investigazione nel paranormale, avevano notato che molto spesso le persone che asserivano di avere incredibili capacità erano normalmente illuse, o sofferenti di un qualche genere di disordine emozionale. Questo mi fece ridere, ma non potei fare a meno di chiedermi che impressione si fossero fatti di me e cedetti alla tentazione di chiederglielo. Mi risposero che la prima impressione era che io fossi abbastanza razionale, anche se le cose che io asserivo di saper fare erano al limite del ridicolo! In ogni caso, dovevano essere stati sufficientemente sicuri che io non fossi uno spostato, perché vennero con me a casa per condurre un paio di esperimenti paranormali.

Comprensibilmente, a questo punto ero molto nervoso. Non li conoscevo, loro asserivano di essere investigatori psichici, ed adesso tutta la loro attenzione era focalizzata su di me. Stavo vicino ad uno di loro e misi la mano circa quindici centimetri sopra la sua testa pregandolo di dirmi se sentiva qualcosa. Dopo qualche momento, mi disse di sentire una sensazione pungente sulla sommità della testa e sulle spalle ed era come se i suoi capelli stessero dritti. Allora mi

sedetti di fronte a lui e gli dissi di mettere le mani in grembo, di sedersi comodamente e rilassarsi. Mi concentrai sulle sue mani per circa cinque minuti, ma non sembrava succedere niente. Ad un certo punto, lentamente, le sue mani cominciarono ad alzarsi spontaneamente.

Dopo questo incontro iniziale, conclusero che io avevo una sorta di abilità, ma che non erano in grado di definire esattamente che cosa fosse. Era ovvio però, che volevano aiutarmi. Gli spiegai che mi sarebbe piaciuto sviluppare di più le mie capacità, dirigendole verso qualcosa di utile o positivo. In quel periodo stavano anche investigando sulla guarigione psichica e mi suggerirono di indagare in questo campo. L'idea della guarigione mi piaceva, perché aveva applicazioni sia pratiche che positive, così seguii il loro consiglio. La settimana seguente mi recai con loro a visitare un gruppo di guarigione a Manchester.

Il gruppo di guarigione si teneva in una casa condivisa da molti studenti. C'erano circa quindici persone piuttosto "new age". Ero molto eccitato alla prospettiva d'incontrare della gente che aveva un interesse comune al mio e che potevano insegnarmi a sviluppare ed usare le mie capacità per qualcosa di positivo. Ero colpito dalla loro conoscenza e dalle spiegazioni che davano su ciò che avevo provato durante tutta la mia vita; compresi subito quanto avessi ancora da imparare e quanto fossi ancora un principiante.

Parlai con una ragazza di nome Valerie che aveva avuto un incidente alcuni anni prima ed a cui avevano detto che non avrebbe potuto camminare mai più. Un uomo che si chiamava John Cain l'aveva guarita e lei mi raccontò la storia del suo recupero miracoloso. L'incidente era stato terribile e le ferite che aveva riportato erano talmente gravi che i dottori si erano arresi. Erano giunti alla conclusione che non solo avrebbe dovuto vivere il resto della sua vita confinata su una sedia a rotelle, ma che la sua vita non sarebbe stata lunga. Valerie era precipitata nella depressione, ma i genitori l'avevano convinta ad andare da John Cain a Liverpool per vedere se le sue capacità di guaritore potevano aiutarla. Il suo recupero dopo i trattamenti di Cain aveva sbalordito i medici. Da ciò che potevo vedere, Valerie era completamente guarita da tutte le sue ferite.

Questa storia mi stimolò tremendamente. Scoprii più tardi che Valerie aveva scritto un libro su Cain, il quale aveva in effetti cominciato a guarire piuttosto tardi nella sua vita, dopo una carriera di successo negli affari. Durante i suoi trattamenti i pazienti cadevano frequentemente in stati alterati di coscienza, mostrando spesso movimenti spontanei. Non potevo fare a meno di notare alcune similarità tra queste storie e le mie esperienze personali.

Sfortunatamente Cain era morto da poco e così mi fu impossibile incontrarlo. Bisogna però dire che egli aveva lasciato ampie

testimonianze della sua arte di guarigione e che durante la sua carriera aveva addestrato molti altri ai suoi metodi.

La conoscenza di Valerie del campo energetico umano e della guarigione in generale, mi aiutò a comprendere le luci ed i colori che potevo vedere dappertutto. Fino a quel momento non avevo veramente compreso l'importanza dei colori, delle loro sfumature o densità. Valerie mi chiese delle mie esperienze personali ed io le parlai delle luci che potevo vedere intorno ad ogni cosa. Mi ascoltò attentamente per circa mezz'ora, poi mi spiegò che queste luci erano chiamate aure ed erano la rappresentazione dello stato fisico ed emozionale di una persona. Io le dissi che esse non erano state nient'altro che una completa distrazione per me e le chiesi se mi poteva mostrare come applicare nel modo migliore questo nuovo frammento di conoscenza. Poteva aiutarmi in qualche modo a comprendere meglio il processo di guarigione?

Valerie invitò un suo amico chiamato Simon a venire al gruppo di guarigione e gli chiese di stare in piedi contro un muro bianco. Mi dissero di descrivere in dettaglio i colori o le forme che potevo vedere, sentire o percepire intorno a lui. Devo precisare che a quell'età avevo sviluppato una tecnica che mi permetteva, entro certi limiti, di bloccare la distrazione visiva delle aure.

Da bambino questo controllo mi era stato impossibile ma, crescendo, avevo dovuto trovare il modo di escludere queste informazioni, dal momento che era l'unico modo per tirare avanti. Quindi, nella presente situazione, dovetti in qualche modo riattivare quella capacità.

Mi sedetti confortevolmente su una sedia di fronte a Simon e cominciai a rilassarmi per essere in grado di mettere a fuoco chiaramente la sua aura. Per me, guardare l'aura di qualcuno e descriverla, è insieme un'esperienza sensoriale ed emotiva. Non solo vedo colori e luci, ma riesco anche a percepirla come sottili spostamenti di energia. E' un po' come vedere una commedia: avete l'esperienza visuale degli attori e della loro recitazione, ma si arriva ad un punto ( se è una buona commedia ), dove diventate in effetti coinvolti emozionalmente. Cominciate a sentire quello che vivono gli attori come se foste diventati uno di loro.

Cercherò di descrivere come faccio ad attivare la mia capacità di vedere un'aura. Mentre mi rilasso seduto su una sedia, porto la mia attenzione e la mia consapevolezza alle piante dei miei piedi. Questi cominciano a sembrare pesanti e 'radicati', e, mentre focalizzo la mia concentrazione, l'energia sotto i miei piedi comincia a salire su per le gambe, entra nel bacino, sale lungo la spina dorsale su fino ad un punto sulla sommità della testa, comunemente chiamato 'corona'.

La mia corona inizia a formicolare come se qualcuno avesse appoggiato gentilmente le sue mani sulla sommità del mio capo. A volte, quando questo avviene, posso sentire una leggera pressione sulla mia testa. A questo punto mi focalizzo sull'energia nel palmo

delle mani e le permetto di salire su per le braccia, nelle spalle fino a connettersi con lo stesso punto della corona.

Ho la sensazione di succhiare letteralmente l'energia attraverso la pianta dei piedi e il palmo delle mani e che quest'energia sia poi mandata nell'area della corona. Dopo sfoco leggermente la vista appannando gli occhi e, mentre lo faccio, i colori e le forme dell'aura cominciano ad apparire. Più mi rilasso in questa sensazione, più diventano chiari i colori e le luci. Ed è a questo punto che io sono in grado di descrivere ciò che vedo e sento.

Studiando l'aura di Simon potevo vedere una luce blu, nebbiosa e brillante, emanare dalle sue spalle e dalla sua testa. Questa luce si riduceva d'intensità e fluorescenza mentre si espandeva su tutto il suo corpo. Sulla sua spalla sinistra vedevo un'area più scura, rotondeggiante, amorfa e di colore grigio verdastro.

Lo dissi a Valerie e lei mi chiese cosa pensavo volesse dire. Ci pensai un attimo e studiai quest'area più approfonditamente. Mi ricordava una nuvola o un'ombra di una nuvola in una giornata soleggiata. Sapevo che era un segnale di qualche genere e Valerie mi spiegò che era un'indicazione di un'area problematica.

Ero un po' scettico a proposito di quest'affermazione e così chiesi a Simon se avesse un problema alla spalla sinistra. Quando mi confermò che l'aveva, mi entusiasmai terribilmente, perché questo voleva dire che ero in grado di scoprire affezioni fisiche esaminando l'aura di una persona. A questo punto ero molto impaziente ed ispirato e volevo investigare oltre, così esaminai l'aura di tutti coloro presenti nella stanza.

Riuscii a scoprire e diagnosticare accuratamente tutti i problemi fisici di cui i presenti erano consapevoli, ed anche alcuni di cui non lo erano. Adesso, grazie alla mia esperienza nel leggere e comprendere le aurore, sono in grado di analizzare anche gli stati emozionali e, in alcuni casi, posso addirittura sapere cosa è successo ad una persona in passato.

A questo punto Valerie mi descrisse l'intero processo di guarigione che usavano Cain e gli altri. Normalmente, chiedevano al paziente di sdraiarsi per terra in una posizione comoda, su dei cuscini o su un soffice tappeto. Il guaritore metteva le sue mani sulla corona o a dodici centimetri da essa, si rilassava e permetteva all'energia di fluire nel corpo del paziente. Il guaritore muoveva poi le mani lentamente intorno al corpo, scendendo lungo le spalle, le braccia, il busto, le gambe e i piedi.

L'intero processo poteva durare da dieci a venti minuti. Chiesi a Valerie perché fosse necessario per il guaritore avere un contatto fisico con il paziente. Lei mi rispose che probabilmente non era necessario. Generalmente serviva soltanto a rinforzare il legame tra il guaritore ed il paziente, rafforzando la connessione fisica e assicurandolo.

Recentemente, essendomi abituato a dare energia di guarigione a grandi gruppi di persone, ho trovato che non è necessario per me toccare fisicamente un paziente e lo faccio solo in determinate circostanze. Sono arrivato a credere che il contatto fisico sia necessario soltanto per rimuovere un blocco energetico particolarmente resistente, o con lo scopo di rassicurare, ma se il paziente si sente sicuro con il suo guaritore e l'ambiente circostante, normalmente non ce n'è bisogno.

Valerie sapeva che io avevo un'abilità inusuale: concentrandomi sulle braccia o le gambe di una persona le facevo muovere spontaneamente. Volevo sapere se lei pensava che questa capacità potesse essere usata nel processo di guarigione.

Prima di tutto, Valerie mi chiese quali fossero i miei pensieri e le mie sensazioni in quei momenti; cosa ero convinto di fare quando provocavo quei movimenti negli arti di una persona, cosa stavo effettivamente facendo e come. Dovetti pensare molto a lungo prima di rispondere.

Uso un procedimento tramite il quale attingo direttamente l'energia, in modo simile a quello che uso per vedere l'aura. Posso proiettare quest'energia nel corpo della persona, ma sono in grado di farlo solo se ne ho il permesso. Mentre trasmetto quest'energia, in pratica le dico esattamente ciò che voglio che faccia, dando un comando molto semplice del tipo "Alza il tuo braccio all'altezza della spalla adesso". Di solito, nel giro di un paio di secondi il braccio della persona si muove. Se si muove molto piano, allora spingo più energia verso la persona, dando l'ordine di lavorare più in fretta, e di solito succede.

Valerie disse che mi reputava molto fortunato perché ero riuscito senza volerlo a padroneggiare, controllare e regolare il livello dell'energia che stavo trasmettendo. Lei si chiedeva cosa sarebbe successo se io avessi detto all'energia di correggere un problema fisico o rimuovere il dolore mentre proiettavo l'energia verso un'altra persona, facendole alzare il braccio o la gamba. Per me, questo era un suggerimento notevole. Poteva essere così semplice? L'unico modo che avevo per scoprirlo era provare e così chiesi a Simon se si prestava a farmi da cavia. Simon aveva praticato della guarigione lui stesso, era interessato a ciò che stava succedendo e fu felice di farmi provare.

Chiesi a Valerie di stare dietro a Simon, che stava di fronte a me a circa un metro e venti di distanza. Mi concentrai su Simon dirigendo l'energia verso di lui e, nella mia mente, chiesi a quest'energia di dargli ciò di cui aveva bisogno e di correggere il problema fisico alla sua spalla sinistra il più in fretta possibile. Aspettammo per circa venti secondi prima che qualcosa accadesse, poi il braccio sinistro di Simon cominciò a salire da solo.

A questo punto non credevo veramente che qualcosa di particolare stesse accadendo alla sua spalla. Non era una cosa nuova per me: avevo visto questo genere di movimenti spontanei migliaia di volte prima. Ma, oltrepassando il punto in cui cominciava a fargli male, il braccio di Simon continuò a muoversi, oltre all'altezza del gomito su fino alla spalla. A questo punto il suo movimento prese un aspetto completamente differente: le sue dita si stirarono in alto ed in fuori, mentre arrivava all'altezza della sua testa ed anche oltre. Mentre questo accadeva, Simon riferì che sentiva sensazioni di calore muoversi attraverso il suo braccio sinistro e nella sua spalla. Udendo questo, mandai ancor più energia e Simon s'accorse che l'avevo fatto perché che la sua spalla era diventata improvvisamente molto più calda. Sembrava che, da quel momento in poi, più energia gli mandavo, più il braccio e la spalla diventavano caldi.

Il calore che Simon diceva di sentire era profondo ed intenso e, anche se molto caldo, non era affatto sgradevole. Arrivammo al punto in cui lui mi disse che la sua spalla era così calda che il dolore sembrava essersi sciolto via. Appena disse questo il suo braccio si stirò verso l'alto più in su che poteva, poi indietro e in giù, descrivendo un cerchio. Questo movimento si ripeté ancora per tre volte finché il suo braccio alla fine si fermò spontaneamente. Alla fine di questo intero esercizio Simon ci disse con grande compiacimento che non provava più alcun dolore.

Dopo questa esperienza iniziale, Simon era incuriosito dalla fluidità e flessibilità di movimento del suo braccio e della spalla, perché in precedenza non era stato affatto in grado di muoverlo. Apparentemente egli aveva avuto difficoltà nell'alzarlo oltre l'altezza della spalla, ed alzare le mani al cielo era stato pressoché impossibile. Per lui fare questo movimento senza dolore era fantastico. Ero compiaciuto ed eccitato da questa mia prima vera esperienza da guaritore e decisi di unirmi al gruppo e frequentare regolarmente le sessioni settimanali. Ora sapevo di dover tentare di espandere ed investigare le possibilità che c'erano dietro il mio potenziale di guarigione.

Fuori dal gruppo di guarigione, i miei amici avevano difficoltà a capire ed accettare quelle che loro consideravano essere le mie strane ed inquietanti attività. Io lo avevo spiegato molte volte, ma il fatto di voler passare tre sere alla settimana con un gruppo di strani studenti hippie ad investigare le possibilità che c'erano dietro il mio potenziale di guarigione, era totalmente al di là della loro comprensione e mi prendevano in giro, schernendomi senza pietà.

Il lavoro di mio padre si era sviluppato considerevolmente durante gli anni ed egli aveva messo su un'attività all'ingrosso ben avviata che trattava borsette ed articoli in pelle. Era quindi naturale per me e mio fratello andare a lavorare per lui quando la scuola era finita.



Passarono tre mesi prima che gli altri membri della mia famiglia scoprissero le sessioni di guarigione ed allora si unirono allo scherno. Si presero gioco di me, arrivando anche al punto di mettere in dubbio la mia sanità mentale, ed era ovvio che il fatto di avere un lavoro normale era la mia sola salvezza.

Nei quattro mesi successivi fui oggetto di una gran quantità di commenti e scherzi, prima di soccombere alla pressione e decidere che smettere di guarire sarebbe stata la cosa migliore. Tutti mi dicevano che era la cosa più giusta e sensata per me: rimbocarmi le maniche e darmi da fare per guadagnare dei soldi e costruire la mia carriera. Paradossalmente, i membri della mia famiglia e gli amici intimi che mi avevano persuaso a smettere di guarire, erano i primi a correre da me ogni volta che avevano il minimo dolore.

Passarono dieci anni. Anche se apprezzavo le gratificazioni di avere un buon lavoro e dei soldi in tasca, mi sentivo limitato. Sentivo che c'era qualcosa che mancava nella mia vita. Ero sempre più annoiato, scoraggiato alla prospettiva di passare il resto della mia vita vendendo borsette ed alla fine decisi di partire per un viaggio alla scoperta di me stesso. Israele, il posto dove ero nato, sembrava essere un buon inizio.

Non sapevo cosa stessi cercando e neanche avevo alcuna aspettativa. Vagavo senza direzione e la sola cosa di cui ero certo era che dovevo scappare dalla routine in cui ero intrappolato. Ero ospite di mio zio Dov e mia zia Miriam in un piccolo villaggio a quaranta minuti d'auto da Tel Aviv. Avevo molto tempo a disposizione ed avevo bisogno di fare qualcosa, così decisi di tentare di reimparare l'ebraico; ma per lo più vagavo pensando al resto della mia vita e a che cosa diavolo avrei potuto fare al mio ritorno in Inghilterra.

Ero stato in Israele per circa sei mesi e si avvicinava il tempo di ritornare. Man mano che la mia partenza si avvicinava diventavo sempre più ansioso. Non avevo ancora trovato nessuna risposta ai mie interrogativi. Una sera, mentre ero steso sul letto, mi sentii quasi disperato e così chiesi aiuto. Non so a chi stessi chiedendolo, se fosse Dio o un'altra parte di me stesso, ma la mia domanda era chiara: cosa avrei dovuto fare? Qual era il mio scopo? Volevo diventare consapevole del mio migliore proposito e, adesso, sono convinto che questa sia stata la prima volta nella mia vita in cui accidentalmente mi connettevo con il mio Higher Self. Meditai e considerai questa domanda per diverse ore, fino a che scivolai nel sonno.

Il mattino seguente, a colazione, mio zio venne in cucina portando un cesto di arance. Gemeva e si lamentava della sua schiena e del suo collo. Mentre lo aiutavo con il cesto mi disse che il dolore veniva ad ondate, che gli era stata fatta una lastra tempo addietro e che i dottori gli avevano diagnosticato una consunzione delle vertebre del collo. Sopportava il suo disagio in silenzio. Per quello che lo riguardava,

nulla poteva essere fatto in proposito dal momento che il suo problema era dovuto ad un'usura generale.

Allora dissi allo zio che avevo praticato la guarigione, alcuni anni prima. Non mi passò mai per la mente di poter risolvere il suo problema, ma pensavo di essere capace di fare qualcosa per alleviare il suo dolore. Dov rispose che in una brutta giornata come quella era disposto a provare qualsiasi cosa, così lo feci sedere su di una sedia in cucina.

A questo punto misi la mano destra dietro il suo collo e la sinistra sulla spalla in corrispondenza del petto. Mi rilassai, mi concentrai e tentai di mandargli dell'energia di guarigione; la mia principale preoccupazione era quella di rimuovere i sintomi del suo dolore e dargli un po' di sollievo. Dov disse che non sentiva alcun calore o altra sensazione di qualsiasi genere, cosa che mi sembrò un po' strana, ma continuai a lavorare con lui in questo modo per circa venti minuti.

Quand'ebbi finito, chiesi a Dov come si sentiva, se il dolore se ne era andato o se almeno si sentiva un po' meglio. Dov era deluso per tutti e due. Il suo dolore era forte come sempre. Mi confessò che lui aveva veramente desiderato che la cosa funzionasse, ma che non aveva intenzione di mentirmi dicendomi che aveva funzionato quando non era vero. Questo mi depressero parecchio e pensai che, siccome avevo ignorato le mie capacità di guarigione per così tanto tempo, magari avevo perso l'abilità o peggio, forse mi era stata tolta.

Per tutto il giorno divenni sempre più ansioso fino al punto di rasentare il panico. Dov continuò la sua attività abituale, deciso a continuare nonostante tutto, ed io provai una combinazione di emozioni pesantemente permeata di colpa. Una cosa era certa: le mie scelte adesso si erano grandemente ridotte. Avevo chiesto una guida su quale fosse il vero scopo della mia vita ed esattamente il giorno dopo avevo scoperto che le mie capacità erano svanite. Era questo il modo che aveva scelto Dio per dirmi di andare semplicemente avanti con la mia vita?

La mattina seguente mi svegliai come al solito, con il sole che inondava la mia camera, quando zio Dov irruppe. Era eccitato, addirittura euforico. Per la prima volta da anni si era svegliato sentendosi meravigliosamente bene: il suo dolore se ne era andato, non solo un po' ma completamente. Sorprendentemente, aveva ricevuto la mia guarigione con ventiquattro ore di ritardo. Ritardi del genere erano già successi, ma molto raramente.

Non appena zia Miriam si rese conto di quello che era successo, sparse rapidamente la voce in tutto il resto della famiglia e della comunità. Suo nipote era un guaritore! Invitò chiunque avesse un qualsiasi genere di dolore nella sua casa, che si trasformò rapidamente in qualcosa di molto simile ad un ambulatorio. Non mi dispiaceva prestarmi a questa cosa. Ero ancora in uno stato di confusione interiore, ma almeno mi sentivo bene, perché stavo facendo qualcosa di meritevole e positivo. Per la prima volta da molto

tempo mi sentivo felice, ero contento di poter essere d'aiuto e mi solleticava il fatto di vedere mia zia e mio zio mostrare così tanto orgoglio per ciò che riuscivo a fare. Era anche un ottimo esercizio per me.

Vorrei ora tentare di descrivere il metodo di guarigione che avevo usato quella volta. Immaginate un fiume di energia invisibile che scorre intorno al corpo e che al tatto sembri un sottile cuscino d'aria. Se c'è un problema fisico nel corpo, si crea una specie di bozzo oppure un buco in questo campo energetico.

Se io mettevo la mia mano su uno di questi bozzi, sembrava che la mia mano venisse spinta via, una sensazione simile alla repulsione esistente fra due magneti dello stesso polo. Invece quando le mie mani trovavano un buco nel campo energetico, l'energia me le attirava come due poli opposti di un magnete, e la mia mano veniva attirata verso il corpo. In questo caso diventava necessario toccare il corpo del paziente.

Normalmente, dove trovavo un buco nel campo energetico, era il punto in cui il paziente sentiva dolore, così quando ne trovavo uno, mi concentravo su di esso tentando di mettervi più energia. Lentamente, mentre l'energia lo riempiva, comincio a sentire la mia mano respinta dal corpo. Alla fine, mentre il problema veniva corretto, la mia mano risaliva fino ad essere in linea con il resto del campo energetico del corpo; l'idea era quella di tentare di rendere il campo energetico del paziente liscio ed uniforme. In effetti ciò che io facevo era spingere giù i bozzi e riempire i buchi. Dopo sfioravo leggermente con le mani il campo energetico per accertarmi della sua uniformità.

Le persone che trattai mentre ero ad Israele diedero una risposta immediata. Mio zio Dov continuava a rimanere un'eccezione. La maggior parte dei problemi che trattai era di natura fisica, soprattutto muscolare o articolare. Finché un giorno, poco prima del mio ritorno in Inghilterra, mi chiesero di aiutare mio zio Ezra, che era stato ferito gravemente in una delle numerose guerre che affliggono il Medio Oriente.

Ezra aveva frequentato regolarmente una clinica specializzata contro il dolore presso l'ospedale locale e, sebbene questo avesse aiutato a ridurre marginalmente la sua pena, soffriva ancora moltissimo provando dolori molto forti ventiquattr'ore al giorno. Era stato ferito gravemente con un colpo di arma bianca nel mezzo della schiena e, vista la gravità della sua ferita, non ero affatto sicuro della mia capacità di aiutarlo. Il suo problema era molto più grave di quelli che avevo trattato fino a quel momento ed i medici avevano detto che avrebbe sofferto di dolori molto forti, probabilmente per il resto della vita.

La mia mancanza di sicurezza era dovuta al mio scetticismo circa il processo di guarigione. A quel tempo credevo che una gran parte di

esso fosse psicologica. In altre parole, i pazienti credevano che io potessi guarirli ed era questa convinzione che rimuoveva il loro problema. Anche se il dolore al collo ed alla schiena dello zio Dov non era ancora ritornato, continuavo a credere che qualunque cosa avessi fatto, era solo una cosa temporanea e, una volta che la cruda realtà del problema del paziente fosse tornata a farsi sentire, i sintomi del suo dolore sarebbero ritornati. Non riuscivo ad accettare, a quell'epoca, la possibilità che in certe circostanze il corpo fosse capace di guarire totalmente, indipendentemente dall'estensione del danno o del problema. Per questo motivo avevo disperatamente bisogno dell'incoraggiamento dei miei zii prima di poter persino prendere in considerazione il tentativo di aiutare zio Ezra.

Tutti loro mi spingevano a provare. Ero in grande apprensione quando misi le mani sulla testa di Ezra ed iniziai ad eseguire il mio solito metodo di trattamento, livellando i bozzi e gli avvallamenti nel campo energetico intorno al suo corpo. Quando raggiunsi il punto della sua ferita, provai a concentrarmi veramente ed ad aumentare in quest'area il livello di energia il più possibile. Mentre mettevo fisicamente le mani sulla sua schiena e le tenevo lì per circa cinque minuti, Ezra disse che poteva sentire un po' di calore giungergli. Allora allontanai lentamente le mani dal suo corpo, le tenni a circa venticinque centimetri di distanza e mi concentrai intensamente.

Dopo circa un paio di minuti, mi resi conto che Ezra si era profondamente addormentato. Fino a quel momento avevamo chiacchierato ed io mi misi a ridacchiare, pensando che si doveva essere annoiato con la mia conversazione e quindi appisolato. Continuai ancora per qualche minuto, poi raggiunsi gli altri in cucina per un caffè, lasciando Ezra a riposare per il tempo che gli serviva.

Un paio di ore più tardi, Ezra si svegliò e mi chiamò nella sua camera, per dirmi che il dolore era andato via completamente. Pensai che volesse essere solo gentile – questo a conferma del mio scetticismo – e gli chiesi con veemenza di essere assolutamente franco con me. Egli insistette che mi stava dicendo la verità, che il suo dolore era sparito ed iniziammo una fitta conversazione.

Ezra volle sapere esattamente che cosa intendevo fare una volta tornato in Inghilterra. Sapeva che il mio lavoro e la mia carriera mi annoiavano e mi spinse a considerare la possibilità di guarire gli altri a tempo pieno. Fu molto fermo sul fatto che la sparizione del suo dolore non era frutto della sua mente e che io avevo davvero qualcosa da offrire. Durante questa conversazione ero costantemente distratto, aspettandomi continuamente che il suo dolore ritornasse. Ero proprio convinto che il dolore dovesse tornare da un momento all'altro e così restai nei dintorni per diverse ore per vedere quello che sarebbe successo. Il giorno seguente gli telefonai per sapere come stava e, con sua somma gioia e mio grande sollievo, mi disse che continuava a non avere dolore.

Il giorno in cui partii per l'Inghilterra, circa due settimane più tardi, Ezra chiamò per ringraziarmi. Mi confermò che il dolore non era ritornato e mi spinse di nuovo a considerare la possibilità di intraprendere una carriera da guaritore. Nonostante avessi avuto parecchi successi nel trattare persone ad Israele, la sicurezza in me stesso e nelle mie capacità erano ancora molto basse al mio ritorno in Inghilterra. Ero riluttante all'idea di dire alla mia famiglia quello che era successo. Nelle occasioni in cui provavo a farlo, venivo ancora accolto con totale scetticismo ed incredulità, e quest'atteggiamento continuò ad abbattere la mia sicurezza. Cinque mesi più tardi, mio padre tornò da una breve vacanza in Israele. Lui e mia madre erano stati con Dov e Miriam ad un matrimonio di famiglia, dove avevano incontrato Ezra. Gli fu raccontato l'intera storia. Al suo ritorno, mio padre si era finalmente convinto che le mie capacità di guaritore non erano soltanto un frutto della mia immaginazione e che potevano essere usate al meglio. Per la prima volta, poteva vedere che cosa avevo cercato di fare. Mi disse che, se volevo seguire la strada del guaritore a tempo pieno, se era veramente quello che volevo e dovevo fare, mi avrebbe sostenuto ed appoggiato, personalmente e finanziariamente.

A questo punto mio padre si rendeva perfettamente conto che, anche se avevo molto successo nel guarire, non sarei mai riuscito ad avere le stesse entrate a cui ero abituato. Comprendeva benissimo che avrei dovuto fare certi sacrifici. Avrei dovuto materialmente rinunciare a certe cose. Non sarei più stato in grado di permettermi la bella macchina che avevo, per esempio, e da allora in poi avrei dovuto stare attento nel gestire il denaro che avevo. Tuttavia, mi disse che se ero veramente serio nei miei intenti, mi avrebbe aiutato come e quando poteva, dandomi così il giusto sostegno di cui avevo veramente bisogno.

Per prendere questa grandissima decisione desideravo avere più consigli e guida possibile. Ancora una volta chiesi aiuto a Dio (o a me stesso, non lo so). Il giorno successivo stavo attraversando in macchina Bury - nel Lancashire- e mentre percorrevo una certa strada, notai diversi cartelli che pubblicizzavano tutta una serie di cliniche specializzate in trattamenti come la fisioterapia, la pratica dentistica, l'agopuntura e l'osteopatia. Una in particolare attrasse la mia attenzione, perché aveva in elenco una serie di trattamenti che a quel tempo non mi erano familiari, come la terapia craniosacrale e la riflessologia. Decisi di fermarmi a dare un'occhiata. Parcheggiai la mia macchina e cominciai a vagare, leggendo le targhette e le pratiche di ogni clinica. Non sapevo cosa stessi cercando esattamente, ma seguii un istinto interiore e decisi di buttarmi e chiedere informazioni su di una certa pratica. Feci tutto ciò d'impulso, non ero certo vestito per

sostenere un colloquio, indossavo jeans, T-shirt e scarpe da ginnastica. Non avevo nessuna idea di che genere di risposta avrei potuto avere, ammesso di riceverne.

Nervosamente, chiesi alla receptionist se potevo parlare con qualcuna delle persone che dirigevano la clinica. Dovetti aspettare per un po' finché mi venne incontro una donna dall'aria amichevole, che chiamerò Karen. In seguito mi disse che era specializzata in diverse pratiche, come la riflessologia, la fisioterapia e l'osteopatia e mi spiegò che si era avvicinata alle terapie alternative dopo aver subito diverse piccoli interventi chirurgici che non avevano avuto successo.

Dopo le consuete presentazioni mi feci coraggio e le parlai di me e di ciò che credevo di essere in grado di fare. Non pensavo che mi avrebbe preso seriamente, ma con mia sorpresa rispose in modo molto positivo a quello che le stavo dicendo, mostrando soltanto segni di leggero scetticismo. Mi confessò che nella sua pratica, in casi rari durante i suoi consueti trattamenti, ai suoi pazienti erano successe alcune cose positive a cui non aveva trovato alcuna spiegazione logica. Così si sentiva aperta a tutte le forme di guarigione alternative ed era pronta ad accoglierne le possibilità.

Il suo appuntamento successivo era con un paziente che soffriva per un'affezione molto debilitante chiamata sindrome neuro-motoria. Aveva frequentato la clinica per diversi mesi e Karen aveva tentato di aiutarlo ad alleviare il suo dolore. Karen gli chiese se era interessato ad incontrarmi e questi, dato che soffriva molto, disse di essere disposto a fare qualsiasi cosa se pensava che l'avrebbe aiutato.

Karen mi fece entrare nella stanza dei trattamenti e mi presentò il suo paziente, che chiamerò Martin. Gli spiegai che cosa facevo e che mi sarebbe piaciuto vedere se potevo aiutarlo, sebbene non volessi alimentare le sue aspettative. Martin era già sdraiato sul lettino. Karen naturalmente rimase nella stanza per tutto il tempo per assisterlo e confortarlo.

Iniziai il procedimento nel mio solito modo, livellando via i bozzi e riempiendo gli avvallamenti nel suo campo energetico, che mi sembrava molto debole. Occorsero circa venti minuti per finire, dopo di che gli chiesi come si sentiva. Martin disse che il dolore gli sembrava essere diminuito di circa il sessanta per cento. Era molto contento, io invece ero un po' deluso per non essere riuscito a rimuovere il dolore completamente. Karen però mi disse che, vista la gravità della sua condizione e il suo alto e costante livello di dolore, avevo ottenuto un eccellente risultato e che potevo considerarmi molto soddisfatto.

Karen voleva veramente aiutare le persone che stavano male o soffrivano ed era molto colpita dal miglioramento della condizione di Martin. Mi chiese se ero pronto a testare le mie capacità su alcuni dei suoi pazienti ed io ero felicissimo alla prospettiva di farlo. Era la mia prima opportunità di lavorare in un centro di terapia completamente

equipaggiato, sotto supervisione professionale e ricevere una guida esperta.

Durante i successivi tre mesi, trattai una moltitudine di condizioni diverse, da spalle bloccate e schiene mal messe a problemi di ginocchia e giunture. Alcune di queste patologie erano piuttosto gravi. In questo periodo misi a punto le mie tecniche di guarigione e la mia abilità di determinare l'origine precisa di un problema. Spesso Karen mi portava nel suo ambulatorio per consultarsi con me nel processo diagnostico. Con la pratica, ero ora in grado di individuare con precisione quale fosse la causa di un problema, sia sentendo il campo energetico del paziente, che esaminando la sua aura. A quell'epoca non avevo idea di quale fosse la natura dei problemi, ero solo in grado di stabilire dov'erano. Ma l'informazione che ero in grado di fornire aumentava la capacità di Karen di aiutare i suoi pazienti.

La clinica era molto ben attrezzata, decorata con gusto e con un orologio sul muro di ogni corridoio e stanza di trattamento. I miei livelli di concentrazione, a quell'epoca, erano molto alti ed io riuscivo inevitabilmente a rompere tutti gli orologi nell'edificio. Fulminavo regolarmente le lampadine e senza volerlo mandavo scariche di corrente nelle attrezzature. In cucina gli elettrodomestici saltavano, i fornelli non funzionavano

ed il bollitore elettrico ed il tostapane si guastavano. La cosa divenne un po' imbarazzante e Karen mi prendeva continuamente in giro, dicendo che potevo anche essere in gamba a guarire ma, che le stavo costando una fortuna! Non so se fossi veramente io il responsabile di tutti quegli incidenti, ma certamente ero io ad esserne incolpato.

Le reazioni ai miei trattamenti erano tutte molto positive, ma non ero ancora convinto. Essendo una persona molto logica la mia conclusione era che probabilmente avevo un effetto 'placebo' sui pazienti. Il momento in cui questo cambiò fu quando Karen mi presentò ad una sua paziente, che chiamerò Sarah.

Avevo parlato a lungo con Karen dei miei sentimenti, della mia mancanza di sicurezza e del mio scetticismo; lei era in effetti molto più convinta delle mie capacità di quanto lo fossi io. Karen sapeva, poiché dubitavo così tanto di me stesso, che potevo essere facilmente scoraggiato e così decise di non dirmi nulla sulla gravità della natura del problema di Sarah. Tutto ciò che mi disse fu che Sarah aveva sofferto di fortissimi dolori alla schiena e di fare del mio meglio!

Mentre Sarah era sdraiata sul lettino chiacchierando tranquillamente con Karen, iniziai il mio solito trattamento di guarigione partendo dalla sommità del suo capo. Seguii il campo energetico intorno al corpo, rimuovendo bozzi ed avvallamenti mentre procedevo. Pochi secondi dopo che avevo iniziato, Sarah disse che poteva percepire un calore intenso, ma non sgradevole in tutto il suo corpo, ma specialmente nella bassa schiena e lungo la spina dorsale.

Quando arrivai nella zona dell'anca destra, percepii un enorme buco nel suo campo energetico e compresi immediatamente che era lì la causa principale del suo problema. Mi concentrai intensamente su questa parte del suo campo energetico, immettendo quanto più potevo della mia energia in quel buco. Improvvisamente il suo corpo cominciò a contorcersi leggermente e ad avere degli scatti. I suoi muscoli avevano degli spasmi particolarmente intorno alla bassa schiena e nella zona dell'anca e mi accorsi subito che questo esacerbava il suo dolore. Quando vidi tutti questi movimenti, oltre al fatto che stava soffrendo, mi voltai verso Karen per un aiuto. Dovevo esserle apparso veramente preoccupato, perché mi disse immediatamente che si era aspettata qualcosa del genere e che doveva continuare. Anche Sarah mi rassicurò: era in grado di sopportare il dolore se serviva ad ottenere un risultato positivo. Così continuai. Trenta secondi dopo, tutto il corpo di Sarah si rilassò, afflosciandosi. Mi disse che tutto il dolore era sparito e che si sentiva bene. Ci vollero ancora circa cinque minuti per finire il trattamento, livellando il campo energetico intorno al resto del suo corpo.

Quand'ebbi finito le chiesi se le era possibile alzarsi dal lettino, stare in piedi e dirmi come si sentiva. Si sedette con cautela e tirò giù le gambe dal lettino; mentre appoggiava il piede destro a terra si udì un suono sordo. Sarah si alzò in piedi. Sembrava colpita ed eccitata. Anche Karen pareva essere sorpresa ed entusiasta. Mentre Sarah appoggiava tutto il suo peso su entrambe le gambe per stare in piedi, una palpabile aspettativa si percepiva nell'aria.

Sarah cominciò a ridere incontrollabilmente poi, guardando Karen, cominciò a piangere. A questo punto anche Karen era praticamente in lacrime e sembrava incantata. Mi chiesi cosa diavolo stesse succedendo. Domandai loro cosa ci fosse di così importante da suscitare una reazione del genere e Karen mi rispose che dall'età di tre anni Sarah non era stata in grado di appoggiare entrambi i piedi a terra contemporaneamente. Nell'arco di quattordici anni aveva subito molte operazioni all'anca, perché aveva contratto la tubercolosi da bambina. I medici avevano anche riscontrato che una delle sue gambe era cresciuta più dell'altra.

Quand'era bambina, avevano provato a correggere il problema chirurgicamente, ma l'operazione aveva avuto un effetto contrario e la gamba destra di Sarah adesso era più corta della sinistra. Inoltre aveva anche una curvatura della spina dorsale.

Quando Karen mi spiegò tutto questo, cominciai a sentirmi sempre più confuso. Si aspettava forse, onestamente, che io potessi credere che la gamba di Sarah si fosse improvvisamente allungata? Nel tentativo di spiegare che cosa era successo, Karen chiese a Sarah di sdraiarsi di nuovo sul lettino. Mentre si stendeva, Sarah mi disse che tutto il dolore era andato via e che non poteva credere veramente a quello che stava accadendo.



Karen mi chiese se avevo notato la posizione delle ginocchia di Sarah prima di iniziare il trattamento ed io dovetti confessare che non ci avevo badato. Adesso, osservando meglio, potevo vedere che un ginocchio era approssimativamente cinque centimetri più alto dell'altro, il che provava che le sue gambe non erano cresciute affatto. Karen spiegò che Sarah aveva una curvatura della spina dorsale che le piegava il corpo in modo tale da esagerare la differenza della lunghezza delle gambe. Durante il trattamento la sua spina dorsale si era raddrizzata, permettendo alle sue anche di portarsi allo stesso livello, con il risultato che lei adesso poteva mettere entrambi i piedi fermamente a terra.

Karen allora chiese a Sarah se voleva alzarsi e camminare per la stanza. Mentre lo faceva, vidi che zoppicava leggermente e lo feci notare. Sarah rispose ridendo che prima doveva letteralmente saltellare per poter camminare. Questo lieve zoppicare era un grandissimo miglioramento, per lei, ed era un tale sollievo essersi finalmente liberata del dolore.

La madre di Sarah entrò nella stanza mentre lei ci stava mostrando con felicità com'era in grado di camminare adesso. Il sole filtrava attraverso le tapparelle (era una bella giornata estiva) e la madre aveva ancora gli occhiali da sole. Sarah stava per esplodere dalla gioia. Naturalmente mostrò alla madre come camminava e le raccontò precipitosamente cosa era capitato. Io osservavo con felicità tutta la scena dal fondo della stanza, notando le lacrime della madre dietro gli occhiali da sole. Fu veramente un momento meraviglioso che ricorderò per il resto della mia vita.

Fu a questo punto che caddi nella trappola dell'ego. Sfortunatamente, dopo questa esperienza diventai molto pieno di me stesso, credendo che se potevo raddrizzare una spina dorsale curva, potevo guarire chiunque e qualsiasi cosa; questa falsa convinzione fu disastrosa per me. Se guardo indietro adesso mi sento raccapricciare! Dovevo essere completamente insopportabile e, sebbene adesso ne rida, sono ancora spaventato dal mio comportamento. Mi vergogno a raccontare che per quattro giorni mi comportai come un nuovo messia poi, nel quinto giorno tutto mi rovinò addosso come una tonnellata di mattoni. Il mio ego sprofondò perché, senza alcuna ragione, non ero più in grado di correggere nemmeno il più semplice dei problemi. Non importa cosa facessi o quanto duramente provassi, i miei sforzi erano completamente sprecati. Avevo perso la capacità di guarire.

La fiducia in me stesso e la mia autostima crollarono ma con questo cambiamento di prospettiva, la mia capacità di guarire riaffiorò gradualmente. Adesso so che questo era il modo in cui il mio Higher Self mi proteggeva dal mio stesso ego. Fino a quel punto della mia vita, avevo creduto di essere io il responsabile delle guarigioni e immagino,

comprensibilmente per la mia età, pensavo di essere grande. La scoperta di questo nuovo punto di vista, comunque, mi insegnò che la guarigione viene da un luogo ben oltre la mente cosciente, oltre la normale percezione. Viene dall'Higher Self.

Nei mesi immediatamente successivi, i pazienti che trattavo per i più svariati problemi, cominciarono a rispondere ai miei trattamenti con degli strani movimenti fisici. Talvolta la cosa assumeva un aspetto decisamente bizzarro: poteva succedere qualsiasi cosa, dal contorcersi allo scattare improvvisamente o al sollevarsi spontaneo degli arti. Qualcuno si dava dei colpetti con le mani mentre altri ondeggiavano le braccia in ampi movimenti rotatori. Si arrivò al punto in cui nulla riusciva più a sorprendermi. Mi interessava cercare di documentare il più possibile tutto quanto, così cominciai a fare delle riprese video ai miei pazienti- con il loro permesso- mentre avevano luogo le correzioni.

Fui invitato a parlare delle mie abilità psichiche dall'Istituto di Ipnosi e Parapsicologia durante un convegno a Derby. Ero terribilmente nervoso perché quella era la prima volta in cui parlavo in pubblico. Dopo aver fatto la mia introduzione in modo piuttosto esitante, chiesi alla settantina di persone che formavano il pubblico se avevano voglia di vedere un video di dieci minuti, composto da una serie di spezzoni di varie sessioni di guarigione.

Naturalmente, non appena mi avvicinai all'apparecchio video che dovevo usare, questo si accese e cominciò a funzionare da solo. Avevo in effetti temuto, poiché ero molto nervoso, di poter involontariamente compromettere il funzionamento dell'equipaggiamento TV e video. Quando questo successe, mi sentii sprofondare. Fortunatamente, la proiezione ebbe luogo senza nessun problema, così cominciai a rilassarmi.

Il film fu accolto molto bene e tra il pubblico molti mi tempestarono di domande per cercare di trovare una spiegazione al tipo di guarigione che praticavo e ai movimenti spontanei dei miei pazienti. A questo punto decisi di fare una dimostrazione su tutto il pubblico per mostrare come funzionava. Questo giunse completamente inaspettato, perché la maggior parte dei presenti era lì solo per ascoltare ciò che avevo da dire. Io sono un fermo sostenitore del fatto che le azioni parlano più delle parole: per me, parlare solo di qualcosa non è mai sufficiente. Era un'opportunità ideale, per scettici e non, di sperimentare personalmente questo fenomeno a livello fisico.

Invitai una persona del pubblico a salire sul palco. L'uomo in questione era un ipnoterapeuta piuttosto alto. Mentre saliva, chiesi a tutti di arretrare le sedie, per creare uno spazio libero davanti alla platea. Chiesi poi se c'erano dei volontari, persone che sapevano o pensavano di avere un problema fisico. Non importava di cosa si trattasse, un collo scricchiolante, una spalla bloccata o un mal di

schiena. Li invitai ad avvicinarsi nello spazio davanti al palco e a disporsi in riga come soldati in una parata.

Ogni volontario doveva portare con sé un aiutante che doveva stargli dietro per ragioni di sicurezza. Era la prima volta che facevo una dimostrazione su larga scala. Dovevo trasmettere un segnale potente e mi rendevo conto che alcune delle persone potevano essere molto sensibili ad esso. Avevo bisogno di essere sicuro che ci fosse qualcuno dietro ogni volontario, pronto ad intervenire in caso di malessere o vertigini.

Il mio intento era molto ambizioso ed era qualcosa che decisi di fare sul momento. Stavo correndo un grosso rischio: era la mia prima dimostrazione, non avevo mai provato a farlo con più di due o tre persone alla volta ed il pubblico era costituito da specialisti e parapsicologi. Ne avevano sentito parlare e visto gli effetti prima, ed ora correvo il rischio di fare la figura di un completo idiota. Comunque, ero stranamente sicuro di me e mi sembrava proprio la cosa giusta da fare.

L'ipnoterapeuta sul palco con me aveva un problema al collo e di sciatica nella regione lombare, ed io lo diagnosticai con successo. Ciò che volevo fare era provare a correggere i suoi problemi, usando il mio metodo con le mani, ed allo stesso tempo proiettare la mia energia di guarigione verso i volontari che stavano in riga approssimativamente a quattro metri da me.

Ripensando adesso a quell'episodio, mi chiedo perché diavolo volessi rendermi le cose così difficili. Trattare una persona alla volta era già abbastanza difficile con il livello di esperienza che avevo allora. Provare a farlo con trenta persone allo stesso tempo era quasi sciocco. Ma ci stavamo divertendo parecchio e tutti si sentivano a proprio agio, così immagino di essere stato un po' trascinato dagli eventi.

Iniziai con quello che riesco a descrivere soltanto come una proiezione energetica. In parole povere, quando lo faccio, è come se trasmettessi un segnale in modo simile ad un satellite o un trasmettitore. Prima devo stimolare la mia energia interna. Questo assomiglia a quando si è spaventati o eccitati: la sensazione della scarica di adrenalina. Devo aumentare questa sensazione fino al livello in cui le mie mani, i miei piedi e poi il mio intero corpo iniziano a ronzare. E' come avere una corrente elettrica che mi scorre dentro. Poi, usando la mia mente, proietto in fuori quest'energia e la spingo nella persona che mi sta di fronte e, entro pochi secondi, il suo corpo si muove spontaneamente, come se tentasse di correggere ogni problema fisico esistente. Spesso è possibile capire cosa non va in una persona dal modo in cui il suo corpo si muove involontariamente. Per esempio, se le anche cominciano a muoversi o a roteare, vuol dire normalmente che la persona ha un problema nella bassa schiena.

Proiettai la mia energia verso il pubblico, concentrandomi su un volontario alla volta. Era estremamente debilitante e ci volle un grande sforzo e molta concentrazione; non appena ogni persona iniziava a

muoversi spontaneamente, volgevo la mia attenzione a quella successiva. Entro circa dieci minuti tutti i volontari si stavano muovendo o sentivano movimenti di energia attraverso il loro corpo.

Solo un paio di persone mi dissero dopo che non gli sembrava di aver reagito, ma è interessante notare che molti degli aiutanti che stavano dietro i volontari, iniziarono anche loro a muoversi spontaneamente. L'intero evento fu decisamente divertente e molte persone mi dissero poi che il loro problema fisico si era corretto o che si sentivano decisamente meglio. Questa dimostrazione fu per me un catalizzatore: decisi che adesso ero pronto ad aprire la mia piccola clinica da solo.

In breve tempo, i giornali locali vennero a sapere quello che stavo facendo e pubblicarono la mia storia. Questo suscitò un certo interesse nella comunità circostante e nell'area a nord di Manchester, ed io divenni parecchio indaffarato. In quel periodo ero piuttosto ossessionato dalle domande: che cosa stavo facendo esattamente, perché funzionava e da dove veniva? Non mi piaceva relegare il tutto alla sfera del paranormale, non accettavo l'inesplicabilità della cosa e volevo delle risposte.

Cominciai a fare altre riprese e tentai diversi esperimenti. Per esempio, volevo sapere se qualcuno poteva rispondere al mio segnale di energia stando in un'altra stanza o dietro un muro, e scoprii che accadeva. Testai la distanza; importava quanto distante fosse una persona? Chiesi ad un amico di camminare fino alla fine della mia strada, una distanza di circa cento metri e di portare qualcuno con sé che gli stesse dietro come aiutante. Proiettai i miei segnali di energia verso di loro nel tentativo di spingerlo indietro. Scoprii che la distanza non faceva alcuna differenza; usando la solita intensità ero in grado di spingere il mio amico indietro nelle braccia dell'assistente.

Continuai a fare i trattamenti di guarigione singolarmente e scoprii che potevo mandare la mia energia attraverso il telefono. Una signora di Glasgow mi telefonò chiedendomi se la potevo aiutare con la sua spalla bloccata. Era la prima volta che ci parlavamo e presentandosi mi disse che un suo amico mi aveva raccomandato. Mentre proiettavo il mio segnale di energia lungo la linea telefonica lei mi disse piuttosto eccitata che il suo corpo aveva iniziato a muoversi da solo. Nell'arco di pochi minuti la sua spalla migliorò. Un giornale della sua zona pubblicò questa storia e questo attirò su di me ancor più attenzione.

Tutti gli esperimenti che facemmo durante quel periodo erano interessanti ed eccitanti; mentre cercavo sempre più informazioni, arrivai a rendermi conto che esisteva un gran numero di persone nel mondo, che comprendeva guaritori, mistici e maestri di arti marziali, capaci d'innescare movimenti spontanei e processi di guarigione in

altri. Poi, nel 1994, feci una scoperta sorprendente che era destinata a cambiare la mia vita per sempre. Fu completamente accidentale, ma rimosse il velo di mistero che circondava il processo di guarigione. Mi portò allo sviluppo di un sistema in cui ogni individuo poteva fare i suoi doni e le capacità dei guru e dei mistici.

Questa scoperta cambiò il mio modo di pensare e la mia percezione in generale, ed aprì la porta ad un'esperienza di apprendimento completamente nuova.

Un giorno, in aprile, chiesi al mio amico Costa di venire a vedere alcuni nuovi spezzoni di ripresa che avevo fatto. Il video mi riprendeva soprattutto mentre proiettavo il segnale di energia nel tentativo di innescare un processo di autoguarigione e mostrava i movimenti spontanei e le risposte di coloro che mi stavano intorno.

Costa, che era un membro dell'Istituto di Ipnosi e Parapsicologia, era naturalmente interessato e, in diverse occasioni precedenti, mi aveva aiutato a condurre diversi semplici esperimenti. Lui stava in piedi nel mio salotto guardando il film, mentre io ero andato a preparare una tazza di tè. Quando tornai nella stanza, notai che Costa si stava muovendo in modo strano. Risi e gli chiesi che cosa stava succedendo, perché pensavo che stesse scherzando. Lui scosse la testa e disse, sorridendo incredulo, che mentre stava in piedi guardando il video, il suo corpo aveva iniziato a muoversi da solo. Volle sapere che cosa avessi avuto in mente di fare. Avevo proiettato il segnale energetico dalla cucina? Gli risposi che avevo preparato il tè e che non ero responsabile dell'accaduto; in quel momento intuì che in qualche modo il video doveva aver innescato il processo spontaneo di guarigione in lui.

Improvvisamente, ci rendemmo conto della possibilità che il video fosse responsabile del processo di auto correzione. Per escludere qualsiasi possibile suggestione visuale del video, Costa si voltò volgendo la schiena al televisore. Nonostante ciò, i suoi movimenti divennero solo più intensi.

Allora provammo a fare altre cose come eliminare l'audio od oscurare il video, ma non faceva nessuna differenza ed egli continuava a reagire. A questo punto decidemmo che era necessario testare la cosa su scala più larga per vedere se succedeva qualcosa.

Costa aveva preso uno stand all'Esposizione della Mente, Corpo e Spirito di Manchester e suggerì che questa sarebbe stata un'opportunità ideale per provare su dei volontari. Il primo giorno mostrammo il video. Mi sentivo veramente stupido a chiedere ai visitatori se erano disponibili a stare in piedi, rilassandosi un po', dando la schiena al monitor TV. Naturalmente volevano sapere di che cosa si trattasse e tutto ciò che io potevo dire era che era perfettamente sicuro e che non sarebbe successo niente di sconveniente. Siccome non fornivo ulteriori spiegazioni, era

abbastanza difficile all'inizio trovare qualcuno che acconsentisse. Alla fine, riuscii a reclutare cinque persone per farle provare contemporaneamente.

Tre delle cinque persone iniziarono a muoversi spontaneamente, quattro dissero di aver sentito un piacevole sensazione di calore e i due che non si erano mossi, affermarono di aver sentito calore ed una sensazione legata allo spostamento interno di energia. I tre volontari che si erano mossi riferirono di aver sentito un formicolio alle mani come se stessero vibrando leggermente, e scoprimmo che avevano problemi di collo o di schiena. Uno dei volontari, che aveva sentito l'energia interna, aveva problemi di digestione.

L'esperimento suscitò molto interesse. C'erano diversi spettatori incuriositi da quello che stava succedendo ma, poiché questo fenomeno era per me totalmente nuovo, non ero in grado di dare loro molte informazioni in proposito. Molti di coloro che osservavano non avevano capito un granché di ciò che stava capitando, visto che i volontari volgevano la schiena al monitor. A questo punto, con nostro grande divertimento, alcuni degli spettatori dissero di provare delle sensazioni anche loro e vollero sapere come facessimo a farlo! Quando dissi che il responsabile era il video, non mi credettero. Presto sembrò che tutti quanti volessero partecipare. Verso metà pomeriggio, Costa non riusciva più ad occuparsi del suo stand, tanto eravamo impegnati, ed i vicini di stand si lamentavano dell'intasamento per la troppa gente.

Il giorno seguente, i giornali raccontarono la storia e, prima che me ne rendessi conto, la mia faccia era sulla prima pagina del Manchester Evening News. Nei successivi tre giorni di esposizione, approssimativamente cinquecentocinquanta persone si prestarono all'esperimento, provando gli effetti fisici del video. Soltanto otto persone in tutto non erano riuscite a sentire alcunché. Tutti gli altri ebbero diversi tipi di risposta, da miglioramenti generali della loro salute a drammatici miglioramenti fisici. Fui invitato a parlare e dare semplici dimostrazioni in un area separata del salone mentre Costa continuava l'esperimento al mio posto nello stand. Gli effetti erano gli stessi e non c'era bisogno che io fossi presente.

Dopo l'esposizione, ricevetti da quelle persone molte lettere e telefonate di ringraziamento in cui affermavano che, dopo essere stati con la schiena rivolta verso il monitor, i loro acciacchi e dolori, i loro scompensi e problemi fisici erano stati curati o erano migliorati notevolmente. Non potevo tralasciare una cosa simile. Ero strabiliato e deliziato ed ero anche molto eccitato all'idea di esplorare le possibilità di usare il video per innescare il processo di guarigione in altri.

Ma nello stesso tempo non mi raccapezzavo. Come poteva essere il video a causare queste risposte senza che ci fosse bisogno della mia presenza? Dovevo scoprire il perché. Ragionai veramente a lungo e tentai di risolvere il problema in modo logico e scientifico. Avevamo un video con suono ed immagine, ma poiché i volontari avevano tutti

rivolto la schiena all'immagine, sapevamo che non poteva essere questa la causa. L'unico suono presente sul video era il rumore di sottofondo, non c'erano parole o suggerimenti. Non sembrava fare comunque alcuna differenza per i volontari se l'audio fosse acceso o spento. Rispondevano ugualmente al segnale di guarigione con movimenti spontanei o percepivano sensazioni inusuali nei loro corpi.

Proseguimmo su questa strada e duplicammo questa colonna sonora su audiocassetta. Alcuni amici e colleghi provarono ad ascoltare questo nastro sia su impianto stereo che su walkman. Gli effetti erano sempre gli stessi. Ad un certo punto, un mio amico si mise le cuffie per vedere cosa sarebbe successo ascoltando il nastro. Dopo qualche momento, le sue braccia cominciarono ad alzarsi spontaneamente e lui non si capacitava di come questo potesse accadere. Tuttavia, in quell'occasione mi ero accidentalmente dimenticato di premere il pulsante d'avvio e questo mi spiazzò ulteriormente!

Facemmo tutto il possibile per rimuovere qualsiasi genere di suggestione dai nostri ignari amici e volontari, ma non sembrava fare alcuna differenza come o dove il video o l'audiocassetta fossero visti o ascoltati: ottenevamo sempre qualche genere di risposta.

Una mia amica, Deborah, volle provare l'esperimento. Stava tranquillamente in piedi tenendo in mano una copia dell'audio cassetta, aspettando che Costa mettesse delle nuove batterie nel Walkman. Deborah era in uno stato mentale rilassato, ma improvvisamente disse di sentire un fremito nelle braccia. Entro pochi secondi il suo corpo cominciò ad ondeggiare lievemente e le sue braccia si alzarono. In quel momento, comprendemmo che la risposta non aveva nulla a che fare col suono o l'immagine. In qualche modo il mio segnale di guarigione era penetrato ed era stato registrato sul nastro magnetico delle cassette audio e video!

Fui invitato a dare una serie di dimostrazioni ad una manifestazione a Cipro e volevo veramente tentare di rendere disponibile il mio segnale di guarigione a tutti coloro che ne avessero bisogno. Produrre centinaia di cassette audio e video non mi sembrava una cosa molto pratica dal momento che non solo erano piuttosto care da produrre, ma potevano anche essere facilmente copiate. A quel tempo, non sapevo se il segnale energetico che io trasmettevo potesse essere usato male e non volevo fare nulla di irresponsabile. Così decisi di mettere sotto chiave video e cassette e trovare un altro metodo più adatto, pratico e facile da usare per le persone, che non potesse essere copiato.

Un'amica di Costa, Stephany, mi suggerì di provare a registrare il mio segnale energetico su una carta di credito, perché questa aveva

una striscia magnetica sul retro. Pensavo che scherzasse, la sola idea mi sembrava ridicola. Non potevo credere che una striscia magnetica così piccola fosse in grado di ritenere il segnale energetico. Le cassette audio e video che avevamo usato duravano almeno un'ora, così come potevano cinque centimetri di nastro magnetico raggiungere lo stesso effetto? E comunque, anche se potevano, non pensavo che avrebbe funzionato, mi sembrava completamente improbabile ed irragionevole.

Costa, molto sottilmente, mi ricordò che tutta la faccenda era 'ridicola' e, con un sorriso divertito, mi disse che valeva almeno la pena provare. Non potevo controbattere questi argomenti, così nei successivi quindici minuti proiettai il mio segnale ed in effetti tentai di 'guarire' la Barklaycard di Costa! Mentre procedevo ci prendevamo in giro con sarcasmo. Alla fine gliela resi perché la provasse. Mentre Costa teneva la carta nella sua mano destra, in pochi attimi entrambe le sue braccia si alzarono spontaneamente fino al livello della spalla. Anch'io dovetti ammettere che la card sembrava funzionare meglio della videocassetta.

Nelle settimane che seguirono preparai circa un migliaio di nuove carte con una striscia magnetica sul retro che, per mancanza di un nome migliore, chiamai semplicemente 'Cobycard'. Portai le carte a Cipro con me, come aiuto per le mie dimostrazioni, ma mi serviva anche per avere l'opportunità di provarle su larga scala.

Alla maggior parte delle mie dimostrazioni assisteva un gruppo eterogeneo di persone che venivano semplicemente a vedere quello che facevo. Circa il cinquanta per cento aveva qualche genere di problema fisico o emozionale, il resto era composto di persone curiose ed interessate, con solo una piccola percentuale di increduli e scettici totali. Le mie dimostrazioni a Cipro non fecero eccezione.

Ad ogni dimostrazione partecipavano circa sessanta persone alla volta ed io usavo insieme il mio segnale energetico personale e la Cobycard. Quando emettevo il segnale, contemporaneamente trasmettevo un messaggio telepatico alla persona o al gruppo di fronte a me, dicendo ai loro corpi di attivare il processo di guarigione. Fra tentativi ed errori, scoprii che la Cobycard lavorava molto meglio e più costantemente se la persona che la impugnava diceva oppure ordinava al proprio corpo di guarire.

Alla dimostrazione di Cipro, una media di circa quattro persone sul totale dei presenti, non rispose né alla card né a me. A quel tempo, tuttavia, non sapevo veramente come usare la Cobycard nel modo migliore e non riuscivo a capire perché funzionasse per la maggior parte delle persone ma non per tutte. Ancora oggi non so veramente perché quasi tutti rispondano, alcuni in modo addirittura drammatico, mentre altri non lo fanno o non possono farlo per una qualche ragione. Volere qualcosa o crederci non ha nessuna rilevanza. Spesso e ripetutamente succede che coloro che non rispondono, credono



pienamente in ciò che sto facendo e desiderano disperatamente che funzioni anche per loro.

Fu allora che formai una piccola organizzazione ( Zvikler Healing Research ) con lo scopo di investigare questo fenomeno. La Cobycard fu trasformata da semplice carta di credito in un disco circolare che poteva essere portato al collo. Esso aveva ancora la striscia magnetica sul retro ed era tre volte più potente della carta. Lo chiamai 'Power Disc' e nell'arco di circa dieci mesi, ne distribuii quasi un migliaio a persone che si erano rivolte a me con problemi sia fisici sia emozionali.

Il Power Disc era in grado di innescare processi di autoguarigione spontanea, ma vi erano ancora alcuni problemi con la striscia magnetica. Non ero in grado di accrescere il potere e l'efficacia del Power Disc. Mentre era efficace per molta gente, sentivo che per altri c'era bisogno di un segnale più forte. Scoprimmo anche che, se le persone che lo portavano si avvicinavano troppo ad un altro campo magnetico o elettrico, il segnale poteva distorcersi ed impedire al Power Disc di lavorare adeguatamente.

Ricevetti diverse chiamate da persone che si lamentavano perché i codici e le informazioni delle loro carte di credito personali erano state cancellate e di conseguenza rese inutilizzabili. Questa mancanza di permanenza e consistenza mi preoccupava e mi resi conto molto presto che l'utilizzo di nastri magnetici aveva dei limiti. Così provai a vedere se potevo trovare qualche altro materiale in grado di registrare il segnale di guarigione.

Considerai la possibilità di usare oro, rame, argento, acciaio e cromo, e scoprii che era possibile registrare il segnale sull'oro e l'argento. Purtroppo il costo di produzione di dischi in oro o argento sarebbe stato veramente alto, al punto da vanificare, secondo me, l'intera operazione. Volevo trovare un materiale che fosse economico da produrre, rendendolo in questo modo accessibile a chiunque ne avesse bisogno, indipendentemente dalle possibilità economiche.

Un amico, che usava il Power Disc, mi fece conoscere il lavoro di Nicoli Tesla, il quale aveva inventato molte cose, compresa la corrente alternata AC. Sembra che avesse studiato le proprietà dell'alluminio come mezzo di registrazione di codici e frequenze di energia. Se avessi potuto usare l'alluminio come substrato per il mio segnale energetico, avrei potuto risolvere molti problemi. Sarei stato in grado di produrre i dischi a costi molto bassi. Se avesse funzionato, era molto probabile che i codici energetici sarebbero stati trattenuti nell'alluminio permanentemente e non sarebbero stati suscettibili ad altre influenze come un forte campo magnetico o elettrico.

Provai a fare alcuni esperimenti molto semplici usando gli anelli di alluminio delle linguette delle lattine. All'inizio gli esperimenti sembravano fallire perché usavo lo stesso metodo e lo stesso tempo impiegato per le Cobycard e i Power Disc. Comunque, perseverai. Ci

vollero dieci giorni durante i quali focalizzavo tutta la mia concentrazione ed energia negli anelli di alluminio prima che questi potessero mantenere un qualsiasi tipo di segnale. Ma dopo questo periodo, mi resi conto del potenziale di questo materiale e compresi che l'alluminio sarebbe stato il miglior mezzo pratico di memorizzazione.

Disegnai un nuovo disco fatto d'alluminio e lo chiamai 'Em-Power Disc'. Ancora una volta, provando e riprovando, scoprii che potevo caricare questi dischi in grosse quantità fino ad un livello e ad un'intensità più alto di quello del Power Disc, ma che mi occorrevo almeno sei settimane per farlo. Gli Em-Power Disc sono ora sette volte più potenti della Cobycard originale, ed io sono in grado di valutare la forza del segnale dalla velocità e dall'intensità della reazione di una persona.

La Zvikler Healing Research ha studiato gli effetti dell'Em-Power Disc per circa tre anni, ormai. Parecchie migliaia di persone, con una gran varietà di condizioni fisiche ed emozionali, sono coinvolte nel fornire informazioni. I problemi più comuni sono stati quelli relativi alle giunture ed ai muscoli, i problemi di scheletro e strutturali, dolori, fobie, paure ed ansietà; schemi di pensiero negativi e depressione. Abbiamo avuto persone con grave asma, allergie, ipertensione e Sindrome da affaticamento cronico.

Tutte le patologie variavano di grado e d'intensità; stiamo lavorando con persone ammalate e con persone molto ammalate. Quando ho iniziato l'Em-Power Terapia, molti venivano da me come ultima risorsa; avevano provato la medicina convenzionale e altre forme di guarigione alternativa, ma con poco successo. Come sovente accade, quando una persona è molto ammalata spesso capita che diventi disperata e non importa quanto bizzarro possa apparire un concetto, o quanto ridicolo possa sembrare, è disposta a provare qualsiasi cosa se esiste la più remota possibilità di ottenere un risultato.

Tuttavia, mentre l'Em-Power Healing System li aiutava, si spargeva rapidamente la voce tra persone intorno a loro che non erano disperatamente ammalate, ma che avevano bisogno di un qualche genere di trattamento. L'atteggiamento nei confronti di ciò che stavo tentando di fare cambiò sensibilmente. Naturalmente le persone gravemente ammalate o ferite che avevano tratto beneficio dalla terapia mi raccomandavano ad altre, e l'interesse crebbe rapidamente, senza bisogno di fare pubblicità o di promuovere seriamente il mio operato.

Ci sono anche delle ricerche in corso da parte di esperti del paranormale sull'Em-Power Disc e sulle mie capacità. Ho partecipato a molte interviste alla televisione ed alla radio ed ho dato numerose

dimostrazioni pubbliche. L'Em-Power Disc lavora in modo consistente, e la sua natura permette agli scettici e agli increduli di partecipare personalmente, invece di commentare semplicemente ciò che vedono. Ho fatto dimostrazioni con presentatori, giornalisti ed intere troupe televisive contemporaneamente, per permettere loro di ottenere una visione più personale di ciò che accadeva nei loro corpi. Quasi sempre, essi non si aspettavano di rispondere fisicamente al Disco, e quando succedeva diventavano ancor più interessati, ma anche disorientati, come se nutrissero un timore reverenziale nei confronti delle loro reazioni.

Nei primi tempi delle Cobycard, non avevo alcuna idea di come facessi a fare quello che facevo. Non ero in grado di controllare o regolare il segnale che stavo trasmettendo. Durante gli ultimi anni, mentre imparavo a controllare meglio le mie capacità e raccoglievo nuove informazioni riguardanti il processo di autoguarigione, ho avuto molte intuizioni notevoli ed affascinanti.

Mentre prima avrei descritto il processo come mistico e paranormale, ora sento che esiste una spiegazione logica per la maggior parte dei fenomeni che succedono nel mondo paranormale. Tuttavia, non posso ancora spiegare a parole il procedimento mentale e fisico che uso quando creo l'Em-Power Disc, perché accade a livello istintivo. Ma vi posso dire come e perché funziona, come possiamo trarre beneficio dall'uso dell'Em-Power Disc, come possiamo iniziare il processo di autoguarigione, e cosa succede nel nostro corpo e nella nostra mente quando lo facciamo. Questi misteri sono in grado di rivelarli.

Tutte le informazioni contenute in questo libro sono basate sulle mie esperienze personali e sulle informazioni raccolte. Il suo contenuto può essere sperimentato attraverso l'uso corretto dell'Em-Power Disc. Questo dimostra che siamo tutti composti da qualcosa di più che un semplice corpo fisico e che siamo tutti in grado di attingere alle capacità nascoste che possediamo. Queste sono esattamente le stesse capacità che sono state descritte come 'paranormali' e al di là della portata della persona media.

L'Em-Power Healing System si è evoluto più recentemente in una nuova ed unica terapia. Non solo questo sistema funziona di per sé, a livello individuale, ma è anche un modo di migliorare ed arricchire altre terapie. L'Em-Power Terapia viene oggi usata in abbinamento alla medicina convenzionale, come pure alle medicine alternative come l'agopuntura, l'ipnosi, la guarigione spirituale e la riflessologia.

La funzione primaria dell'Em-Power Disc è l'autoguarigione a livello fisico ed emozionale. Persone provenienti dalle più diverse esperienze di vita hanno usato il Disco per arricchire e migliorare la qualità della loro vita, sia a casa che al lavoro, compresi il tempo

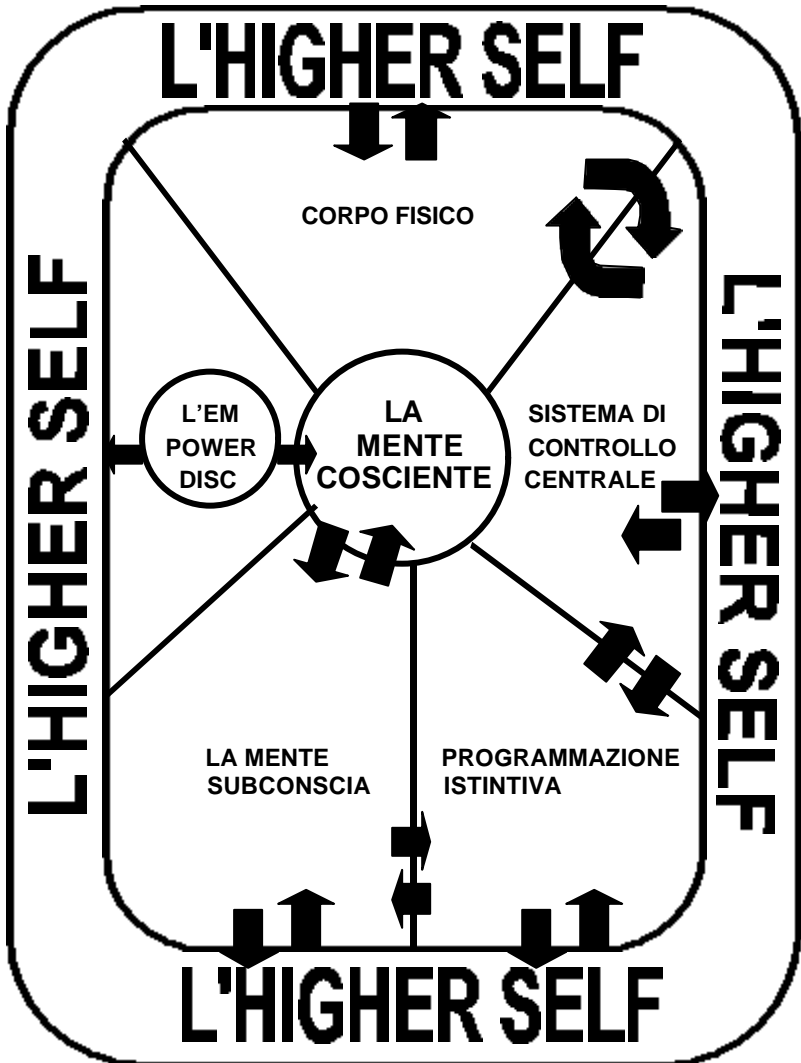
libero ed il gioco. Molti sostengono che includendo l'Em-Power Terapia nelle loro vite, si sentono energizzati e pieni di vitalità.

Ho scoperto che siamo tutti dotati e possediamo un potenziale illimitato per uno sviluppo personale su tutti i livelli: fisico, emozionale, mentale e spirituale. Potete avere un problema fisico, come mal di schiena e dolori causati da cattiva postura o ripetuti movimenti sbagliati, oppure voler smettere di fumare o perdere peso; magari avete qualche fobia, soffrite di paure o ansia, avete bisogno di aiuto per imparare una lingua o aumentare le vostre capacità mnemoniche. Quale che sia la vostra situazione, il procedimento per usare l'Em-Power Terapia è piuttosto semplice, una volta che si sono compresi i suoi principi.

L'Em-Power Terapia può aiutare ad espandere la consapevolezza, rendendo a portata di mano le cose che potevate solo sognare. Molte persone sono ora convinte che l'Em-Power Disc sia una chiave universale d'accesso al mondo interiore della mente e del corpo, in grado di liberare il potere naturale che risiede in ognuno di noi. Conoscendo e comprendendo il nostro proprio potenziale, ci troviamo in una posizione migliore per assumere il controllo delle nostre vite ed ottenere da queste il massimo possibile.

## **PARTE SECONDA**

*LA COMUNICAZIONE INTERATTIVA  
USANDO L'EM-POWER DISC*



## **PRESENTAZIONE DEL MODELLO DI MENTE INTERATTIVA**

Durante gli ultimi cinque anni ho fatto alcune eccitanti scoperte che mi hanno indotto a tentare di trovare modi migliori per spiegare come lavora l'Em-Power Disc e per sviluppare l'Em-Power Terapia per migliorare la qualità della vita.

L'Em-Power Terapia è concepita per permettere all'individuo di comunicare ed interagire con il suo corpo e la sua mente per effettuare cambiamenti positivi sul piano emozionale, fisico e spirituale. Espandendo la comprensione attuale della mente e di come lavora, questo libro vi aiuterà a realizzare il vostro potenziale.

Interrogandosi sulla natura della nostra esistenza e grazie alla nostra abilità di adattarsi all'ambiente, la razza umana è stata in grado di evolversi sostanzialmente in un periodo di tempo relativamente corto. Ma per quanto stupefacenti siano le nostre conquiste nel campo della scienza, della tecnologia e della medicina, molto poco si conosce della complessità della coscienza umana. La medicina ha sezionato il cervello; nuovi ed incredibili strumenti diagnostici ed esplorativi hanno descritto ogni aspetto del corpo fisico in intricati dettagli. Ma la vera essenza di chi e che cosa siamo sembra comunque sempre sfuggirci.

L'Em-Power terapia ci permette di scoprire, comunicare ed interagire non solo con l'aspetto fisico di chi siamo, ma con la vera essenza della nostra consapevolezza. Ci fornisce un metodo unico, semplice e facile per comunicare con una parte speciale del nostro essere, l'Higher Self.

Non c'è nulla di nuovo nel concetto di Higher Self. Tuttavia, finora è stato molto difficile provare la sua esistenza. I milioni di anni di evoluzione umana e l'antica saggezza che esistono nell'Higher Self sono stati finora una risorsa irraggiungibile. Ora avete l'opportunità di liberare il vostro vero potenziale comunicando con il vostro Higher Self, usando l'Em-Power terapia e l'Em-Power Disc.

E' molto più facile comprendere un intero argomento o risolvere un problema se lo si esamina dividendolo in sezioni più piccole. "Il Modello di mente interattiva" è una rappresentazione molto semplice della consapevolezza umana, che permette di osservare le varie parti del corpo e della mente in modo facilmente assimilabile.

Il modello rappresenta il modo in cui la nostra mente ed il nostro corpo assimilano, immagazzinano ed elaborano informazioni momento per momento. E' molto importante comprendere comunque che ogni

parte del corpo e della mente è unica nella sua particolarità ed è il modo in cui i singoli aspetti lavorano come un tutt'uno che costituisce un " essere cosciente".

Dal momento che l'Em-Power terapia è nuova per molti lettori, non penso sia opportuno entrare troppo nei dettagli a questo stadio. Come introduzione preferisco concentrarmi su situazioni quotidiane e vedere cosa succede all'interno della mente e del corpo momento per momento .

Determineremo come le nostre emozioni ci toccano e come la nostra mente tenta di elaborare ed analizzare l'informazione che riceviamo dai nostri cinque sensi. Esaminando come gli schemi di pensiero negativi ci condizionano, possiamo effettuare il delicato spostamento necessario per liberarci dal vecchio bagaglio negativo emozionale e fisico.

La consapevolezza è lo strumento di cui abbiamo bisogno per lasciar andare processi di pensiero, comportamenti e cicli negativi del passato. Spero di illustrare come l'Em-Power terapia possa aiutare ad effettuare i necessari cambiamenti e darvi l'abilità di risolvere questi problemi da soli.

Nella prossima sezione esamineremo le varie parti che compongono il "modello di mente interattivo" e osserveremo il flusso dell'informazione sensoriale che riceviamo e come viene elaborato.



## **LE PARTI DEL MODELLO DI MENTE INTERATTIVA**

*( vedi diagramma a pagina 38 “comunicazione interattiva “ )*

**IL CORPO FISICO** è la sede o lo strumento che ci permette di percepire il nostro mondo attraverso i cinque sensi: vista, udito, tatto, gusto e olfatto. Questa informazione sensoriale è passata alla mente conscia.

**LA MENTE CONSCIA** cerca di valutare tutte le informazioni ricevute attraverso i sensi. Dopo aver stimato l'informazione essa viene depositata nel subconscio. La mente subconscia salva e registra l'informazione in maniera simile a quella dell'hard drive di un computer.

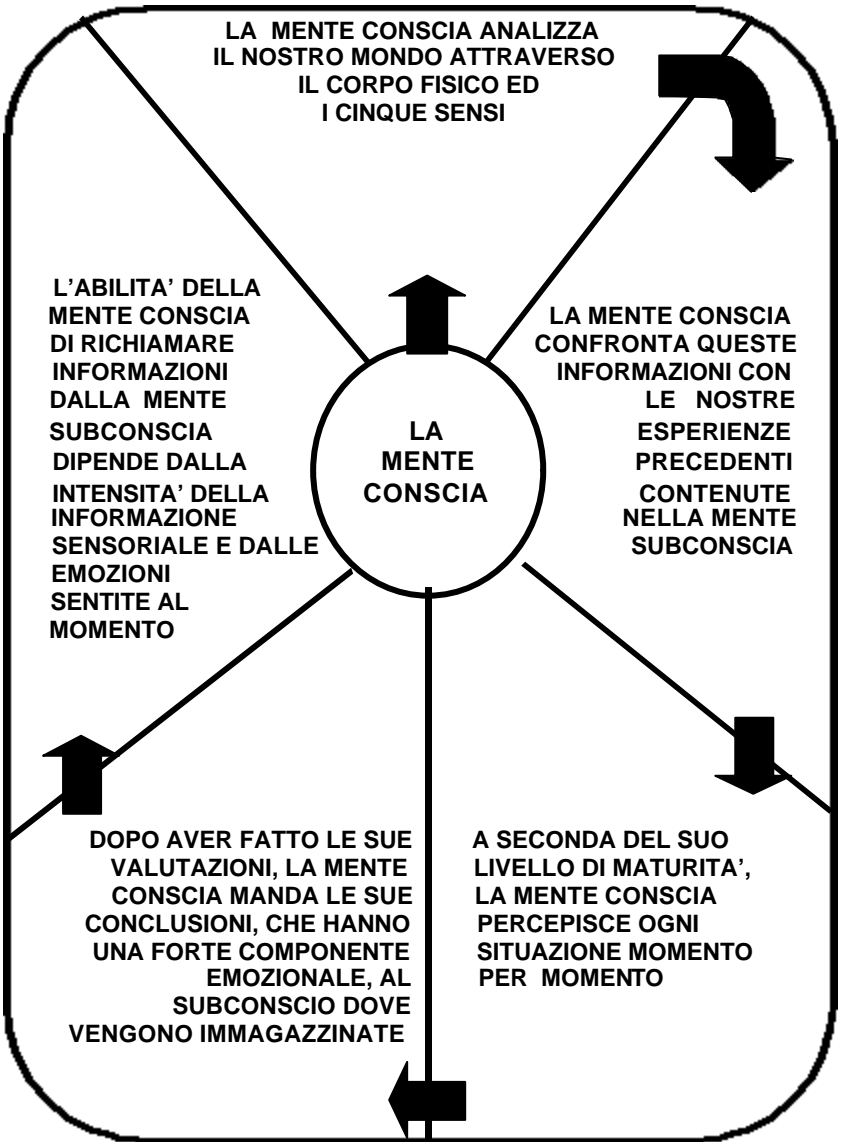
**PROGRAMMAZIONE ISTINTIVA e SISTEMA DI CONTROLLO CENTRALE.** Molti aspetti del corpo fisico viaggiano ad un livello totalmente spontaneo senza alcuno sforzo cosciente. Le informazioni circa questi processi sono contenute all'interno della nostra **PROGRAMMAZIONE ISTINTIVA**. Questa può essere comparata al DNA, " i mattoni di costruzione della vita". Una parte del nostro DNA, per esempio, è responsabile della determinazione del nostro aspetto e delle nostre caratteristiche individuali. Un'altra parte contiene le informazioni pre-registrate che permettono al nostro corpo di funzionare, auto-regolarsi e "crescere" a livello totalmente spontaneo e non cosciente. Noi chiamiamo questa parte il **SISTEMA DI CONTROLLO CENTRALE**.

**L'HIGHER SELF** (a volte chiamato il superconscio) è un'intelligenza benevola che tutti noi possediamo. E' un intelletto altamente avanzato che ha accesso alle mappe progettuali di tutti gli aspetti del nostro essere. L'Higher Self esiste per servirci come guida e come coscienza attraverso la vita, ed alcuni pensano anche oltre.

Riassumendo, le varie componenti del Modello di Mente Interattiva sono: **IL CORPO FISICO, LA MENTE CONSCIA E QUELLA SUBCONSCIA, LA PROGRAMMAZIONE ISTINTIVA, IL SISTEMA DI CONTROLLO CENTRALE E L'HIGHER SELF**. E' molto importante ricordare che le parti sono interconnesse e lavorano assieme come un tutt'uno.

**L'EM-POWER DISC** agisce come connessione tra la nostra mente cosciente e l'Higher Self e ci permette di comunicare direttamente con l'Higher Self in un modo nuovo ed unico.

## LA MENTE CONSCIA



*“COME FUNZIONA LA MENTE CONSCIA?”*

## **LA MENTE CONSCIA E LA MENTE SUBCONSCIA**

( vedi diagramma a pag.42 “la mente conscia” e a pag.44“la mente subconscia”)

**La Mente Conscia** è un meccanismo che valuta tutte le situazioni prima che siano immagazzinate nel subconscio. La nostra consapevolezza si sviluppa durante il corso di tutta la nostra vita ma specialmente nei nostri primi anni, questo è il motivo per cui da bambini spesso non valutiamo una situazione in modo accurato. La mente conscia del bambino può non essere maturata sufficientemente perché non ha avuto abbastanza esperienze di vita a cui riferirsi.

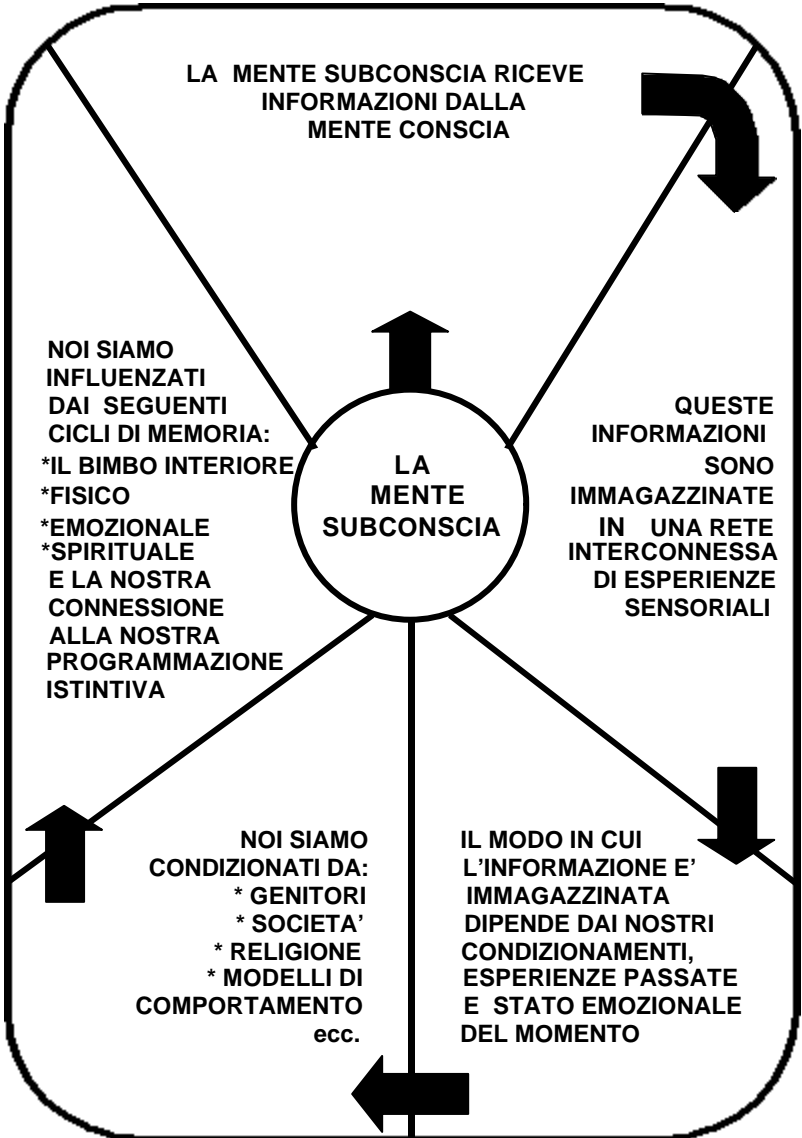
**La Mente Subconscia** immagazzina tutte le informazioni raccolte durante le nostre esperienze di vita. Ogni frammento di informazione ha una componente fisica, una emozionale ed una sensoriale. Per fare un esempio, pensate di mangiare una mela rossa e succosa. Quando noi usiamo la nostra immaginazione in questo modo, la mente conscia è stimolata e tenta di trovare l'informazione associata con la mela nel subconscio, che è la somma di tutte le nostre esperienze. Se abbiamo effettivamente mangiato una mela nel passato, possiamo ricordare facilmente la sua forma, la struttura, la sensazione di quando l'abbiamo morsa, il suo gusto ed il profumo.

Il Conscio ed il Subconscio lavorano assieme per permetterci di ricordare le nostre esperienze e perché questo processo funzioni essi sono totalmente dipendenti l'uno dall'altro. Molti dei nostri problemi odierni ( specialmente quelli emozionali) possono essere il risultato di qualcosa che ci è successo nel passato, probabilmente da bambini.

Poiché la nostra mente conscia non è completamente sviluppata alla nascita, molti dei nostri problemi correnti sono dovuti alla sua incapacità di valutare ed immagazzinare correttamente le sue esperienze nel subconscio. Quando siamo bambini attraversiamo la fase di scoperta delle nostre emozioni che diventano estremamente sensibili. A causa di questo stato emotivo esaltato, sentiamo le cose in modo più forte da bambini che non da adulti.

In giovane età siamo guidati soprattutto dall'istinto a causa della nostra mancanza di esperienze. Per esempio, immaginatevi di nuovo bambini, a spasso per acquisti con la vostra mamma. Voi lasciate andare la mano della vostra mamma per guardare la vetrina del droghiere e mentre fate ciò, lei entra nel negozio senza che ve ne accorgiate. Voi siete completamente inconsapevoli del fatto che la vostra mamma si è allontanata solo di pochi metri per entrare nel negozio, ma poiché lei non c'è più, la vostra prima reazione, data la giovane età, sarebbe probabilmente di panico dal momento che il cordone ombelicale emozionale è stato visualmente reciso. Se questo episodio vi capitasse da adulti, vi guardereste automaticamente intorno cercando di vederla nelle vicinanze. Arrivereste alla deduzione

## LA MENTE SUBCONSCIA



che se non potete vedere vostra madre e lei era lì un momento prima, non potrà essere lontana e sarà probabilmente nel negozio. Sarebbe insolito sentire qualche emozione prima di aver effettuato questo processo analitico. Questo semplice esempio illustra il modo in cui le nostre menti da bambini valutano le situazioni, a confronto di come le valutano da adulti.

Quindi, tutto ciò che abbiamo sperimentato, inclusa l'intensità delle nostre emozioni in quel momento, è immagazzinato nella mente subconscia. Situazioni che capitano nella nostra vita da adulti possono innescare memorie nella nostra mente subconscia, facendocene letteralmente rivivere nello stesso modo in cui abbiamo immaginato la mela. Tuttavia in questi casi ciò che innesca il meccanismo non è deliberato.

Prendiamo ad esempio una persona che ha una fobia per gli spazi ristretti: è più che probabile che qualcosa nel suo passato scateni questa paura. Potrebbe essere una conseguenza dell'essersi sentito intrappolato in una stanza da bambino. Sebbene egli non sia in grado di ricordare consciamente questo episodio, ogni volta che gli capita di trovarsi in uno spazio ristretto, la sua mente conscia si collega all'esperienza originale e a tutte le paure ed ansietà che le sono associate. Questo può effettivamente creare delle incontrollabili risposte fisiche di ansietà e malessere estremi, ampiamente documentati.

Alcune tecniche psicoterapiche, come l'ipnosi, cercano di risolvere questo problema rilassando il corpo e la mente conscia in modo di permetterci di ricordare l'evento in modo più controllato permettendo alla nostra mente conscia matura di rivalutare la situazione come un adulto. Questo processo rimuove la paura e l'ansia associata all'esperienza passata. Mentre rimuoviamo la paura e l'ansia nell'esperienza passata, rimuoviamo la paura e l'ansia nel futuro.

Se noi esaminiamo la mente subconscia per un momento, e immaginiamo che sia come un computer, le nostre memorie diventano programmi che sono immagazzinati momento per momento. Ogni memoria è unica come sono uniche tutte le componenti emozionali che le sono associate.

Un importante aspetto della mente subconscia è il bambino interiore. Quest'ultimo è una manifestazione della nostra esistenza a livello emozionale. In parte è impaurito dal mondo, ma è anche incantato dalle sue meraviglie. E' estasiato di fronte ad ogni situazione unica e noi usiamo la sua immaginazione per creare. La nostra mente "infantile" vede esclusivamente possibilità senza fine e non è ristretta dai confini dell'immaginazione limitata dell'adulto. E' in grado di crescere e di imparare ad un livello unico e veloce. Il bambino interiore è responsabile dell'inventare e creare la realtà traendola dalla nostra immaginazione.

Questi elementi sono le caratteristiche positive del bambino interiore, ma esso ha anche un lato negativo che è costituito dalle paure e dalle percezioni distorte che noi accumuliamo grazie ad una immaturità infantile. Ogni bambino percepisce le situazioni quotidiane in modo totalmente unico. Un soprabito appeso ad un attaccapanni in una stanza scura, può essere un mostro con enormi zanne, ringhiante che sputa fuoco! Ma un albero può essere un meraviglioso campo di giochi pieno di folletti e fate.

Ci sono sempre due lati nel bambino: uno pieno di meraviglia ed esplorazione e l'altro, impaurito dal buio e dai mostri che vi si possono annidare. Imparando come attingere dal lato speciale, creativo e positivo del bambino interiore e permettendogli di esplorare e crescere in una direzione positiva, possiamo usare le sue stupefacenti capacità creative ed immaginative. In un certo senso noi possiamo essere per lui come un fratello o una sorella più vecchi che consapevolmente gli tengono la mano e lo rassicurano quando per sbaglio percepisce erroneamente pericolo e situazioni che possono impaurirlo.

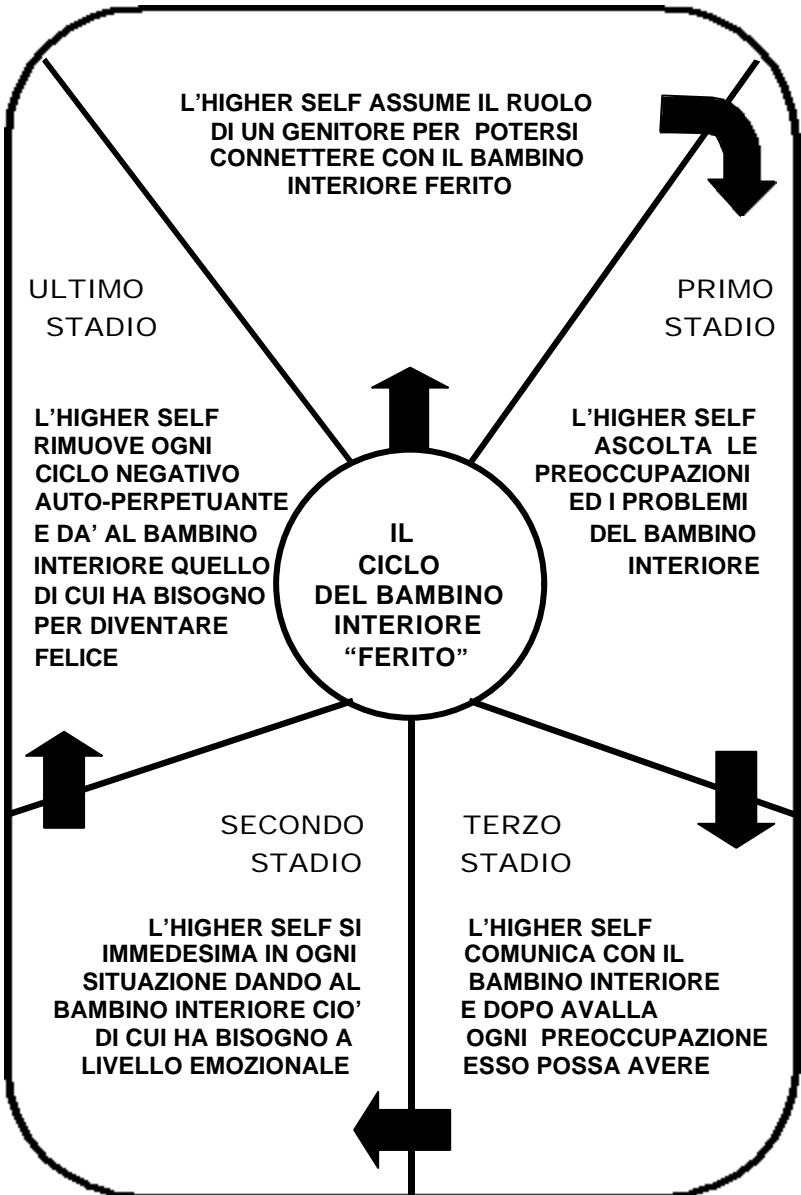
## **IL BAMBINO INTERIORE FERITO**

Il bambino interiore è stato creato attraverso le nostre esperienze e può essere definito come un tipo particolare di 'ciclo della mente'. Una parte specifica della mente subconscia ha creato il bambino interiore dalla nascita, permettendogli di crescere e maturare fino ad un'età approssimativa di sei anni. Durante questo periodo il subconscio avrà creato tutto del bambino : il suo aspetto, le sue caratteristiche esteriori e fisiche, la sua personalità, le paure, le speranze e i sogni, basati sulla nostra infanzia e sulle nostre prime esperienze di vita.

Il bambino interiore si ferisce quando ha subito, in un certo senso, un tipo di violenza, o se ne sente vittima (e in alcuni casi è effettivamente così). Se la nostra infanzia è stata meravigliosa e piena d'amore, allora lo stato emotivo del nostro bambino interiore è normalmente stabile. Se invece da bambini abbiamo avuto qualche tipo di esperienza traumatica o terrorizzante, allora queste esperienze possono diventare parte del bambino interiore che a sua volta può esserne ferito.

Potrebbero essere sia l'immaturità e le errate percezioni delle nostre esperienze infantili a ferire il bambino interiore, sia le esperienze vere e proprie. Non fa alcuna differenza se queste esperienze siano reali o no, perché se il bambino interiore ha l'impressione di essere stato ferito, allora farà di sé una vittima.

*GUARIRE IL BAMBINO INTERIORE" FERITO*



E' la tremenda abilità del bambino interiore a creare attraverso l'emozione e l'immaginazione che fa di lui stesso il suo peggiore nemico. Questo a sua volta può generare un senso estremo di vittimismo e addirittura di persecuzione sia nel bambino interiore sia nell'adulto.

Le emozioni del bambino ferito sono state create da una incapacità percepita di connettersi con nostra madre o nostro padre quando eravamo bambini. I nostri genitori, a causa delle loro stesse esperienze da bambini, probabilmente usavano regolarmente tattiche negative per controllarci, come ad esempio influenzarci con la paura e la colpa. Queste tattiche erano state probabilmente usate su di essi dai genitori, che a loro volta avevano ricevuto questi schemi dai propri genitori.

Che cosa è quindi il bambino ferito? E' un particolare ciclo di memoria che è stato generato dal nostro subconscio ed influenzato dalle nostre esperienze. Fino a che non riusciremo a cambiare le percezioni errate contenute in questo ciclo, non saremo in grado di effettuare cambiamenti positivi reali nelle nostre situazioni odierne ed in particolare nelle nostre relazioni. Il bambino ferito è un ciclo che si auto-perpetua, che in effetti trasmettiamo ai nostri figli. Per impedire che questo accada dobbiamo prima guarire le ferite interiori.

Ovviamente la gravità del modo in cui sono percepite le ferite dipende dall'individuo. Usando le tecniche convenzionali della psicoterapia, possono essere necessari molti anni per sviluppare una relazione nuova e positiva con il bambino ferito. Invece, usando l'Em-Power terapia, possono essere sufficienti settimane, invece che anni, per risolvere con successo problematiche negative relative al bambino interiore.

Prima di tutto, è necessario determinare le componenti fondamentali che hanno causato le ferite e poi affrontarle. Come abbiamo detto prima, questo ciclo è spesso causato dall'impressione di essere incapaci di connetterci con i nostri genitori, cosa che fa sentire il bambino interiore solo ed in un certo senso abbandonato. Per rimuovere con successo e permanentemente questo senso di abbandono, occorre ristabilire una connessione di tipo parentale.

Potrebbe rivelarsi impossibile o poco pratico stabilire questa connessione con i propri genitori, perciò chiediamo al nostro Higher Self di assumere il ruolo di genitore. Nell'Em-Power terapia noi consideriamo l'Higher Self come il genitore, la mente conscia come l'adolescente ed il subconscio come il bambino. In questo modo la mente subconscia effettua facilmente la connessione parentale con l'Higher Self.

Usando l'Em-Power Disc, possiamo chiedere consciamente al nostro Higher Self di assumere questo ruolo, dal momento che non lo



fa automaticamente. (Vedi diagramma "Il Ciclo del Bambino Interiore Ferito", pag. 47.) In seguito, chiediamo al bambino interiore di dire all'Higher Self tutte le cose che lo disturbano, lo impauriscono o lo fanno sentire una vittima. In un certo senso, l'Higher Self diventa 'l'ascoltatore' e agirà come uno specchio per il bambino ferito, in modo che esso possa chiarire, nei suoi propri termini, l'effettiva natura di tutti i suoi problemi.

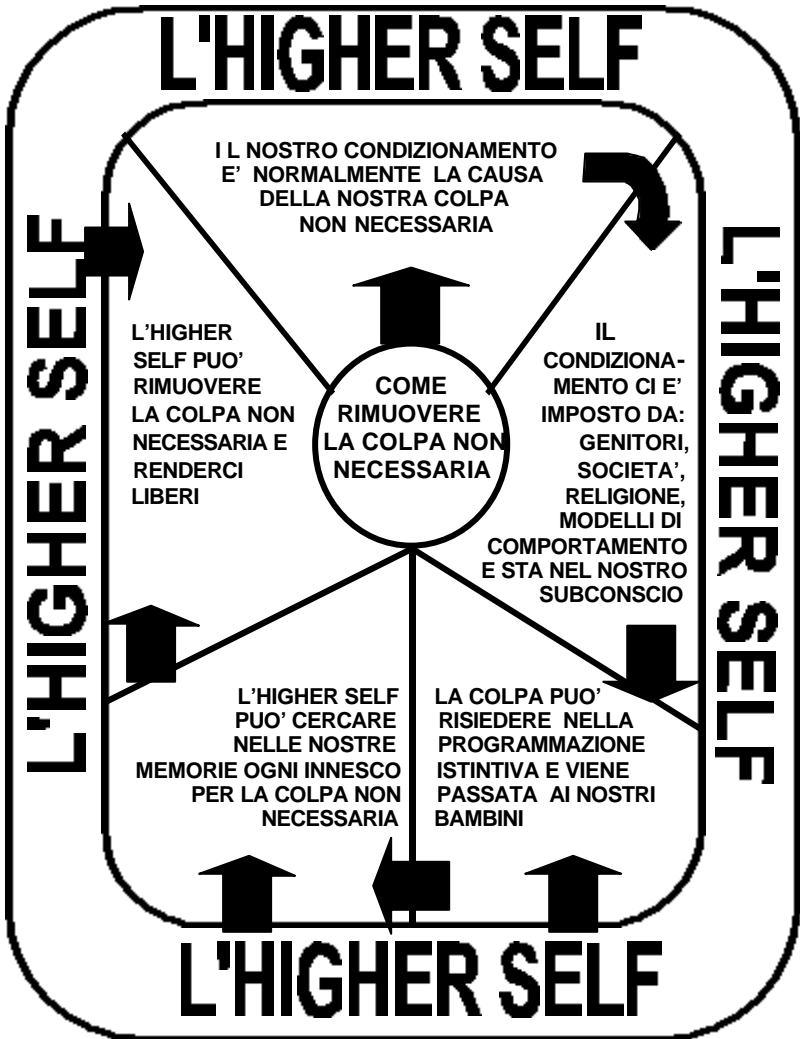
Quando vengono usati altri metodi, come l'ipnosi o la psicoterapia, succede spesso che ciò che viene fuori sia piuttosto doloroso e traumatico. Se non vengono attuati correttamente e con una guida esperta, fanno rivivere le situazioni che causarono a suo tempo la ferita, peggiorando magari la situazione. Usando l'Em-Power Disc, l'Higher Self automaticamente 'ascolterà e rispecchierà', rendendo spesso non necessaria l'esperienza personale o cosciente di quello che viene comunicato.

A questo punto l'Higher Self parla al bambino interiore e con un atteggiamento comprensivo, conferma e convalida ogni situazione. Esso dà al bambino interiore una spiegazione, confermando che la situazione è accaduta e che ha un senso date le circostanze. In seguito, dà al bambino interiore tutta le rassicurazioni e la comprensione di cui ha bisogno. L'Higher Self empatizza con ogni situazione, provvedendo ciò che serve al bambino a livello emotivo per lasciar andare l'emozione e guarire le ferite.

L'Higher Self esamina quindi le altre parti del nostro essere per vedere se esistono altre cose che siano responsabili o connesse con un qualche aspetto del nostro ciclo del bambino ferito. Ogni componente negativa trovata può essere rimossa dietro nostra istruzione. Questo evita il perpetuarsi del bambino interiore ferito, impedendoci di proiettare le nostre percezioni errate sui nostri figli.

In fine, L'Higher Self attua un procedimento di purificazione per il bambino ferito, dandogli tutto l'amore che gli serve ogni volta che ne ha bisogno. Così facendo, il bambino ferito non solo guarisce, ma smette anche di essere uno stimolo negativo per la mente subconscia. Diventerà una sorgente eterna di gioia e d'ispirazione, invece che un catalizzatore per colpa, paura ed esperienze negative.

*RIMUOVERE LA COLPA NON NECESSARIA*



## IL “TRIP” DELLA COLPA

Per quanto possa sembrare strano, la colpa sembra essere un'emozione molto ricercata ed altamente valutata nella vita quotidiana di molte persone. Molti genitori trovano la colpa l'unico modo con il quale controllare le azioni dei loro figli discoli. Di questo non sono normalmente responsabili, dal momento che molto probabilmente avevano a loro volta ricevuto lo stesso trattamento dai genitori.

Alla fine, dopo generazioni e generazioni, il controllo attraverso la colpa può in effetti essersi inserito nella nostra programmazione istintiva, rendendoci ancora più suscettibili a queste sensazioni. Se da bambini ci nutrivano col senso di colpa come ci nutrivano col latte, col tempo naturalmente cominciavamo ad aspettarcelo, specialmente dai nostri genitori. E' come se fosse diventato qualcosa che ci confortava. Più avanti nella vita, nel tentativo di riempire il vuoto che sentiamo quando lasciamo la casa paterna, troviamo addirittura dei partners che usano continuamente la colpa. Sfortunatamente la colpa è disponibile in abbondanza, ogni qual volta ne abbiamo bisogno! Non tutti comunque usano il senso di colpa in questo modo, e quando incontriamo qualcuno che ne è libero, sembra quasi troppo bello per essere vero.

La colpa è una dipendenza per molte persone e potrebbe essere la base per molte altre dipendenze, dall'alcol alle droghe, sigarette e cibo. C'è un elemento di colpa in ogni tipo di comportamento dipendente. La colpa non necessaria è un pezzo di bagaglio che ci portiamo dietro tutto il tempo, al punto che ci sembra di sentirci persi senza di essa.

Quindi dobbiamo osservare più approfonditamente l'emozione della colpa e tentare di analizzare il motivo per cui sentiamo un bisogno incessante di averla nella vita di tutti i giorni. La colpa è quasi certamente parte della nostra programmazione istintiva ed era forse stata originariamente concepita come un aspetto emozionale della nostra coscienza per aiutarci a distinguere ciò che è giusto o è sbagliato.

Il nostro retroterra sociale e culturale ci impone una serie di regole, così da condizionarci in un modo o nell'altro riguardo certi punti di vista generali. Se capita una situazione dove sembra che le regole siano state infrante, la colpa s'intromette per riportarci in linea con la nostra coscienza.

E' in effetti il nostro condizionamento ad essere direttamente responsabile dell'estensione e dell'intensità della nostra colpa. Noi adottiamo valori e credi dei nostri genitori, della nostra famiglia, della scuola e dei nostri compagni. In particolare, se c'è stato un deterioramento nel rapporto con i familiari, cercheremo all'esterno

nuove influenze e modelli di comportamento. Questi possono includere cantanti, giocatori di calcio ed attori, ma anche messaggi pubblicitari. Spesso questo condizionamento viene attuato utilizzando mezzi molto positivi e, per esempio, può assumere la forma di amore percepito.

Un bambino ama i suoi genitori e vuole essere amato da loro. Lo stesso si applica a qualsiasi modello di comportamento. Se siamo innamorati, faremo spesso qualsiasi cosa per conservarci quell'amore, anche a costo di rinunciare a qualcosa di noi. Da adolescenti, per esempio, compreremo i dischi del nostro cantante preferito, perché amiamo l'artista. Più suoniamo i suoi dischi, più in cambio ci sentiamo amati.

Tutti i processi di comunicazione dei media (musica, film, pubblicità, notizie, ecc.) presuppongono in una certa misura un qualche tipo di condizionamento. Uno dei motivi per cui apprezziamo un certo film può essere il suo andar contro o seguire un nostro condizionamento. I film violenti o dell'orrore generano una certa emozione in noi perché vanno contro quello che riteniamo essere giusto. I film dell'orrore e i concetti di mostri, vampiri e lupi mannari stimolano il nostro istinto di sopravvivenza, producendo spontaneamente dell'adrenalina nel corpo e generando uno stato di eccitazione. Certi comici possono ricreare situazioni imbarazzanti che possono essere in conflitto con il nostro condizionamento oppure anche farne parte. In un modo o nell'altro, le loro battute sono facilmente riconoscibili e ci fanno ridacchiare. In più, campagne pubblicitarie scaltre manipolano le nostre emozioni per farci fare letteralmente qualsiasi cosa.

Solo comprendendo il motivo per cui noi reagiamo in un certo modo, possiamo acquisire la capacità di liberarci da qualsiasi condizionamento, intenzionale o meno, che altri tentano di imporre su di noi.

Ad un livello pratico e fisico, ed in relazione con il processo di auto guarigione, l'Em-Power Healing System è stato progettato specificatamente per dare alla persona il controllo e per aumentare la nostra capacità di comprenderci. E' in effetti molto più vantaggioso essere in grado di decidere per nostro conto quali condizionamenti vorremmo dover subire. Per esempio, se fosse nostro desiderio orientarci verso una vita più spirituale, un condizionamento che ci aiutasse a raggiungere quell'obiettivo avrebbe un grande valore. Questo può assumere la forma di diversi tipi di filosofie che reputiamo positive e giuste. Inoltre si può osservare che l'intero processo di apprendimento implica il condizionamento, e noi dovremmo essere in grado di decidere consciamente ciò che è meglio per noi a livello individuale. (*Vedi diagramma "Rimozione della colpa non necessaria", pag.50*).

La parte di noi che perpetua un condizionamento negativo è la mente subconscia, dal momento che è la somma di tutte le nostre esperienze. Tutto il condizionamento negativo è immagazzinato nel subconscio e questo può condurci lungo un percorso di autodistruzione. L'unica parte del nostro essere che sa veramente quale tipo di condizionamento è adatto a noi è l'Higher Self.

Attraverso la comunicazione con l'Higher Self possiamo scoprire quali forme di condizionamento ci faranno bene. A livello puramente personale, mi piaceva guardare un buon film dell'orrore ma, secondo il mio Higher Self, questo non era particolarmente benefico per me. Dopo aver chiesto il motivo per cui le cose stavano in questo modo, mi venne in mente che una costante esposizione ad atti di violenza serviva solo ad anestetizzare la mia coscienza per accettare ancor più violenza. In altre parole, più ne vedevo, più appariva maggiormente accettabile o normale. Questo può essere diverso per voi e dovrete chiedere al vostro Higher Self quali cose vi sarebbero benefiche a lungo termine. E' possibile, usando l'Em-Power terapia.

## **COME LIBERARSI DAI CONDIZIONAMENTI E RIMUOVERE LA COLPA NON NECESSARIA.**

Prima di tutto è molto importante ricordare che alcune forme di colpa sono interamente necessarie e preziose, poiché fanno parte della nostra coscienza e ci aiutano a vivere in società. Non è nostra intenzione suggerire che si debba rimuovere o tentare di cambiare questo genere di colpa necessaria. Al contrario, il nostro scopo è quello di migliorare la coscienza, di aiutare a distinguere correttamente tra ciò che è giusto e sbagliato.

### ***COLPA EMOZIONALE***

Dobbiamo anche essere consapevoli che la colpa esiste a molti livelli: emozionale, spirituale e fisico. Forse la forma di colpa più riconoscibile è quella emozionale, la colpa imposta da altri su di noi, di cui ci nutriamo negativamente. Spesso non ci accorgiamo della colpa emozionale nel momento in cui si forma, ma soltanto dopo, quando siamo in grado di analizzare una certa situazione e scopriamo che ciò che sentiamo è in realtà il senso di colpa. Inoltre, a livello emozionale, dovremmo assicurarci che altre persone non c'impongano un senso di

colpa non necessario. A questo punto l'uso dell'Em-Power Disc ci permette di connetterci all'Higher Self e di chiedergli di aiutarci a percepire ogni situazione accuratamente, in modo da poter reagire nel modo più appropriato. Questo permetterebbe ad una persona che sia stata inibita o influenzata da un condizionamento sbagliato, di liberarsi e ritornare ad un senso morale consapevole del giusto e dello sbagliato.

### ***COLPA FISICA E SPIRITUALE***

La colpa può anche influenzarci manifestandosi a livello fisico. Può generare sintomi comuni come mal di schiena, problemi al collo, tensione e artrite. Può anche svilupparsi in un "programma" emozionale negativo che genera un ciclo perpetuo capace di nuocere a livello fisico ed emozionale. La colpa fisica ha sempre una componente emozionale ed è necessario riconoscerne gli aspetti prima di provare a guarire i problemi fisici.

Molte religioni formali tentano d'imporre un senso di colpa ed un condizionamento spirituale per spingere a seguire una certa ideologia. Non è detto che ciò debba essere necessariamente una cosa sbagliata, se lo scopo finale è positivo, ma dobbiamo essere ben consapevoli del tentativo di quest'imposizione. Alla fin fine, siamo noi che dobbiamo decidere da soli sull'opportunità di vederci imposta questa colpa spirituale e se serve ad uno scopo positivo.

La colpa spesso stimola un certo tipo di conversazione a due vie all'interno delle nostre menti, cosa di cui tratteremo nelle prossime pagine.

### **IL DIALOGO INTERNO**

Tutti noi abbiamo un processo di comunicazione che avviene all'interno della nostra mente conscia in ogni istante della nostra vita. Chiamiamo questa conversazione 'Dialogo interno', ed è il modo in cui parliamo con noi stessi, mentre analizziamo costantemente la nostra vita.

Dal momento che l'informazione che riceviamo è spesso incompleta, il nostro dialogo interno la valuta, compara ed interpreta utilizzando le informazioni ottenute attraverso le nostre esperienze immagazzinate nella mente subconscia, quindi formula varie ipotesi. Per esempio, immaginate di andare dal dentista per un check-up. In base alle esperienze simili che avete avuto in passato, vi potranno passare nella mente cose molto diverse, perché la situazione ha delle possibilità di evoluzione incerte. Senza sforzo cosciente, riempirete i vuoti nella vostra conoscenza con la vostra immaginazione, in modo corretto o scorretto a seconda della vostra personalità e dello stato emozionale e fisico in cui vi trovate in quel preciso momento. Seduto in sala d'attesa, qualcuno penserà di dover curare almeno venti carie. Magari comincerà a pensare al dolore dell'iniezione e forse proverà addirittura ansia e stress. Un'altra persona, invece, potrebbe analizzare la situazione in modo completamente diverso, valutando che, non avendo avuto problemi dentali in passato, probabilmente non dovrà subire nessun trattamento nemmeno questa volta. Si sentirà quindi completamente tranquillo al riguardo!

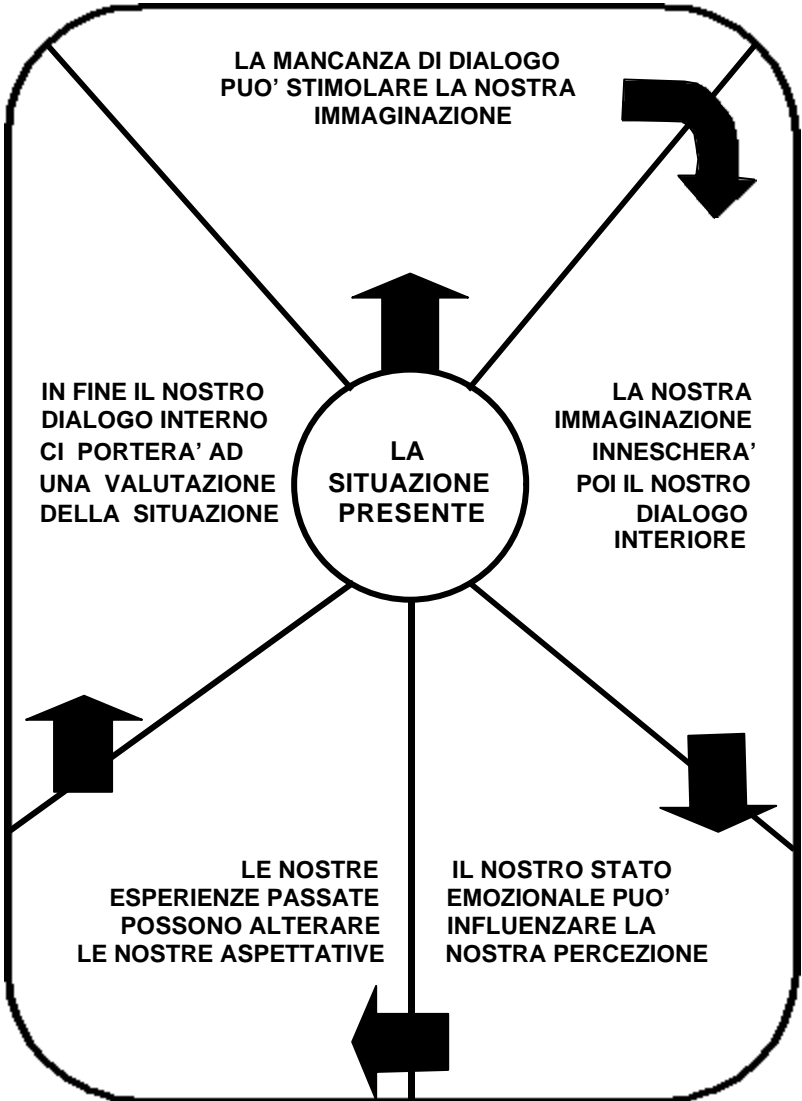
Il dialogo interno è un fattore chiave per dirigere le nostre vite in modo più positivo, se impariamo a controllarlo efficacemente. Tuttavia esistono delle regole da tenere in considerazione quando effettuiamo questa conversazione personale.

Le conseguenze del dialogo interno possono avere effetto su di noi a tutti i livelli, emozionale, fisico, mentale e spirituale. Possiamo anche non rendercene conto, ma noi valutiamo e sperimentiamo ogni singolo secondo. Mentre i nostri stati emozionali vengono registrati, analizzati ed interpretati, le nostre menti conscia e subconscia mandano messaggi sottili a tutto il corpo, alterando di momento in momento il nostro stato di essere. ( *Vedi diagramma "Dialogo Interno", pag.49*).

Per esempio, è molto facile dire a noi stessi "Mi sento male" o "Sono stanco". Possiamo anche non verbalizzare queste affermazioni, ma il nostro corpo sta nondimeno ascoltando e rispondendo ad ogni singolo aspetto della nostra conversazione interna.

Diventare consapevoli del nostro dialogo interiore può aumentare molto il potere che abbiamo su di noi, soprattutto quando ci rendiamo conto che spesso diciamo a noi stessi cose che non intendiamo davvero. Anche se spesso non ci accorgiamo di farlo, è molto facile sviluppare particolari abitudini negative nel comunicare con noi stessi. Sebbene questo possa non avere un grosso effetto nel breve periodo, alla lunga può recare gravi danni.

Immaginatevi in questa situazione: avete dato un appuntamento ad una persona importante ed è in ritardo. Secondo la vostra personalità, le vostre esperienze passate e secondo quanto bene conoscete quella persona, vi sarà facile costruire nella vostra mente molti scenari diversi per spiegarvi il motivo per cui quella persona non sia arrivata. Questi possono essere qualsiasi cosa da 'Non mi vuole

*IL DIALOGO INTERIORE*



vedere', a 'Ha avuto un incidente', 'Non vuole essere infastidito', 'Non sono abbastanza importante per lui', o 'Pensa di non essere abbastanza importante per me'.

Per quanto ridicolo questo tipo di ragionamento possa sembrare, il vostro stato mentale del momento influenzerà ciò che pensate. In più, anche quello che vi è successo pochi minuti prima avrà un effetto su quello che sentite. Se siete in uno stato mentale positivo, sarà più facile costruire un dialogo interno che darà alla persona in ritardo il beneficio del dubbio. Se il vostro stato d'animo è negativo, potrete costruirvi un intrigo d'inganni che potrebbe portare alla paranoia.

Il nostro dialogo interno è un processo naturale ed è necessario per la nostra sopravvivenza, perché è la base su cui stabiliamo quali decisioni prendere. E' importante interpretare l'informazione correttamente, ricordando che è il nostro stato emozionale che ci guida, alle volte deviando il nostro percorso analitico e talvolta interpretando male le situazioni.

Uno stato emozionale equilibrato vi permette di valutare meglio la vostra posizione. Riconoscere il ruolo che l'emozione gioca nel nostro dialogo interno vi darà potere e vi aiuterà a comprendere la situazione per quello che è, senza permettere alla vostra immaginazione di prendere il sopravvento.

## **DEFINIRE LE NOSTRE EMOZIONI**

In ogni data situazione, possiamo interpretare male le informazioni a seconda del nostro stato d'animo. Vediamo quali sono le emozioni di base che possono avere quest'effetto. Ci sono forse quattro stati emotivi fondamentali, felice, triste, impaurito ed arrabbiato, che possono generare sentimenti quali l'insicurezza, l'invidia, l'avidità, la paura, l'odio, l'amore, la gelosia e l'indifferenza.

### ***EMOZIONI NEGATIVE***

Noi crediamo che uno stato emozionale equilibrato sia la chiave per un dialogo interno razionale. Se le cose stanno così, possiamo sprecaire molta energia mentale perdendoci in dialoghi emozionali negativi.

Qui di seguito sono elencate alcune parole che possono stimolare un dialogo interno:

*Fidanzato/ fidanzata*  
*Intervista di lavoro*  
*Madre/padre*  
*Minaccia terrorista*  
*Malattia( voi o una persona amata)*  
*Cancro*  
*Vacanze*  
*Trasloco*  
*Paradiso*  
*Divorzio*  
*Vincere alla lotteria*  
*Matrimonio*  
*Sesso*

Per identificare un'emozione negativa ed inserirla in una giusta prospettiva, provate i seguenti esercizi:

### ***STIMOLI PER IL DIALOGO INTERNO***

#### **Esercizio 1.**

In questo esercizio potete prendere tre delle parole sopra elencate e mentre riflettete, scrivete una lista di tutte le cose che vi passano in mente. Come esperimento, potete chiedere a qualcun altro di pensare alle stesse cose e vedere poi la differenza tra il loro dialogo interno ed il vostro.

**Esercizio 2.**

Pensate ad una situazione che vi renda invidioso. Potrebbe essere qualcuno con cui lavorate, che ammirate e che vi piace. Immaginiamo che riceva una promozione al vostro posto. Come vi fa sentire? Sapete che questa persona è ben qualificata e merita la promozione, ma lo siete anche voi. Pensate a ciò che provate in questa situazione e quali pensieri e dialogo interno passano attraverso la vostra mente!

**Esercizio 3.**

Immaginate una situazione che vi faccia provare una sensazione di avidità. Per esempio, qualcuno è pronto a darvi qualcosa nella quantità che voi desiderate, ma voi decidete di prenderne di più di quanto effettivamente vi serva. Avidità è volere qualcosa in quantità superiore al necessario. Se si tratta di cibo, allora mangiate per amor del cibo, solo perché ce n'è. Oppure, in una relazione, possiamo senza bisogno trarre vantaggio da una certa situazione. Spesso giustifichiamo o accampiamo delle scuse per la nostra avidità, perché è sovente associata con il possesso materiale ed avere molto di qualcosa ci può far sentire più sicuri.

**Esercizio 4.**

Pensate ad una situazione che vi possa fare paura, come volare o trovarvi a grande altezza. Paura è una sensazione estrema di non avere il controllo della situazione. Possiamo provare paura anche per una perdita di qualche tipo, dalla perdita della fiducia in qualcuno, alla morte di una persona cara.

**Esercizio 5.**

Adesso pensate ad una situazione in cui provate odio. Questo è quando voi volete che qualcosa di negativo succeda ad un'altra persona e potrebbe dipendere da una combinazione di paura e gelosia. Per esempio, se qualcuno ferisse o facesse del male ad un membro della vostra famiglia, fosse responsabile di aver messo in pericolo qualcuno vicino a voi o vi privasse deliberatamente di qualcosa di cui avete veramente bisogno, potreste provare sentimenti di odio. Molte persone odiano loro stesse o parti di loro stesse.

**Esercizio 6.**

Pensate ad una situazione dove voi potreste provare gelosia od invidia. La gelosia e l'invidia estreme sono puramente personali, nel senso che costituiscono un'esperienza diversa per ciascuno. E' quando desiderate qualcosa che qualcun altro possiede, semplicemente perché loro la possiedono.

**Esercizio 7.**

Immaginate di sentirvi indifferenti. L'indifferenza è la mancanza di sensibilità nei confronti di persone, situazioni o cose. Se voi siete indifferenti a qualcosa, allora essa non ha significato od influenza su di voi, e non v'importa.

**Esercizio 8.**

Mettetevi in una situazione in cui vi sentite arrabbiati. La rabbia è un sentimento di estrema ostilità, indignazione, esasperazione ed ira. E' quando voi percepite che situazioni, eventi, persone e circostanze si scontrano con i vostri interessi personali e sono al di là del vostro controllo.

***EMOZIONI POSITIVE***

Adesso analizziamo qualche emozione positiva. E' altruismo quando la nostra attenzione è focalizzata su un'altra persona ad un livello emozionale, fisico e spirituale. Il nostro grado di altruismo determina la nostra azione. Se un evento esterno (come una guerra o una carestia) entra in conflitto con il nostro senso di moralità, allora l'emozione che proviamo la chiamiamo altruismo. Molte persone non agiscono perché sono bloccate dal senso di colpa, ma se al senso di colpa si aggiunge l'altruismo, potrebbero essere spronate a fare qualcosa di positivo in proposito. La compassione è altruismo non determinato dalla colpa. E' un'emozione abbastanza istintiva, ma che è possibile ottenere mentre sviluppiamo il rispetto per gli altri.

Il sentirsi innamorati è un bisogno emozionale estremo sentito fino al punto in cui il benessere della persona amata è più importante della nostra incolumità, sopravvivenza o di ciò che vogliamo. E' un bisogno emozionale intenso e totale.

L'amore reale, molto probabilmente, non può essere completamente definito, ma guardiamo che cosa molte persone percepiscono come amore. Comprende un mutuo rispetto ed ammirazione e la fusione di due persone al punto che l'esistenza sembra insensata senza l'altra persona. Se questo sentimento non è continuamente e totalmente reciproco, allora l'amore può cessare di esistere per uno dei due. Comunque, credo personalmente che il vero amore sia un sentimento di unità con la 'sorgente della nostra esistenza'. E' un'emanazione di gioia pura che esiste in un luogo all'interno di ognuno di noi.

Riassumendo, se possiamo imparare a definire le nostre emozioni, possiamo identificarle più facilmente quando le viviamo. Ma il dialogo

interiore negativo dev'essere neutralizzato e rimpiazzato con uno positivo. Usando l'Em-Power terapia noi impariamo come attivare automaticamente questo processo di conversione, creando equilibrio ed armonia all'interno del corpo e della mente. Possiamo imparare come realizzare emozioni di gioia, serenità e pace senza sentirci in colpa per questo!

## IMMAGINAZIONE POSITIVA E NEGATIVA

***“Il Computer è meramente una manifestazione fisica semplificata di ciò che già esiste all’interno di ognuno di noi...”***

Noi esseri umani abbiamo lottato per far sì che ciò che ci circonda rifletta ciò che abbiamo nella mente. Abbiamo fatto questo usando la nostra immaginazione per creare tutto quello che esiste all’interno dei confini delle conoscenze attuali. In altre parole, se noi possiamo concettualizzare qualcosa, non importa quanto inconcepibile, se siamo abbastanza determinati e pieni di risorse, sarà solo questione di tempo prima che realizziamo quel sogno.

Un esempio è l’atterraggio sulla luna. Cent’anni fa, mandare una nave spaziale sulla luna sarebbe sembrato ridicolo alla maggior parte delle persone. Ma se una persona può sognare un’idea come questa, allora prima o poi altre persone avranno la stessa idea o condivideranno gli stessi obiettivi e verrà trovato un modo per realizzarli.

Mentre noi creiamo ed espandiamo i nostri confini mentali e fisici, succede una cosa interessante: invece di esaurire le idee buone, spesso un’idea porta ad un’altra. Prima di tutto c’è l’immaginazione e in seguito, attraverso l’atto di creazione, spesso oltrepassiamo il pensiero originale per raggiungere un nuovo livello di accresciuta consapevolezza, verso una nuova idea che è stata portata alla luce a causa della prima. Prendiamo ad esempio Edison. Egli immaginò come sarebbe stato se lui avesse potuto illuminare le strade e le case ed infine scoperse un modo per farlo. Di conseguenza altri inventori hanno usato la base della sua idea originale prendendo l’elettricità come sorgente di forza per far funzionare, ad esempio, gli elettrodomestici. Se Edison non avesse gettato le fondamenta rendendo l’elettricità facilmente disponibile, altri forse non avrebbero mai pensato alla televisione! Senza l’elettricità per attivare queste macchine, esse non sarebbero mai stati concepite.

Così molte idee e concetti futuri possono probabilmente sembrare fantascientifici al momento, ma dobbiamo ricordare che nessuna delle nostre realizzazioni passate avrebbe potuto avere luogo senza prima un’idea.

Nel corso dei secoli l’umanità ha sempre guardato a ciò che già esiste in natura come ispirazione. Abbiamo spesso provato a riprodurre la natura per nostro beneficio personale. Per esempio l’idea per il progetto dell’aeroplano è stato probabilmente l’uccello, mentre il pesce e la vita acquatica lo sono stati per il sottomarino. La necessità è spesso stata madre e padre dell’invenzione. Eventi come la guerra ed il tentativo di trovare modi migliori per uccidersi l’un l’altro sono stati i catalizzatori per la maggior parte delle invenzioni del XX° secolo. Questo può sembrare un punto di vista molto cinico, ma non

dobbiamo dimenticare che ci sono state delle idee terribilmente buone, che hanno reso la vita nel complesso molto più facile. Ma tutto dipende dal modo in cui lo si osserva.

Un aeroplano può essere usato per portarvi ad una destinazione lontana per una vacanza fantastica, o può lasciar cadere una bomba su migliaia di civili ignari. L'idea dell'aeroplano ha rivoluzionato il trasporto e la comunicazione intorno al mondo, ma si tratta di una cosa buona o cattiva? Veramente, è l'uso che facciamo di queste invenzioni ad essere buono o cattivo e la scelta è sempre stata nostra.

Le forze usate in una bomba possono essere utilizzate per fornire luce e calore alla gente che ha freddo. Le conoscenze della tecnologia chimico-bellica possono essere riconvertite per cercare di trovare nuovi modi per dare da mangiare a milioni di persone che hanno fame. Ma finché non impareremo a controllare la nostra immaginazione negativa, troveremo sempre il modo di distruggere e mutilare sfregiando le vite, i cuori e le menti delle generazioni a venire.

La chiave per risolvere i mali del mondo non esiste all'esterno (il mondo fisico), ma può essere trovato all'interno, nel mondo della nostra immaginazione o mondo spirituale. Se cambiamo la nostra immaginazione da negativa a positiva possiamo creare un mondo di cui tutti quanti possono essere fieri di far parte. Poche persone che tentano di salvare il mondo gettandosi di fronte ad un treno che porta scorie nucleari, per esempio, saranno distrutte se non dal treno, da coloro che il treno lo proteggono. Sto suggerendo che gruppi frammentati di persone con punti di vista ed ideologie positive non sono in grado di deviare la corrente delle masse. E' soltanto migliorando la nostra consapevolezza delle conseguenze di determinate azioni che possiamo sperare di risolvere questioni su scala globale. Sfortunatamente, in questo mondo che ci siamo creati, l'immaginazione negativa sta avvelenando la società e distruggendo proprio quello che sta alla base della bontà, cioè l'immaginazione positiva.

La ragione per cui parliamo di immaginazione negativa e positiva è per porre l'accento sulle dimensioni del compito che sta di fronte a tutti noi. Se non riusciamo ad imparare a controllare questa forza che esiste dentro di noi ed usarla positivamente - su scala planetaria - potremmo essere spazzati via da un'ondata di distruzione.

La tecnologia è ora ad un punto in cui i nostri peggiori pensieri negativi possono avverarsi. ( Nel contesto dell'Em-Power Disc, fortunatamente, l'immaginazione negativa non ha potere, dal momento che i nostri pensieri non formano un linguaggio su cui l'Higher Self possa agire. Questo significa che se pensiamo in modo negativo, non ci sarà alcuno danno, perché i nostri pensieri non sono costruiti in un modo che l'Higher Self possa capire mentre indossiamo il disco).

Normalmente la nostra immaginazione negativa può avere un effetto nocivo a livello fisico, emozionale e spirituale. Se un pensiero, un'idea o un concetto, positivo o negativo che sia, è ripetuto abbastanza spesso, ad un certo punto la mente subconscia (che non è in grado di distinguere tra immaginazione e realtà) finirà per far suo questo concetto. Perciò quest'idea potrà avere un effetto nocivo sia nel presente che nel futuro. Inoltre, l'idea rimarrà immutata a meno che non la rimpiazziamo con una nuova immagine positiva per neutralizzare gli effetti del pensiero negativo originale. L'Em-Power Disc può aiutarci a controllare qualsiasi processo di pensiero non intenzionale che ci possa colpire ad un livello negativo. Ci offre una sorta di zona temporale tampone, così che possiamo chiarirci sul tipo di processo di pensiero che noi vorremmo fosse immagazzinato dalla nostra mente subconscia. Il principio è simile a quello del correttore ortografico di un computer, che permette di dare un'occhiata a ciò che avete scritto con lo scopo di controllo prima di prendere la decisione di "salvarlo".

I ricordi con un alto contenuto emozionale sono più facili da ricordare di quelli senza. La sopravvivenza, il più basilare di tutti gli istinti, innescherà spesso delle risposte fisiche spontanee in determinate situazioni. Questo può far sì che vengano rilasciate endorfina ed adrenalina, le nostre sostanze naturali che riducono il dolore ed aumentano l'energia nel nostro corpo. In circostanze estreme queste risposte possono essere non appropriate e portare ad azioni di cui poi ci si può pentire. L'immaginazione negativa può spesso stimolare risposte improprie ed intempestive che possono essere auto distruttive o possono addirittura degenerare in una risposta incontrollabile che può mettere in pericolo le persone che ci sono vicine.

Sapere come e perché accadono queste cose, è il primo passo. Esamineremo ora il concetto di immaginazione negativa e positiva e come possiamo dare un nuovo indirizzo ai nostri pensieri per controllare meglio le nostre vite.

## **IMMAGINAZIONE NEGATIVA.**

L'immaginazione negativa normalmente deriva da un senso di percezione di pericolo o perdita. Questo crea paura, che stimola i sensi con l'adrenalina aumentando così la nostra percezione falsata. Quando questo succede la nostra immaginazione negativa si scatena. Mentre cresce, si autoalimenta. Il corpo produce sostanze naturali che stimolano la mente ed altre parti del corpo stesso, creando così più tensione. Qualche volta la messa in circolo di queste sostanze naturali può inibire completamente il pensiero logico e rendere una persona estremamente aggressiva fino al punto di diventare violenta e tentare anche di fare del male a qualcun altro, probabilmente senza neanche



rendersene conto. E' soltanto dopo che la reazione si è calmata che la mente conscia e logica riprende il controllo del suo corpo. Un esempio tipico si può osservare in alcune situazioni coniugali, dove uno dei partner diventa violento nei confronti dell'altro ed è largamente inconsapevole delle sue azioni. Per brevi periodi di tempo l'altra persona può diventare il punto focale di una rabbia incontrollabile. La persona violenta può anche diventare più forte grazie all'aumento dell'adrenalina nel suo sistema.

L'immaginazione negativa restringe i processi naturali di comunicazione nel corpo e nella mente e, se mantenuta, può in effetti causare danni a molti sistemi del corpo. L'immaginazione negativa può essere spesso il risultato di situazioni passate contenute nel nostro subconscio. Mentre gli eventi si succedono, essi possono innescare queste sensazioni associate, che possono non essere rilevanti sul momento, ma servire da stimolo e supportare la nostra attuale struttura mentale. Mentre pensieri simili si attraggono l'un l'altro grazie alla legge subconscia dell'attrazione, la nostra mente mette insieme tutti questi eventi passati e permette loro di nutrire e stimolare le nostre emozioni.

Un evento negativo pianterà sempre un seme che potrà sia portare ad un cambiamento positivo, sia generare nuovi eventi negativi. Se noi sviluppiamo un livello di altruismo e compassione lungo la strada della nostra vita, allora il seme si svilupperà in un cambiamento positivo. La compassione di per se è in grado di cambiare la polarità dal negativo al positivo.

Pensate ad un evento del passato che era negativo a causa dei vostri processi di pensiero o azioni. Un esempio potrebbe essere il non aver permesso ad un altro bambino di unirsi al vostro gruppo di amici a scuola. A quel tempo potreste aver pensato che l'altro bambino fosse troppo giovane ed immaturo, dal momento che questo sarebbe successo più o meno in un'età in cui volevate sembrare grande. Più tardi, sviluppando la compassione, comprendereste istintivamente che quest'azione di esclusione era ingiustificata, e se circostanze simili capitassero di nuovo, non reagireste allo stesso modo.

## **IMMAGINAZIONE POSITIVA**

L'immaginazione positiva è in grado non solo d'aiutarci ad avere una visione ottimistica della vita, ma può ispirarci a raggiungere i nostri obiettivi. Un'immaginazione vivida e positiva può essere un alleato potente quando altri si macerano invece nell'autocommiserazione. La capacità di usare immaginazione positiva può avere un profondo effetto su tutto ciò che facciamo, rendendo letteralmente possibile qualsiasi cosa. Ben diretta, l'immaginazione positiva può richiamare il potere dell'universo, è la sostanza di cui è

fatto il genio che ci permette di adempiere al nostro destino. Essa è la chiave per accedere all'energia universale di guarigione, la pura, "divina" energia che è disponibile per chiunque. Chiedendo semplicemente quello che desideriamo attraverso la comunicazione con l'Higher Self, possiamo farlo apparire o rendercelo disponibile. L'immaginazione positiva può aiutarci a raggiungere tutto questo e molto di più. Le idee possono dare forma al mondo, dal momento che tutto ciò che c'è di buono nell'umanità esiste dentro di noi e, se noi impariamo ad accedere a queste informazioni, possiamo rendere le nostre vite molto più significative.

## **LE LEGGI E I PRINCIPI DELL'IMMAGINAZIONE**

***Le tue azioni riflettono quello in cui credi.***

***Ciò in cui tu credi diventa la tua realtà.***

***Un pensiero concettuale diventa realtà.***

***Controlla l'immaginazione e controllerai la tua vita.***

***La paura è la percezione della mancanza di controllo.***

***La tua percezione del mondo esterno è un riflesso del tuo mondo interno.***

***Cambiamenti positivi equivalgono ad immaginazione positiva.***

***Tu ricevi ciò che ti aspetti, non ciò che tu vuoi.***

***Il "bagaglio" emozionale produce reazioni negative.***

***L'assenza di direzione porta alla stagnazione.***

***Tutto ciò che tu dai liberamente, lo riceverai facilmente.***

***Tutto ciò che ottieni con la forza non è reale.***

***L'immaginazione, negativa o positiva, è come un seme che cresce grazie alla stimolazione.***

***Un'immaginazione che manca di stimolo muore.***

***La conoscenza delle leggi dell'immaginazione porta la comprensione.***

## **COME CAMBIAMO L'IMMAGINAZIONE NEGATIVA IN IMMAGINAZIONE POSITIVA?**

Per cambiare l'immaginazione negativa in positiva, dobbiamo cambiare le abitudini della nostra struttura mentale negativa, e questo può essere fatto in diversi modi. Nella terapia con l'ipnosi, per esempio, il terapeuta può tentare di mostrarvi un modo di comunicare con la mente subconscia, per cercare di facilitare un cambiamento a livello subconscio. Questo viene fatto persuadendo il subconscio che nessun beneficio è percepito dall'individuo continuando con lo stesso vecchio programma negativo. Come affermato precedentemente, la mente subconscia agisce come un bambino di sei anni ed è per questo

motivo che deve essere persuasa con molta abilità. Se il terapeuta ha successo, il subconscio passerà il messaggio all'Higher Self che lo farà suo, aggiustando di conseguenza la struttura mentale della persona. In molti casi questo è un processo che ha successo, ma solo se la persona in questione ha la volontà di cambiare in modo significativo. Comunque, se l'ipnosi è un approccio possibile, voi potete non essere il tipo di persona che può venire facilmente ipnotizzata.

L'immaginazione negativa può essere parte della nostra programmazione istintiva, nel senso che può essere ereditata ed anche essere presente in altri membri della famiglia. La programmazione istintiva è molto difficile da cambiare usando l'ipnosi, dal momento che non è contenuta nella nostra mente subconscia, sebbene possiamo essere in grado di ricordare eventi e situazioni dove la nostra programmazione negativa ha giocato una parte significativa nel causare attrito e creare disagio non necessario a noi stessi ed altri. Dal momento che il solo aspetto della nostra mente in grado di aggiustare la programmazione istintiva è l'Higher Self, non sarebbe appropriato parlare con la mente subconscia in questo caso particolare: dobbiamo invece comunicare direttamente con l'Higher Self per poter ottenere risultati duraturi.

Il grado con cui il nostro Higher Self risponde è direttamente proporzionale a quanto noi realmente vogliamo effettuare dei cambiamenti positivi. E' anche determinato da come Esso interpreta i nostri comandi e le direttive che gli diamo.

E' molto importante che noi crediamo nella capacità del nostro Higher Self di agire per nostro conto per il nostro bene più alto e di renderci in grado di trasformare in positiva la programmazione negativa. La chiave per il cambiamento è la fede e la fiducia nel nostro Higher Self. Il solo modo in cui possiamo aumentare la nostra fede nell'esistenza dell'Higher Self è con prove pratiche, fisiche. L'Em-Power Terapia dà la prova di cui abbiamo bisogno per intensificare la nostra fede nel nostro Higher Self, perché lavora al di là di qualsiasi sistema fideistico.

Se noi crediamo nel nostro Higher Self al cento per cento e gli chiediamo di fare qualcosa, per quanto difficile o illogica, appurato che sia per il nostro più alto bene, raggiungerà il cento per cento del nostro obiettivo iniziale. Se noi crediamo al nostro Higher Self al cinquanta per cento, allora saremo in grado di raggiungere soltanto metà del nostro obiettivo. Questo si può applicare in modo particolare a comandi non fisici, come qualsiasi cosa legata alla sfera emozionale, ed è soprattutto vero per quello che riguarda le gravi malattie fisiche.

Per cui l' Em-Power Terapia è concepita per mutare la nostra immaginazione negativa in positiva usando l'Em-Power Disc. In pratica, diciamo all'Higher Self di rimuovere qualsiasi influenza negativa emozionale, fisica o spirituale e sostituirla con quella positiva. L'Higher Self comunica al nostro corpo ed alla mente ad ogni

livello di rimuovere tutta l'energia negativa e sostituirla con energia positiva.

Per quanto riguarda corpo e mente, le parole "energia" e "pensiero" sono simili. E' quasi come dire la stessa cosa. In effetti, usare la parola "energia" è forse addirittura meglio che usare la parola "pensiero", perché riguarda tutti gli aspetti del nostro essere a tutti i livelli. I processi di comunicazione con l'Higher Self di molte persone sono decisamente letterali e la parola "pensiero" può essere interpretata col significato semplicemente di processo mentale.

## **LA PROGRAMMAZIONE ISTINTIVA**

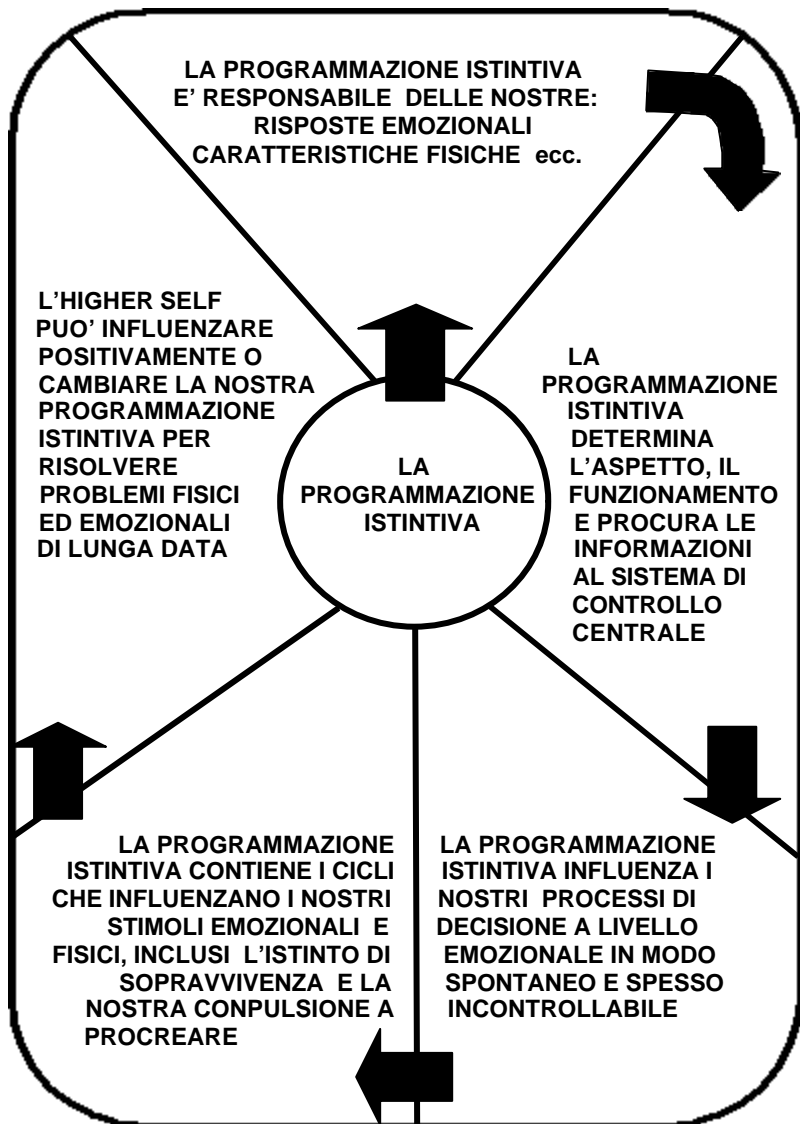
Abbiamo già paragonato la programmazione istintiva al DNA ( i mattoni della vita ). Il DNA determina le caratteristiche del nostro intero essere - fisico, mentale, emozionale e forse anche spirituale. Noi nasciamo con una combinazione del DNA dei nostri genitori e questa è una linea ancestrale che può andare indietro per migliaia, forse anche milioni di anni. In altre parole, l'evoluzione e il casuale contatto di individui attraverso l'atto della procreazione hanno determinato ciò che siamo. Tutte le cose buone e quelle cattive sono registrate nel nostro DNA. La programmazione istintiva può essere descritta in modo simile.

Ogni aspetto della struttura del nostro DNA, tutti i codici genetici che determinano la nostra struttura fisica ed emozionale e l'intera nostra eredità ancestrale e culturale, esistono in qualche forma all'interno della nostra programmazione istintiva. La programmazione istintiva spiega, in termini semplici, le capacità mistiche e misteriose che tutti noi possediamo. Nello stesso modo in cui il mettere assieme diversi composti chimici dà luogo a diverse reazioni chimiche, l'unione di individui diversi creerà nuovi ed unici esseri umani. Questi esseri avranno sia cose simili ai loro predecessori che drastiche differenze, che emergeranno dai loro unici attributi fisici, mentali ed emozionali.

Immaginate un villaggio o una comunità che sia stato isolato dal resto del mondo. Troverete che, sebbene ci siano stati lievi cambiamenti nella vita di quella comunità, non ci dovrebbero essere stati mutamenti radicali se non per via di qualche genere di influenza esterna. Quest'influenza esterna potrebbe includere il contatto con altre culture, cambiamenti climatici e calamità non prevedibili come siccità, carestie, inondazioni o terremoti.

A meno che non ci sia uno sconvolgimento nel modo di vivere del villaggio, la struttura sociale, le caratteristiche psicologiche e quelle fisiche in generale, rimarranno le stesse. Buoni esempi di ciò sono le tribù isolate nelle foreste pluviali, la cui esistenza è rimasta immutata probabilmente per migliaia di anni, finché furono scoperte dagli esploratori dell'era moderna. E' noto che intere tribù sono state

*LA PROGRAMMAZIONE ISTINTIVA  
E LE NOSTRE CARATTERISTICHE EREDITARIE*



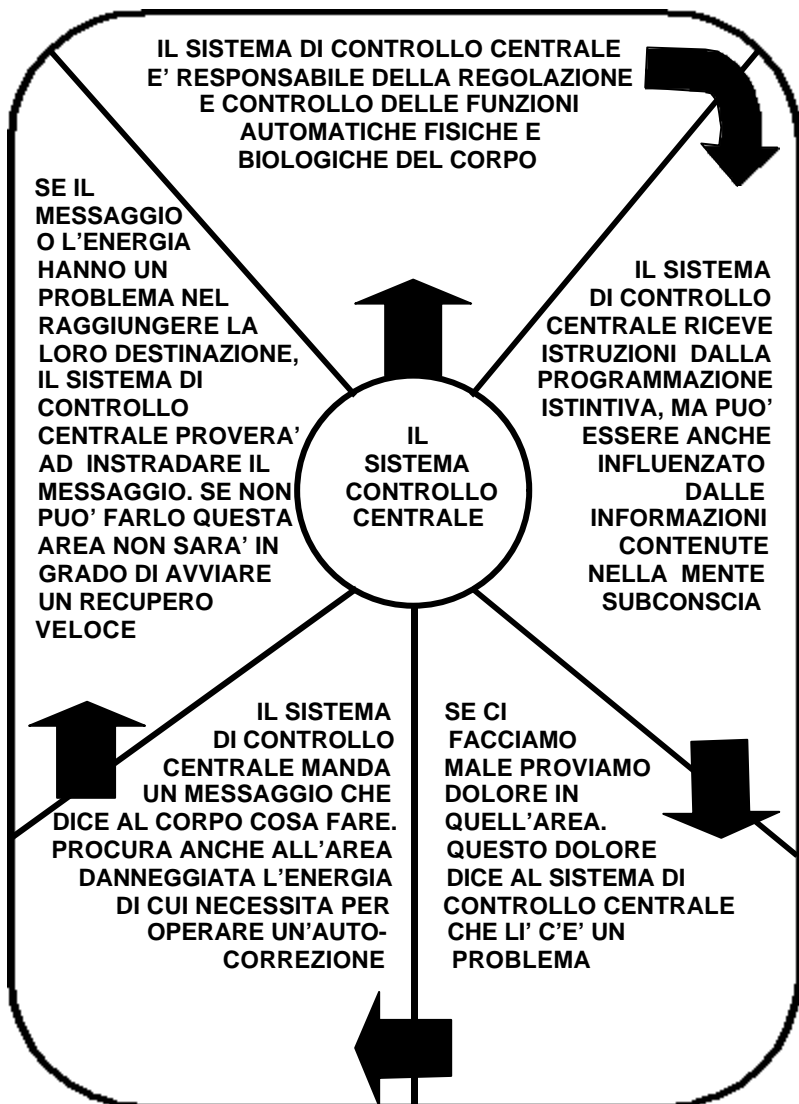
spazzate via da qualcosa di così semplice come il comune raffreddore, introdotto nelle loro comunità da “stranieri”. I risultati sono stati catastrofici perché il loro sistema immunitario non aveva mai dovuto combattere quei virus prima di allora.

Mentre il nostro mondo diventa sempre più piccolo grazie ai progressi nelle comunicazioni, nei trasporti e nella tecnologia, la nostra programmazione istintiva cambia più rapidamente. Siamo più propensi a pensare diversamente perché le nostre culture si stanno aprendo rapidamente ad influenze, credi e concetti provenienti da tutto il mondo. Sotto molti punti di vista questa è una cosa positiva perché avvicina persone che erano una volta limitate dal loro ambiente, modi di pensare e culture.

Esaminiamo la programmazione istintiva in termini semplici (*vedi diagramma “la programmazione istintiva e le nostre caratteristiche ereditarie”, pag. 70*). Ogni persona nel vostro albero genealogico ha contribuito attraverso le generazioni a creare e formare la vostra programmazione istintiva, facendo di voi la persona che siete oggi. La vastità della nostra programmazione istintiva è in grado di sopraffarci e può spiegare molte delle nostre credenze e risposte emotive. La nostra programmazione istintiva è composta da numerose parti, ma le principali che possono influenzarci nella nostra vita quotidiana sono: attributi fisici, stati emozionali, consapevolezza spirituale, schemi di pensiero ereditari, rigidità di pensiero, capacità di adattarsi all’ambiente, capacità di assorbire nuove informazioni, risposte sessuali e istinti di sopravvivenza.

Racchiusi nella programmazione istintiva ci sono i veri e propri “progetti” per la vita e le informazioni tecniche della nostra esistenza. Essa ospita l’informazione evolutiva che un giorno potrà essere innescata e non solo spingerà l’umanità verso un nuovo sentiero evolutivo, ma probabilmente cambierà la vera e propria struttura dell’universo così come lo conosciamo.

*IL SISTEMA DI CONTROLLO  
CENTRALE*



## **IL SISTEMA DI CONTROLLO CENTRALE**

Il sistema di controllo centrale è ritenuto essere una specie di meccanismo di controllo principale responsabile per tutti i processi automatici ed inerenti al corpo. Il sistema di controllo centrale è il collegamento tra il corpo e la mente.

Ci sono nove sistemi conosciuti nel nostro corpo ed ognuno è responsabile per il mantenimento dell'equilibrio e della regolazione di una specifica funzione (questo meccanismo è conosciuto come omeostasi).

Molti medici e terapeuti concordano sul fatto che il corpo sia più di una semplice collezione di sistemi separati che regolano loro stessi. Al contrario, ogni sistema è connesso e costituisce parte integrante di un meccanismo completo e sofisticato.

Il sistema di controllo centrale regola ed integra ogni sistema, istruendolo a lavorare come parte di un tutto, mandando messaggi dal cervello tramite il sistema nervoso centrale. Il sistema di guarigione dell'Em-Power abbinato all'Em-Power Disc può intensificare il nostro controllo e fornirci la capacità di comunicare, ad un livello totalmente unico, con il cervello ed il sistema nervoso centrale. (*Vedi diagramma "Il Sistema di Controllo Centrale", pag.62*).

Impulsi elettrici contenenti messaggi ed istruzioni destinati alle varie parti del corpo viaggiano attraverso quelli che sono comunemente conosciuti come 'meridiani' o canali energetici. Questi canali formano delle vie di comunicazione molto complesse all'interno del nostro corpo. L'antica tecnica dell'agopuntura usa aghi destinati a sciogliere qualsiasi blocco che possa esistere all'interno di queste vie di comunicazione, permettendo così ai messaggi appropriati di raggiungere il loro punto designato. Se esiste un blocco, il sistema di controllo centrale cerca di scioglierlo mandando più energia al blocco, o trovando al segnale di comunicazione un'altra strada attraverso un'area adiacente, by-passando completamente il blocco e permettendo all'energia di arrivare a destinazione.

## **IL SISTEMA DI CONTROLLO CENTRALE ED IL DOLORE**

Il dolore è un indicatore, o un localizzatore, all'interno del corpo che ci dice che qualcosa non va. Esso ha una funzione importante e necessaria. Quando ci facciamo male, proviamo dolore nel punto coinvolto. Il dolore in se stesso agisce come stimolo causando una reazione a catena all'interno del corpo, dicendo al sistema di controllo centrale che c'è un problema in una specifica zona. Il sistema di controllo centrale, a sua volta, manda energia verso il luogo indicato dal dolore.



Quando il dolore è il risultato di un blocco di qualsiasi genere all'interno del corpo, l'energia mandata dal sistema di controllo centrale può non raggiungere il punto in cui ci siamo fatti male o essere quantitativamente insufficiente. Questo rallenta il processo di guarigione e l'effetto è simile all'avere una batteria parzialmente scarica in un gioco elettronico. Se questo accade, allora il corpo perderà la sua energia, si esaurirà letteralmente, trovando difficoltà a guarire. In questa situazione, il sistema di controllo centrale può ritracciare la strada per l'energia intorno al blocco nel tentativo di 'costruire un ponte', permettendo così all'energia di essere deviata. Alla fine, l'energia raggiungerà la sua destinazione, dando modo al corpo di guarire.

In alternativa, il sistema di controllo centrale aumenterà il flusso di energia nel tentativo di 'aprirsi un varco' attraverso il blocco stesso. Questo è il motivo per cui durante un processo di guarigione, quando un blocco viene rimosso, il paziente può spesso sentire un calore molto forte che sembra uscire dalle mani del guaritore. Anche se la temperatura delle mani di quest'ultimo non è cambiata.

Qualche volta il sistema di controllo centrale non è in grado di bypassare il blocco e di conseguenza si sviluppa un problema, come un dolore o un gonfiore. Questo problema esiste perché il processo di guarigione richiede una determinata quantità di energia e se questa viene rallentata o fermata, la stessa cosa capita al processo di guarigione. Per correggere un problema fisico di questo genere, dobbiamo trovare il modo di riconnettere o disperdere questo blocco di energia testardo. Molte persone trovano che l'Em-Power Disc li aiuta in questo senso perché intensifica il flusso di energia verso il blocco.

Usando tecniche di sbloccaggio molto semplici, potete mettere il Disco sull'area e disperdere il blocco. Dando modo alla giusta quantità di energia di raggiungere l'area problematica, si avrà spesso una auto-correzione spontanea. Così, in effetti, sotto questo punto di vista l'Em-Power Disc è un po' come un amplificatore in uno stereo. Ci da la capacità di aggiustare il volume e la qualità del suono che viene dalle casse.

Sarebbe sciocco, comunque, usare l'Em-Power Disc semplicemente per 'mascherare il dolore'. Immaginate che qualcuno si sia rotto una gamba ed abbia poi detto al proprio corpo di rimuovere il dolore, e che questo l'abbia fatto. Se questa persona continua a camminare con la sua gamba rotta, potrebbe causare enormi danni a lungo termine, forse anche irreparabili.

Mi preoccupa molto vedere alcuni guaritori chiedere a persone su una sedia a rotelle, che non sono in grado di camminare, di usare la loro 'fede' per alzarsi dalle loro sedie e fare alcuni passi. Se una persona viene 'eccitata' in uno stato di frenesia emozionale, il suo livello di adrenalina può diventare così alto che in alcuni casi il dolore

può sparire rapidamente, e forse qualcuno potrebbe anche essere in grado di alzarsi e camminare. Se la persona è incoraggiata a fare ciò, quest'azione potrebbe causare ulteriori danni anche a lungo termine, non solo a livello fisico ma anche psicologico, perché la delusione arriverà inevitabilmente quando il livello di adrenalina si abbassa ed il dolore ritorna. Dobbiamo perciò sempre trattare con i sintomi anche la causa del dolore.

Io consiglio vivamente che quando qualcuno prova dolore di qualsiasi tipo dovrebbe sempre farsi vedere da un medico, farsi fare una diagnosi e prescrivere il medicinale appropriato. Se comunque lo scopo di quel medicinale è esclusivamente quello di rimuovere il dolore, potete usare l'Em-Power Disc se lo preferite. D'altra parte, se un medicinale ha una funzione terapeutica ed è parte del processo di guarigione stesso, raccomando di continuare il trattamento prescritto e di usare il Disco in aggiunta, per aumentare la velocità del processo. Dobbiamo usare il buonsenso in cose di questo genere.

E' possibile ordinare al sistema di controllo centrale di ridurre il livello di dolore. Spesso il grado di dolore si abbassa mentre l'energia di guarigione comincia la sua azione di correzione. Sebbene l'Em-Power Disc possa in molti casi aiutare a ridurre il livello di dolore, è più importante usarlo per stimolare un processo che porterà ad identificare e correggere la causa di un determinato problema, per assicurarsi che il dolore non ritorni.

Per esempio, se ho un dente cariato che necessita di un'otturazione, posso usare il Disco per rimuovere o ridurre il livello del mio dolore finché non riesco ad avere un appuntamento dal dentista. In questo specifico caso il Disco è utile come misura temporanea. Se invece ho un problema alla zona lombare, o una spalla bloccata, devo comunicare con il mio sistema di controllo centrale, attraverso l'Higher Self, e dirgli di darmi ciò di cui ho bisogno per rimuovere e correggere i sintomi e la causa di questo problema. Il sistema di controllo centrale farà tutto ciò che è necessario tentare per autocorreggere, riequilibrare e normalizzare qualsiasi problema che possa capitare, e lo farà utilizzando ogni mezzo a sua disposizione. Spesso durante un processo di correzione usando l'Em-Power Terapia, il corpo si muoverà spontaneamente o si automanipolerà per ottenere il risultato voluto.

Il sistema di controllo centrale, unitamente al cervello, controlla e regola quelle che possono essere descritte come risposte pre-programmate, istintive e spontanee a determinate situazioni. Queste risposte possono essere qualsiasi cosa: da uno scatto del ginocchio a causa di uno stimolo nervoso, al rilascio improvviso di segnali di dolore quando ci si brucia, e si ritrae automaticamente la mano di scatto. Ad un livello più sofisticato, il sistema di controllo centrale controlla, regola ed integra tutte le funzioni automatiche e biologiche all'interno dell'organismo.

Il punto d'accesso al sistema di controllo centrale per quel che riguarda l'Em-Power Terapia è localizzato nella nuca, il punto di raccordo tra il cervello ed il corpo fisico. Se un blocco si forma attorno a quest'area, può causare molti problemi in tutto l'organismo inclusi un indebolimento del sistema immunitario, un abbassamento dei livelli d'energia, affaticamento cronico e deperimento muscolare. Quando l'Em-Power Disc viene messo su questo punto d'accesso, ha la possibilità di rimuovere il blocco e può innescare movimenti spontanei come il sollevamento di un braccio.

E' mia convinzione che il cervello sia un organo deputato ad accogliere la nostra consapevolezza, sebbene questa si estenda oltre i confini del corpo fisico. E' il cervello che permette alla nostra consapevolezza di comunicare con il nostro corpo fisico. Quest'ultimo, a sua volta, permette alla coscienza di sperimentare la vita attraverso i cinque sensi. Perciò il cervello è come un centro di controllo per una vasta rete di comunicazione. Ricordi, pensieri e l'intero processo di comunicazione nel corpo, sono il risultato della manipolazione che la nostra consapevolezza fa di ciò che io chiamo 'energie biologiche intelligenti'. Questa energia intelligente immagazzina la nostra consapevolezza e la nostra programmazione fisica all'interno di complesse ed elaborate formazioni energetiche simili ai campi elettromagnetici.

Quando usiamo l'Em-Power Disc per comunicare con il sistema di controllo centrale, la nostra coscienza, insieme a tutti gli aspetti del nostro essere, costruisce spesso risposte biofisiche estremamente sofisticate per attuare qualsiasi compito che abbiamo deciso consapevolmente di preparare per noi stessi.

## **L'HIGHER SELF**

*(Vedi diagramma "L'Higher Self" ,pag 67)*

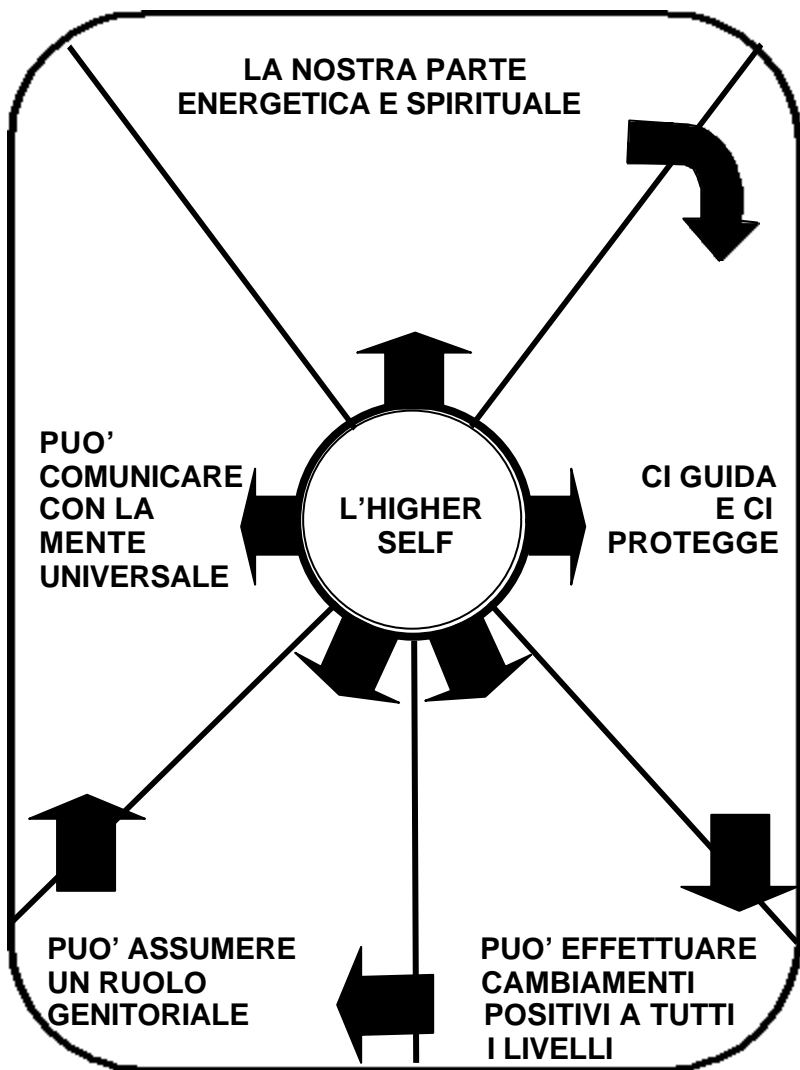
L'aspetto più notevole e sorprendente della consapevolezza umana è chiamato Higher Self, che è un'intelligenza benevola che tutti noi possediamo e rappresenta il potenziale umano. L'Higher Self è il nostro 'sé spirituale'.

Attraverso l'evoluzione e lo sviluppo umano, la nostra razza ha avuto la percezione di essere qualcosa di più che solo un corpo fisico e molte filosofie e religioni credono nel concetto del sé spirituale e dell'anima. I tentativi di ricerca sull'argomento, tuttavia, sono stati molto limitati e relegati alle sfere del paranormale o del mistico. Integrando il sistema di guarigione dell'Em-Power nella vita quotidiana, è possibile per un individuo sviluppare una relazione con il proprio Higher Self. L'intera funzione e scopo dell'Higher Self è di aiutarci a raggiungere i nostri obiettivi e servirci come guida e coscienza attraverso la vita. L'Em-Power terapia può rimuovere completamente tutti i dubbi che potete avere circa l'essere semplicemente un corpo fisico.

Per comunicare con qualsiasi forma di intelligenza, dobbiamo sviluppare capacità basilari di comunicazione ed un rudimentale linguaggio. Qui può essere d'aiuto fare un paragone fra comunicare con l'Higher Self e parlare ad un computer. Un computer risponderà solo se gli facciamo domande nel modo giusto; regole simili si possono applicare alla comunicazione con l'Higher Self.

L'Em-Power Disc dà alla nostra mente cosciente la capacità di comunicare con il nostro Higher Self, dandoci accesso ad un potenziale illimitato. Sopra ed oltre l'Higher Self, esiste la Consapevolezza di Gruppo Umana, il filo che unisce tutta l'umanità. Oltre a questa, esiste la Mente Universale, che è ciò che unisce tutte le cose assieme. L'Higher Self è la sola parte del nostro essere in grado, ed abbastanza sofisticata per farlo, di accedere alla Consapevolezza di Gruppo Umana ed alla Mente Universale. *(Vedi diagramma "Il Modello di Mente Interattiva", pag. 79).*

Quando attiviamo l'Em-Power Disc il nostro scopo è di stabilire una connessione con l'Higher Self. Nella prossima sezione esamineremo questa connessione in dettaglio e risponderemo ad alcune delle domande poste più comunemente.

*L'HIGHER SELF*

*"L'HIGHER SELF E' UN'INTELLIGENZA BENEVOLE CHE TUTTI POSSEDIAMO"*

## **CHE COSA E' LA COMUNICAZIONE CON L'HIGHER SELF?**

Consiste nella capacità di comunicare con il nostro sé 'spirituale' o 'energetico'. Stabilendo questa connessione possiamo accedere ad un intelletto che va oltre la nostra esperienza, la nostra comprensione cosciente e l'attuale conoscenza. La funzione primaria dell'Higher Self è di aiutarci ad evolvere, ma può riuscire a farlo soltanto se noi siamo consapevoli della sua esistenza e pronti e capaci di ascoltarlo.

Noi crediamo che una piena connessione con l'Higher Self può essere il prossimo passo nell'evoluzione umana. Come affermato precedentemente, l'Higher Self è in un certo senso come un adulto responsabile o un genitore, mentre la mente cosciente è come un adolescente e la mente subconscia è paragonabile ad un bambino. Esse sono abbastanza separate tra loro, ma non di meno inesplicabilmente unite su un piano di interdipendenza. E' importante riconoscere ogni parte per capire appieno come si inserisca con le altre nello schema più grande.

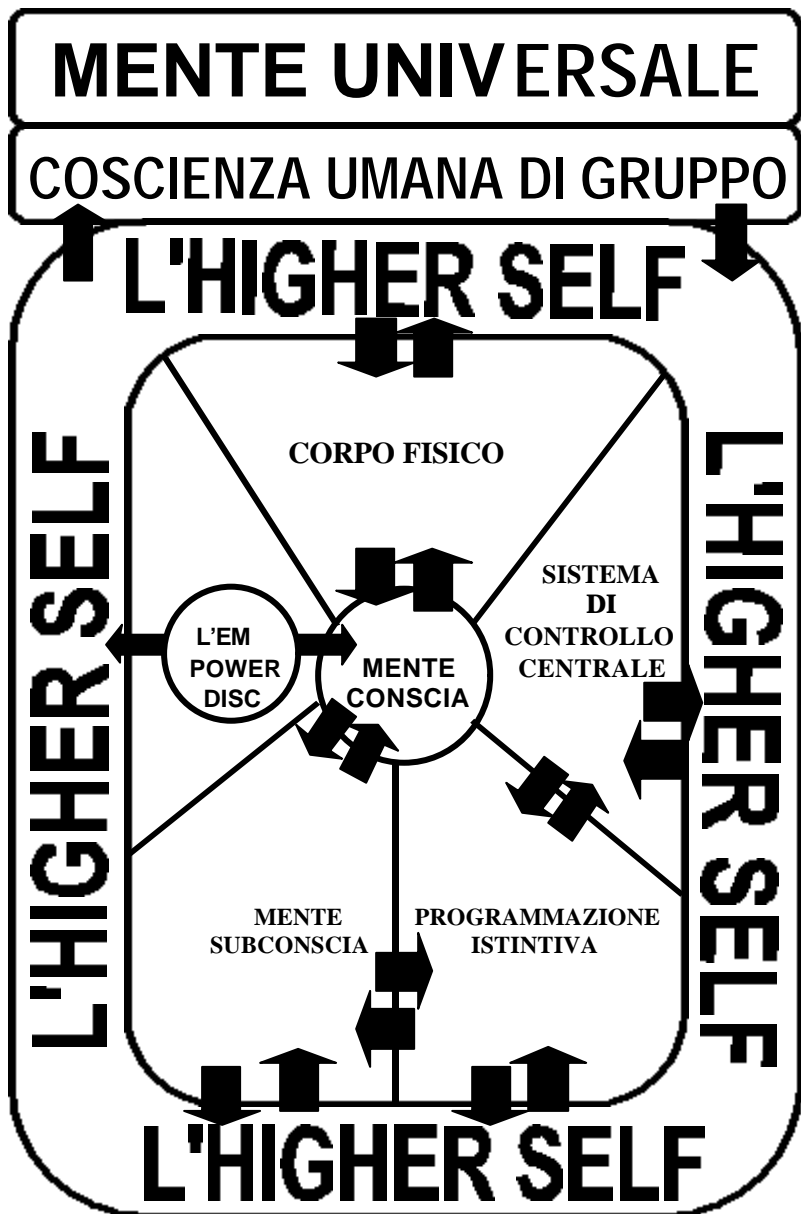
Lo scopo ultimo di qualsiasi intelligenza è raggiungere il suo vero potenziale. Perciò, come individui, il nostro obiettivo dovrebbe essere quello di permettere a questi tre aspetti di noi stessi di 'fondersi' insieme per il nostro bene più grande.

Il sistema di guarigione dell'Em-Power è strutturato in modo da rendere possibile alla nostra mente cosciente di connettersi e comunicare con le varie parti che costituiscono il Modello di Mente Interattiva, usando l'Higher Self come un intermediario.

Tramite l'ipnosi, per esempio, riusciamo a stabilire una comunicazione connettendo il conscio al subconscio. Quando eseguiamo un qualsiasi genere di terapia fisica, cerchiamo in un certo senso di connettere la nostra mente conscia con la nostra parte fisica attraverso il contatto e, sebbene questa sia una forma di comunicazione molto semplice e basilare, può non di meno essere estremamente terapeutica.

Ci sono diverse ragioni per cui un individuo può avere difficoltà a connettersi con una delle parti del Modello di Mente Interattiva. Ci può essere un blocco nella comunicazione, che può avere molte e svariate cause, come la mancanza di energia dovuta ad un blocco fisico o emozionale. Oppure ci può essere un'incompatibilità nel modo in cui una parte "parla" con l'altra. Questo è in un certo qual senso simile al prendere due computer che usano programmi e software completamente differenti, e chiedergli di comunicare l'uno con l'altro. A causa della loro incompatibilità, un computer sarebbe incapace di riconoscere quello che l'altro sta dicendo.

La funzione dell'Em-Power Disc è quella di agire come un Traduttore Universale, permettendo ad un sistema di comunicare ed

*IL MODELLO DI MENTE INTERATTIVA*

interagire con l'altro. La sua funzione primaria è quella di connettere la mente conscia con l'Higher Self, che a sua volta potrà comunicare con qualsiasi altro sistema necessario per eseguire il compito che gli abbiamo dato. La sua funzione secondaria è quella di facilitare la connessione tra la mente cosciente ed il subconscio, senza dover distrarre la mente conscia o metterla in uno stato ipnotico o di rilassamento. (vedi diagramma "Il Traduttore Universale", pag.84).

## **COME POSSIAMO PARLARE CON L'HIGHER SELF ?**

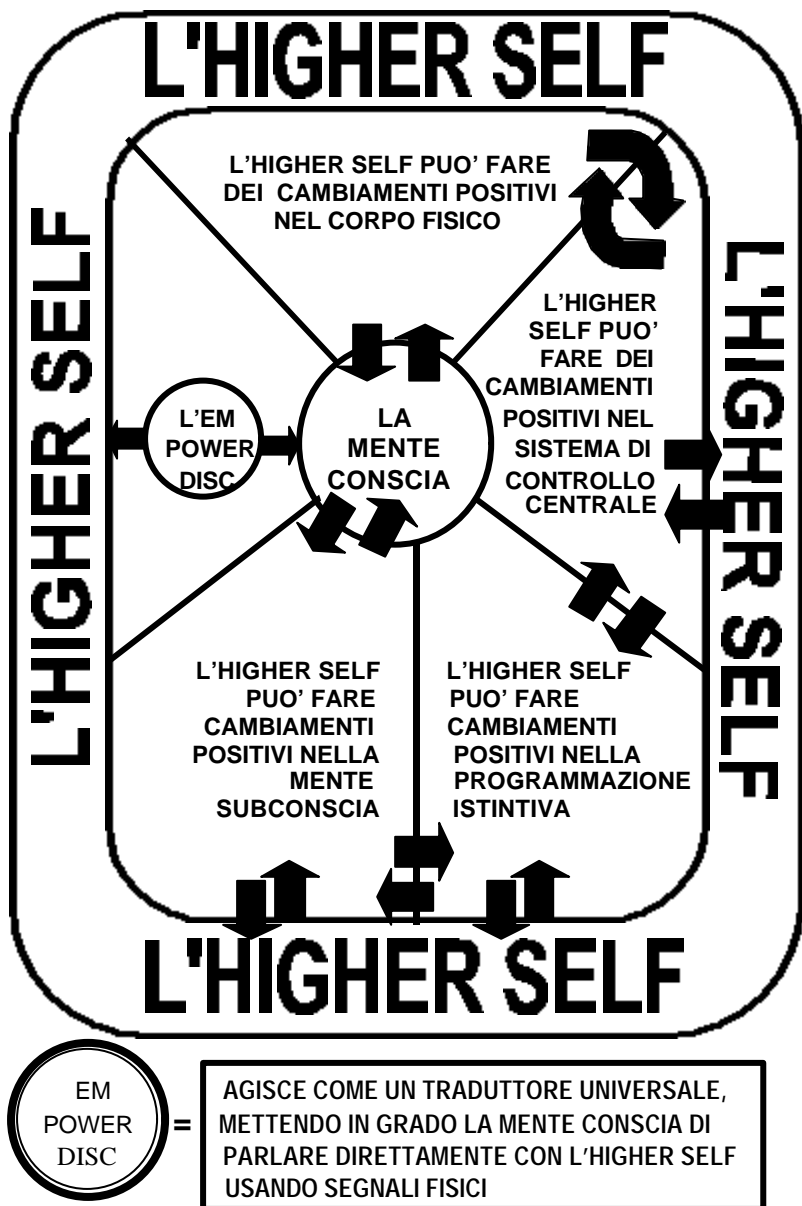
Il sistema di guarigione dell'Em-Power, insieme all'Em-Power Disc, mette in grado la vostra mente cosciente di comunicare con il vostro Higher Self. Usando uno speciale sistema e delle istruzioni accuratamente formulate, possiamo stabilire questa connessione piuttosto facilmente. Nell'Em-Power terapia si usa il corpo fisico per ricevere messaggi dall'Higher Self. Semplicemente, chiediamo all'Higher Self di dare un movimento fisico del corpo che rappresenti la parola 'sì'. Può essere qualsiasi cosa, dal sollevarsi di una o ambedue le braccia al dondolarsi avanti e indietro. Dopo avere stabilito questo segnale per il 'sì', facciamo lo stesso per il 'no' e riceveremo un movimento fisico (segnale fisico) completamente differente. Dopo aver stabilito i nostri segnali fisici per il 'sì' e per il 'no' è possibile porre al nostro Higher Self quasi tutte le domande che richiedono un sì o un no come risposta. Si possono stabilire per qualsiasi parola che vogliamo, come ad esempio amore, verità, bene, male, positivo, negativo eccetera. In questo modo possiamo sviluppare il nostro proprio ed unico metodo di comunicazione attraverso il linguaggio del corpo.

Nell'ipnoterapia si tenta di stabilire una connessione con la mente subconscia, rilassando e distraendo con l'ipnosi la mente conscia. Anche usando questo processo è possibile ricevere segnali fisici 'sì' o 'no' che rappresentano una comunicazione da parte della mente subconscia. Questa è chiamata una 'risposta ideomotoria'. Il problema di comunicare con la mente subconscia, a differenza della comunicazione con l'Higher Self, è che, come abbiamo detto, la mente subconscia è come un bambino di sei anni che non può distinguere tra eventi reali ed immaginari. Il subconscio è pieno delle nostre paure ed ansietà.

Un altro vantaggio di comunicare con l'Higher Self, invece di parlare direttamente con la mente subconscia (come nell'ipnosi), è che l'Higher Self può agire come tampone e meccanismo di selezione per le informazioni immagazzinate nel subconscio. L'Higher Self è in grado di analizzare tutte le informazioni, che sono registrate come su un nastro



*IL TRADUTTORE UNIVERSALE*



video o audio, filtrando ed eliminando ciò che non è rilevante. E' in grado di distinguere un'esperienza 'reale' da qualcosa che abbiamo letto, immaginato o forse visto alla TV o al cinema, mentre il subconscio non lo può fare. Anche gli ipnoterapisti stanno ora scoprendo che la connessione con l'Higher Self è più potente della semplice comunicazione con la mente subconscia.

## **COME COMUNICARE CON L'HIGHER SELF ED EFFETTUARE CAMBIAMENTI POSITIVI**

Quando vogliamo effettuare dei cambiamenti nella nostra percezione (come il modo in cui ci sentiamo o ci siamo sentiti a proposito di una certa situazione o evento del passato), possiamo chiedere all'Higher Self di scandagliare la nostra memoria e cambiare o modificare qualunque componente negativa emozionale non voluta. Può essere fatto in diversi modi. Per esempio, se voleste rimuovere una fobia, che era stata causata da un evento nel vostro passato, potreste chiedere al vostro Higher Self di cambiare la componente negativa di quell'evento, con la conseguente rimozione di quella fobia. Oppure, potreste chiedere al vostro Higher Self di scandagliare la vostra intera memoria, esaminarne ogni aspetto e selezionare ogni componente emozionale negativa e non necessaria, come ad esempio gli stimoli che causano rabbia. In questo caso particolare l'Higher Self troverà ogni stimolo, che può essere qualsiasi cosa come una persona o un oggetto, e ne cambierà l'aspetto negativo emozionale. Questa esperienza può essere estremamente potente ed edificante. In un certo senso, stiamo rimuovendo un 'bagaglio' che ci siamo portati dietro per anni.

Mentre l'Higher Self sta effettuando cambiamenti a livello fisico, molte persone sperimentano movimenti di energia attraverso ed intorno il loro corpo. Quando l'Higher Self ha effettuato i cambiamenti in qualsiasi sistema, metterà alla prova la riuscita dell'operazione. Per esempio, magari avevamo paura dei serpenti e avevamo chiesto all'Higher Self di lavorare su questo. Potrebbe allora decidere di creare un sogno contenente dei serpenti per mettere alla prova la nostra risposta emozionale ed essere sicuro che non ci sentiamo più angosciati.

L'Higher Self agirà solo nel nostro migliore interesse, per il nostro più alto bene. Si farà coinvolgere nel nostro processo di guarigione soltanto se gli diamo specifiche istruzioni di farlo. E' felice di guardarci ed osservarci nella nostra vita quotidiana, prendendo per così dire un atteggiamento da spettatore dell'ultima fila. Interferirà con i nostri processi di pensiero consci e subconsci solo se glielo chiediamo o se andiamo a metterci in una situazione potenzialmente mortale.

Ci sono certi momenti nella nostra vita di tutti i giorni in cui diventiamo sbadati. Come quando guidiamo o scendiamo dalla macchina. E' facile essere maldestri o sbadati, non badare a dove andiamo o dimenticare di controllare lo specchietto retrovisore. Improvvisamente, qualcosa vi impedirà di aprire la porta della macchina o di spostarvi nella corsia di sorpasso o di attraversare la strada. Se l'aveste fatto, non avreste visto arrivare l'altra macchina se non troppo tardi. In situazioni come questa, l'Higher Self, agendo

come un genitore o un guardiano, si farà spesso avanti per salvarvi la vita.

Come ogni buon genitore l'Higher Self, se glielo chiediamo, può consigliarci su un determinato corso di azione. Se non ne teniamo conto, non s'imporrà in nessun modo. Al contrario, ci permetterà di fare i nostri errori e di imparare a modo nostro. Comunque, a lungo andare, la maggior parte delle persone che comunicano regolarmente con il loro Higher Self arriverà a fidarsi o ad avere fiducia nella propria connessione e prima o poi farà proprio il suo consiglio e la sua guida. L'Higher Self ha pazienza e comprensione illimitate e dimostra sempre una grande compassione ed amore. Molte persone sentono che il vero amore sia 'mancato' o che li abbia evitati durante la loro vita. L'amore che l'Higher Self dà può riempire completamente questo vuoto.

## **LE LEGGI DELLA COMUNICAZIONE CON L'HIGHER SELF**

Per comunicare con l'Higher Self ed effettuare cambiamenti in ogni altro sistema all'interno del Modello di Mente Interattiva, si applicano determinate regole. Se vogliamo fare dei cambiamenti positivi a qualsiasi livello, dobbiamo prima imparare a parlare con il nostro Higher Self nel modo giusto.

Per stimolare la risposta che desideriamo nel corpo o nella mente, dobbiamo dare al nostro Higher Self un'istruzione sotto forma di affermazione. Nell'Em-Power Terapia, chiamiamo queste affermazioni 'sequenze di comando'. Ogni sequenza di comando deve contenere le seguenti tre componenti: proposito, direzione e scala temporale. Se una qualsiasi di queste tre componenti manca da una sequenza di comando che diamo, il nostro Higher Self non sarà in grado di rispondere correttamente.

Dal momento che questi tre elementi sono la base dell'intero processo di comunicazione nell'Em-Power Terapia, è importante chiarire con precisione ciò che intendiamo per proposito, direzione e scala temporale. (vedi diagramma *Le leggi della Comunicazione*, pag. 86).

### **LA FORMULA DEL PROPOSITO = evolvere la consapevolezza nel tempo.**

Il proposito è il risultato o l'effetto che s'intende o desidera. Per esempio, possiamo volere che il nostro Higher Self corregga un problema fisico, come una spalla bloccata. L'aspetto del proposito in questo esempio è 'correggere'. Il proposito può essere uno qualsiasi dei seguenti: *correggere, riequilibrare, normalizzare, ottimizzare, rimuovere qualcosa di negativo, effettuare una connessione con, accettare, ritrovare, analizzare informazioni, ecc.*

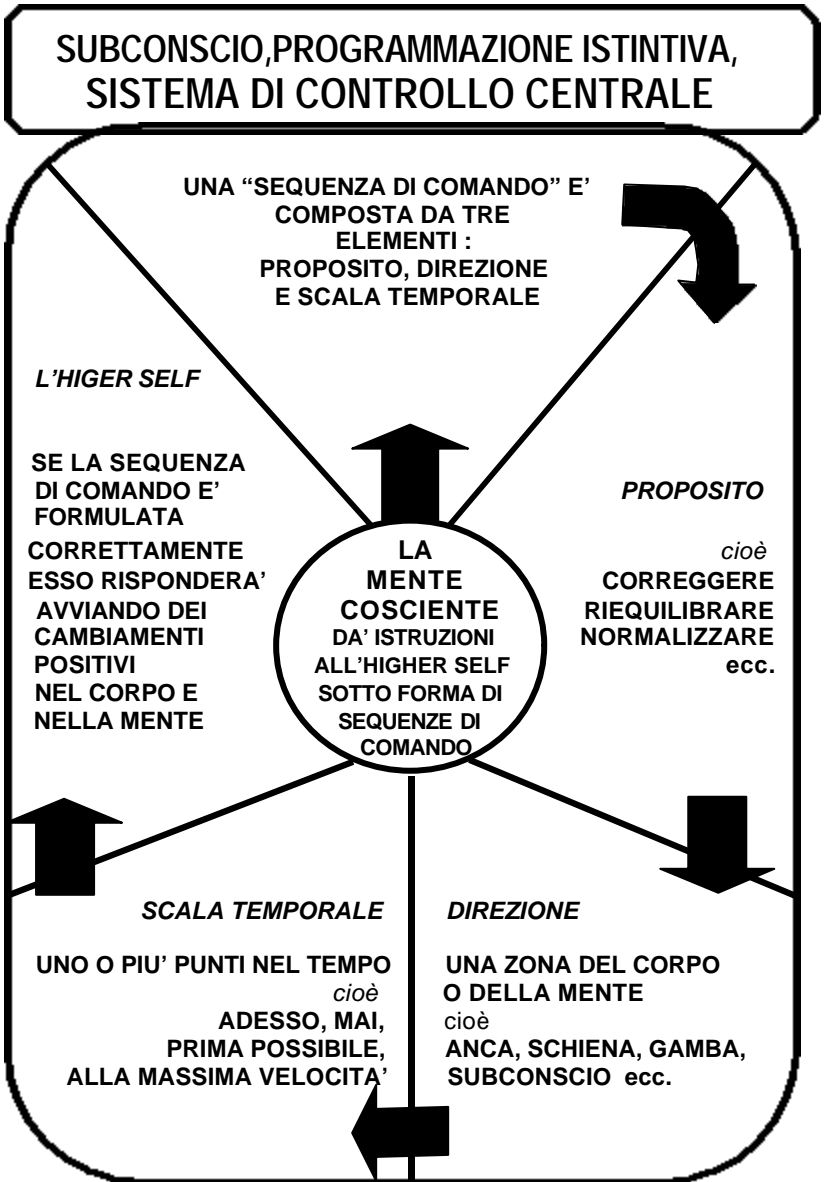
### **LA FORMULA DELLA DIREZIONE = il luogo dell'azione desiderata.**

La direzione è il luogo fisico o mentale dove una specifica risposta è desiderata. Esempi sono: *la tua spalla, il tuo ginocchio, un braccio, il subconscio, ecc.*

### **LA FORMULA DELLA SCALA TEMPORALE = un punto/i di azione nel tempo.**

La scala temporale è il riferimento temporale nel quale voi volete che avvenga una determinata azione. Riferimenti temporali possono essere *'non appena possibile', 'ora',* uno specifico punto nel futuro, un

LE LEGGI DELLA COMUNICAZIONE



punto costante come *'per tutto il tempo'*, o anche un tempo negativo come *'mai'*, (es. *"non voglio provare mai più un dolore così intenso"*). Quando comincerete ad usare l'Em-Power Healing System capirete perché è così importante che venga usata la terminologia corretta quando si comunica con l'Higher Self.

Molte persone che usano l'Em-Power Disc per la prima volta, hanno commentato che si sentono spinte a dire *'grazie'* per mostrare la loro gratitudine, dopo ogni sequenza di comando che danno. Sfortunatamente, dire *'grazie'* è considerato dall'Higher Self come una presa d'atto che il compito o l'azione è stata completata, ed in molti casi disattiverà effettivamente la sequenza di comando che era stata appena data. Questo esempio illustra che l'Em-Power Terapia lavora in un modo molto preciso.

Ho osservato che alcune persone hanno un'idea errata della funzione dell'Higher Self. Pensano che l'Higher Self sia in effetti una parte della loro mente subconscia e che se credono o desiderano che qualcosa succeda, allora accadrà, senza tener conto di ciò che dicono. In altre parole, sono convinti che il fatto di avere semplicemente un intento, sia sufficiente ad effettuare i cambiamenti che desiderano. Tuttavia, solo la mente subconscia è in grado di rispondere all'intento in questo modo.

Il nostro Higher Self non risponderà al solo intento, ma avrà bisogno di istruzioni fraseggiate perfettamente, usando la formula del proposito, direzione e scala temporale. E' soltanto usando questa formula che possiamo comunicare correttamente con l'Higher Self usando il Disco. Se voi voleste tentare di stabilire una connessione per comunicare ed interagire con il vostro Higher Self, allora dovrete passare molti anni imparando varie tecniche avanzate, meditative e spirituali. Invece, questa connessione è praticamente istantanea quando si usa l'Em-Power Disc.

## **IL POTERE DELLE PAROLE PER CAMBIARE LA VOSTRA VITA**

Se vi chiedo di pensare alla parola 'paradiso', che cosa vi viene immediatamente in mente? Per qualcuno, potrebbe essere un'isola tropicale con palme, una brezza gentile e del buon tempo per rilassarsi e sentire la potenza della natura. Per qualcun altro potrebbe essere semplicemente stare seduti davanti ad un camino in un giorno freddo d'inverno, con un buon libro ed una tazza di tè; o magari potrebbe semplicemente essere l'aver abbastanza cibo per sopravvivere fino all'indomani. Per ognuno di noi, la parola 'paradiso' stimola la nostra immaginazione ed un misto di aspettative visuali ed emozionali, che sono totalmente uniche a seconda delle nostre esperienze passate. A seconda della parola e di chi la dice, questa può muovere una montagna o distruggere una civiltà.

L'Higher Self può accedere alla vostra mente subconscia e alla programmazione istintiva e fornirvi sensazioni, emozioni e risposte fisiche con cui potete mettervi in relazione ed assimilarle facilmente. Ad esempio, potreste chiedere di sentirvi 'meravigliosamente bene', a condizione che la sequenza di comando sia data in modo corretto, usando l'equazione: "Proposito, Direzione e Scala Temporale (*ES. "Fammi sentire meravigliosamente bene adesso"*). Il vostro Higher Self prenderà questo comando, accederà alle vostre memorie subconscie e troverà un preciso punto nella vostra esperienza che costituisce una 'bellissima' sensazione. Il vostro Higher Self accederà allora alla memoria associata a quella sensazione e la farà affiorare nella mente cosciente e nel corpo fisico, affinché voi possiate percepirla attraverso i sensi.

Se chiedete una sensazione o un'emozione mai provata prima, il vostro Higher Self non avrà altra scelta che provare ed accedere alla programmazione istintiva, nel tentativo di trovare quella sensazione. Il vostro Higher Self potrebbe dover ricorrere, per trovare quella sensazione, ad un livello primordiale. Ricorrere a questo processo in modo controllato usando l'Em-Power Terapia, è molto positivo e potente. Comunque, come per qualsiasi cosa, per rendersi conto dei benefici potenziali, occorre sperimentarlo di persona.

## **GUARIRE IL FUTURO**

Tutte le cose nella nostra esistenza sembrano essere costruite in uno schema di flusso o di concatenazione. Se lasciate cadere una pietra in un contenitore pieno di acqua immobile, le onde generate si allargano fino a raggiungere il bordo. L'azione ed il potere della pietra



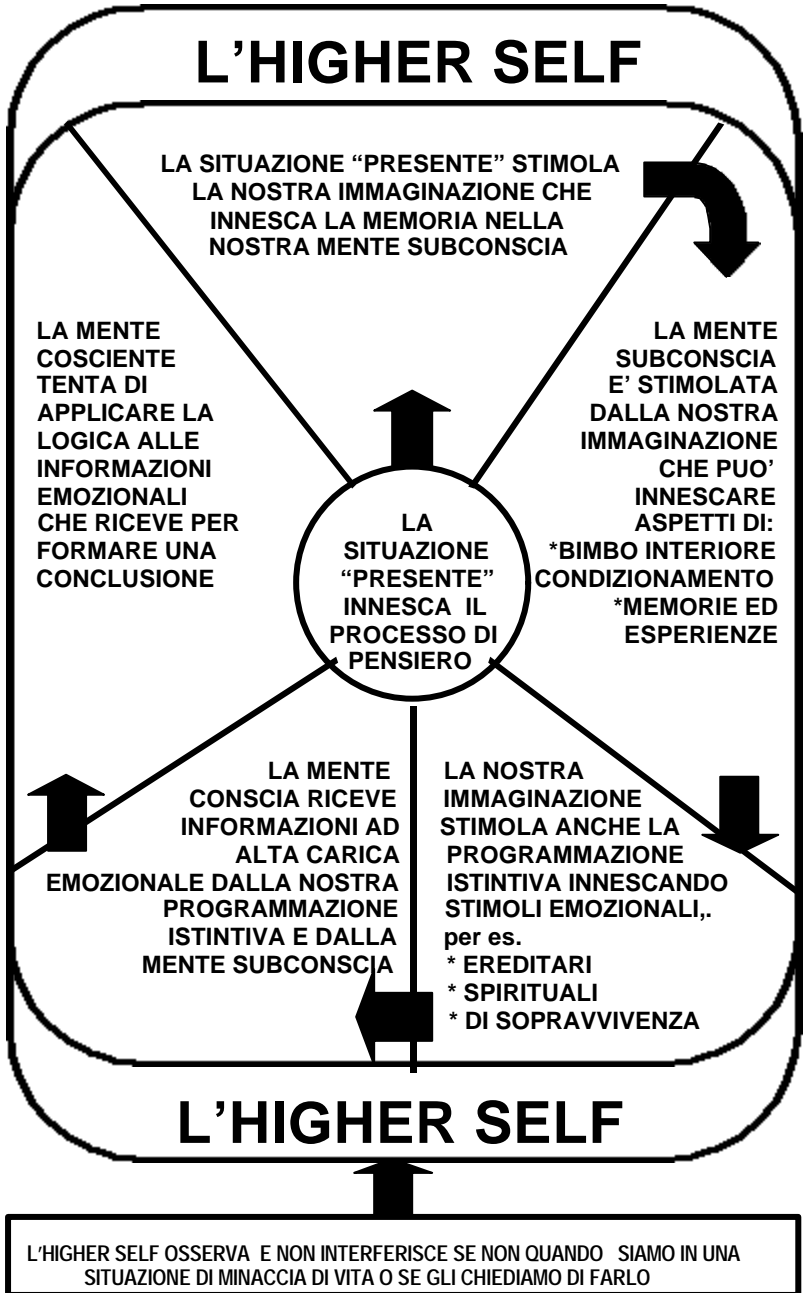
che colpisce l'acqua, causano una reazione a catena che si propaga attraverso lo spazio ed il tempo. Infatti, riflettendoci, se si definisce come 'adesso' il punto in cui la pietra colpisce l'acqua, allora tutte le onde che si formano, sono il 'futuro'. Per quello che ci riguarda, tutto quello che facciamo, diciamo e sentiamo, si diffonderà attraverso il tempo e lo spazio nel nostro futuro. Tutto ciò che vediamo, sentiamo, proviamo e conserviamo nel nostro subconscio, influenza il modo in cui affrontiamo ogni evento e situazione che capita dopo quel punto. Questa sembra essere una regola della natura, una regola del tempo.

Possiamo usare questo fenomeno a nostro vantaggio: assimilando situazioni ed informazioni positive 'adesso', si diffonderanno ed avranno effetti positivi nel futuro. Al contrario, se dovessimo assimilare informazioni negative, brutte situazioni ed eventi ( reali o immaginari ), si espanderebbero nel futuro, creando problemi.

Poiché 'l'adesso' è già nel passato, non possiamo cambiarlo; ma quello che deve ancora succedere dipende da noi. E' veramente abbastanza semplice: mettetevi in uno stato d'animo rilassato, leggendo un libro davanti al camino, usando l'Em-Power Disc, facendo degli esercizi o ascoltando della musica. Fissate quest'immagine e la relativa sensazione molto chiaramente nella vostra mente, dopodiché proiettatela nel futuro. Non importa quanto questo possa sembrare sciocco, causerà un effetto d'onda nel tempo che perpetuerà la vostra capacità di rilassarvi e la renderà più forte e più potente ora dopo ora, giorno dopo giorno. Più definiamo esattamente quello che vogliamo, più facilmente il nostro Higher Self può creare situazioni ed eventi che ci condurranno a raggiungere i nostri scopi.

Per quel che mi riguarda, ho deciso già da tempo che, poiché sto vivendo 'adesso' il risultato delle mie azioni passate, avrei cambiato il mio modo di pensare, cosicché i frutti della guarigione del futuro, ad un certo punto arriveranno. Letteralmente, raccoglierete tutto ciò che seminate. Seminare adesso i semi buoni, le sensazioni positive, la buona salute e la felicità, per raccogliere la ricompensa nel futuro. Se quello che volete è la buona salute, allora cominciate adesso e cambiate. Cambiate quello che mangiate, cambiate il tipo di informazione che assimilate - leggete buoni libri, guardate film e programmi televisivi che stimolano l'introspezione e smettete di portare avanti pensieri negativi, paure ed ansie. Evitate di assimilare informazioni che hanno qualsiasi tipo di effetto negativo sul vostro corpo, mente e spirito e potrete creare un nuovo futuro per voi stessi, basato sulla vostra personale idea di paradiso.

IL PROCESSO DI PENSIERO



## IL PROCESSO DI PENSIERO

La psicologia corrente considera il processo di pensiero come qualcosa che avviene puramente nelle menti subconscia e conscia. L'Em-Power Terapia, con il suo Modello di Mente Interattiva, estende questa teoria e prende in considerazione altri aspetti del sé, come la programmazione istintiva, il sistema di controllo centrale e l'Higher Self. Il diagramma (*"IL Processo di Pensiero"*, pag. 90) illustra la nostra attuale conoscenza del processo di pensiero, usando il Modello di Mente Interattiva.

Ogni situazione fa da stimolo per un processo di pensiero. Con ogni pensiero, usiamo la nostra immaginazione, che stimola alcuni dei componenti all'interno del Modello di Mente Interattiva ( es. mente conscia, mente subconscia, programmazione istintiva, sistema di controllo centrale ed Higher Self ). Le nostre memorie ed esperienze influenzano il modo in cui reagiamo ad ogni data situazione e queste esperienze sono registrate nella mente subconscia. Perciò, aspetti del subconscio ( come il ciclo del bambino interiore ) e nostri condizionamenti, possono avere un'influenza su ogni processo di pensiero. Il bambino interiore prende in considerazione gli eventuali benefici e le possibilità di ogni situazione e ne trae una conclusione emozionale. In modo simile, i nostri condizionamenti ( il modo in cui l'ambiente e la nostra educazione ci formano e modellano ) influenzano notevolmente il nostro processo di pensiero, generando una serie di conclusioni emozionali. Ne consegue che la somma delle conclusioni emozionali della mente subconscia, forma parte di ogni processo di pensiero.

Le stesse regole si applicano alla nostra programmazione istintiva. Tutte le nostre caratteristiche ereditarie hanno un'influenza sui nostri pensieri e, di nuovo, le conclusioni sono emozionali ma possono stimolare reazioni fisiche. Ad esempio, immaginiamo che qualcuno vi chieda se avete fame. La domanda stessa stimola l'immaginazione, suggerendo risposte dalla vostra programmazione istintiva, e voi potreste rispondere fisicamente o emozionalmente. Potreste cominciare a salivare leggermente o sentire crampi di fame allo stomaco, mentre la vostra memoria vi fornisce ampie informazioni ricordandovi i vostri cibi preferiti.

L'Higher Self osserva ogni processo di pensiero, ma non proverà ad influenzare od interferire, a meno che il processo stesso causi una situazione di minaccia per la vostra vita, o gli si chieda in effetti di intervenire. Con l'Em-Power Disc, è possibile chiedere all'Higher Self sia di intervenire ed influenzare il processo di pensiero, che di aiutarci a chiarire ed interpretare realisticamente ogni data situazione.

In certe circostanze, le esperienze contenute nel subconscio e le informazioni nella programmazione istintiva, potrebbero suggerire risposte emozionali non appropriate. Queste non sono benefiche per la persona, ed in alcuni casi l'Higher Self ha la capacità di fare dei riaggiustamenti per aiutare la persona giorno dopo giorno.

Se l'Higher Self fosse incluso nel processo di pensiero su base costante, agirebbe come un meccanismo 'filtrante' per l'informazione contenuta nella mente subconscia e nella programmazione istintiva. Questo ci permetterebbe di reagire alle situazioni più in fretta ed in modo più appropriato ed equilibrato. La nostra consapevolezza, in effetti, 'crescerebbe', perché non sarebbe più limitata dalle nostre paure o dalla nostra immaginazione negativa.

Così, ciò che succede in un processo di pensiero normale è che tutte le varie risposte (dal nostro subconscio e dalla programmazione istintiva) vengono raccolte. La mente conscia tenta di applicare la logica, facendo comparazioni usando le informazioni contenute nella memoria. Cosa interessante, quando proviamo a trarre una conclusione, la mente conscia tenterà spesso di usare la logica per trovare una spiegazione razionale e giustificare delle sensazioni illogiche e qualche volta irrazionali o emozionali.

Proviamo ora a prendere in considerazione un tipico disaccordo all'interno di una relazione stretta (con un partner o un genitore, per esempio). Prima di tutto i punti di vista sono differenti: il vostro punto di vista si basa sulle vostre valutazioni personali e la stessa cosa vale per l'altra persona. Non ha importanza chi ha ragione o chi ha torto: se il disaccordo si trasforma in un litigio, il nostro processo di pensiero normale spesso viene ad essere danneggiato a causa dell'aumento dell'emozione. Tali emozioni possono facilmente annerbiare e distorcere le nostre conclusioni. Perciò se noi chiediamo all'Higher Self di intervenire possiamo evitare qualsiasi malinteso e migliorare le nostre relazioni.

Per quanto possa sembrare incredibile, il processo di pensiero è un processo di conversione energetico, da pensiero ad azione. Ogni situazione è stimolo ed innesco per la messa in moto del flusso di energia. I pensieri stimolano e generano energia nel nostro corpo e nella nostra mente per la sopravvivenza e la vita. E' decisamente vero affermare che fin tanto che questo processo di pensiero esiste, allora esistono anche possibilità di guarigione per aree danneggiate nel corpo e nella mente. La nostra emozione dà direzione a questa energia e, in base all'emozione stessa, l'energia può cambiare lievemente o drasticamente.

Immaginate un lavandino in cui scorra acqua calda e fredda. Pensate all'acqua fredda, in quest'esempio, come energia negativa, e

quella calda come energia positiva. A seconda delle proporzioni di acqua calda e fredda, la temperatura risultante dell'acqua raccolta nel lavandino potrà essere qualsiasi cosa tra caldo e freddo. Più acqua calda viene aggiunta a quella fredda, più diventa positivo, e più acqua fredda viene messa in quella calda, più diventa negativo. Ma se noi mettiamo dell'acqua calda e fredda nel lavandino in eguale misura e allo stesso tempo, la temperatura dell'acqua nel lavandino rimarrà costante. Se, però, riempiamo il lavandino a metà prima con acqua fredda ed aggiungiamo poi la stessa quantità di acqua calda, l'acqua tiepida che otterremo avrà una determinata temperatura. Ma se dovessimo invertire quest'esperimento e riempire il lavandino a metà prima con l'acqua calda, poi con la stessa quantità di fredda, la temperatura che otterremo (sebbene stiamo usando le stesse quantità di prima), sarà leggermente più bassa perché l'acqua calda ha avuto il tempo di raffreddarsi di un paio di gradi.

La stessa cosa accade ai nostri pensieri. Se abbiamo un pensiero negativo prima, seguito immediatamente da uno positivo, la risultante energia sarà più positiva. Se abbiamo un pensiero positivo prima, seguito da uno negativo, quest'ultimo toglierà un po' di potere al primo riducendo l'aspetto positivo generale dell'energia.

Quante volte avete sentito la domanda " Che cosa volete prima, le buone o le cattive notizie?". La maggior parte delle persone, di fronte a questa domanda preferisce avere prima quelle cattive. Questo, probabilmente, non è uno sforzo cosciente per tentare di neutralizzare gli aspetti negativi dell'informazione che stanno per ricevere. Può essere semplicemente un 'sapere' subconscio o istintivo, che se mettiamo un positivo dopo un negativo, avrà l'effetto di ridurre o neutralizzare il negativo.

Il processo di pensiero che abbiamo di momento in momento provvede energia al corpo ed alla mente. Più negativo è il processo di pensiero, meno energia è generalmente disponibile. Di conseguenza, è più difficile per una persona pessimista, o una che pensa negativamente, guarire da un trauma o da una malattia a livello fisico o emozionale. Così, se aumentiamo la quantità di pensiero positivo, possiamo migliorare ed aumentare il flusso di energia intorno al corpo ed alla mente.

Parlando in generale, più sono positivi i pensieri abituali, maggiore è la quantità di energia che ci è disponibile. Poiché pensare positivamente per tutto il tempo è impossibile per la maggior parte delle persone, abbiamo bisogno idealmente di un sistema di gestione che provveda automaticamente un pensiero positivo dopo ogni pensiero negativo che abbiamo. L'idea è quella di neutralizzare gli effetti dell'energia negativa e di migliorare il flusso di energia intorno al corpo ed alla mente.

Se abbiamo la stessa quantità di pensieri negativi e positivi, le riserve di energia all'interno del nostro essere sono destinate a diminuire. Contemporaneamente all'aumento della capacità dell'Em-Power Disc di aiutare una persona ad effettuare cambiamenti positivi, l'efficienza del sistema immunitario nel combattere le malattie migliorerà, ed il tempo di ripresa da un trauma sarà ridotto. Così abbiamo bisogno di un processo mentale semplice che possa essere usato per neutralizzare rapidamente i pensieri negativi, introducendo pensieri positivi più potenti. 'Il Sistema di Gestione del Pensiero' farà esattamente questo.

L'energia spirituale, però, non può essere negativa e può essere usata per rafforzare ed aumentare l'energia creata dalle emozioni positive. Possiamo stimolare ed innalzare il livello di energia spirituale in modo molto semplice, aumentando la nostra dieta di concetti spirituali positivi, attraverso discussioni ed idee. Sia che crediamo nel concetto di Dio o meno, semplicemente discutendone, costruiamo ed aumentiamo la consapevolezza della nostra parte spirituale, creando in questo modo una maggior quantità di energia spirituale e migliorando la nostra connessione con l'Higher Self.

## **IL SISTEMA DI GESTIONE DEL PENSIERO**

La prima cosa che dobbiamo fare, è usare l'Em-Power Disc e la connessione con il nostro Higher Self per creare una gestione del pensiero. Questo ha lo scopo di regolare la quantità di pensieri negativi che abbiamo, e sarà usato per sviluppare un sistema di conversione di energia che cambierà spontaneamente i pensieri e l'energia negativi in positivi. Questo fornirà al corpo e alla mente tutta l'energia di cui ha bisogno per operare con successo, e la capacità di effettuare ogni cambiamento necessario, quando glielo chiediamo.

La base fondamentale per un sistema di gestione deve tener conto delle regole che vigono all'interno della mente subconscia, del sistema

di controllo centrale, della programmazione istintiva e dell'Higher Self. Della massima importanza è il fatto che il simile attrae il simile e pensieri simili si attraggono l'un l'altro. Il processo di pensiero positivo attrarrà più pensieri positivi e viceversa.

## **STIMOLI PER IMMAGINI POSITIVE**

Ci sono persone che vedono la loro vita come totalmente negativa sotto ogni aspetto, e credono che non ci sia nulla di positivo per loro. Nondimeno, per quanto generica e ridicola possa sembrare la seguente affermazione: "C'è una componente positiva in ogni situazione", riconoscerete che è vera. Quest'affermazione potrebbe causare un grosso conflitto all'interno di alcuni sistemi di convinzioni. Come lettori, vedendo immagini di tortura e di fame, potreste domandare, "Allora, dov'è la componente positiva in questo?".

Se consideriamo un esempio estremo di una cosa negativa, come la fame, l'estrema povertà e la disperazione nel terzo mondo, possiamo trovare come elemento positivo, per esempio, che l'essere consapevoli di tali ingiustizie può farci veramente apprezzare ciò che 'noi' abbiamo.

Ci sono molti esempi di atleti con una sola gamba che corrono più veloci di una persona in salute con due! Ciò che è buono e positivo in questo caso è l'ammirazione e l'apprezzamento. La difficoltà viene quando non ci rendiamo nemmeno conto dell'esistenza di un problema. E' impossibile liberare completamente un alcolista dalla sua dipendenza, per esempio, se non è consapevole di avere un problema con l'alcool.

Nella vita ci sono situazioni sconosciute, ( e la morte è una di queste ), che possono creare paure ed ansie perché permettiamo alla nostra immaginazione negativa di creare qualcosa che non esiste. La chiave per rimuovere tutte le paure è la verità: *"La verità vi renderà liberi"*. La sola via per cercare la verità è chiedere all'Higher Self di permetterci di diventare consapevoli di essa. E' veramente importante, in questo caso, non comunicare con la mente subconscia, perché è limitata alle informazioni e paure contenute nella nostra memoria. Se abbiamo problemi nel richiamare o creare un'immagine positiva, possiamo chiedere all'Higher Self di trovarcene una e lo farà, a condizione di impedire alla mente subconscia di interferire.

## **CREARE IL SISTEMA DI GESTIONE DEL PENSIERO**

*(Vedi diagramma “ Il Sistema di gestione del pensiero “, pag.97)*

Prima di tutto, dobbiamo costruire un arsenale di pensieri ed immagini positive attingendo a vari momenti della nostra vita. Questi pensieri positivi non devono essere necessariamente dei pensieri felici. Per esempio, chiesi una volta ad una mia paziente di darmi un esempio del suo massimo pensiero positivo. Devo dire che questo fu abbastanza difficile per lei, e che non le veniva facilmente in mente niente. Dopo alcuni istanti mi raccontò un'esperienza che aveva avuto. Era stata in un grande negozio di giocattoli natalizi, quando alcuni bambini ed adolescenti gravemente disabili, entrarono sulle loro sedie a rotelle con i loro accompagnatori. Un ragazzo in particolare attrasse la sua attenzione.

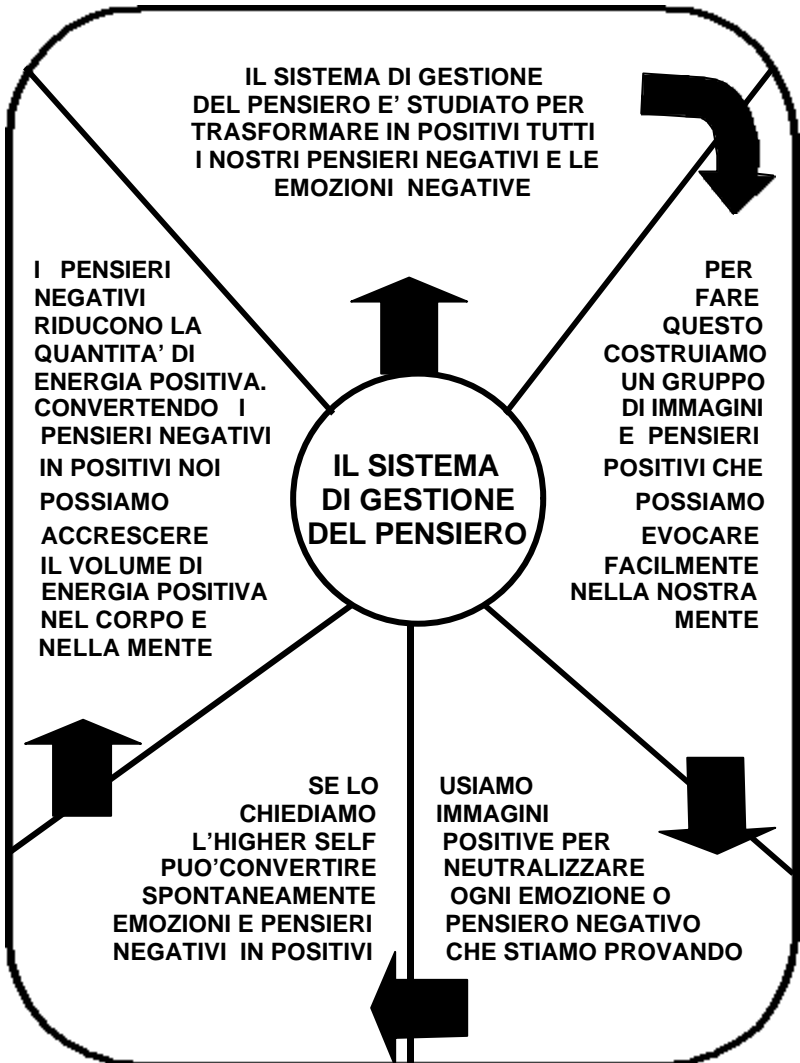
“Mi ero sentita un poco giù, quel giorno”, mi disse. “Non era niente di grave, nulla che potessi definire chiaramente. Solo la pressione del mio lavoro e il cercare di trovare il tempo per fare acquisti. Stavo per mettermi in coda, quando notai questo ragazzo in una carrozzella. Era un disabile in condizioni molto serie, aveva solo le braccia e la testa e un corpo che non si poteva definire tale. Vederlo fu un vero shock per me, non riuscivo a capire dove fosse il suo corpo, dove potessero essere i suoi organi. In quel momento mi resi conto che lo stavo fissando e, non volendo sembrare maleducata, volsi lo sguardo altrove. Immediatamente mi sentii imbarazzata per aver distolto lo sguardo. Si mise in coda proprio di fronte a me.”

“Per via della sua deformità, molte persone lo stavano guardando ora, ma cercando di non farlo notare. La cosa sorprendente di questo ragazzo, era che lui era completamente indifferente a tutto ciò. Si potrebbe dire, giudicando dal suo atteggiamento, che, nonostante il suo handicap e le reazioni della gente di fronte ad esso, lui stava andando avanti con la sua vita, facendo le sue cose. Era così sicuro di sé! Cominciai a sentirmi dispiaciuta per lui, immaginando come dovesse essere vivere in quel modo, così pensai 'Perché sto provando queste cose?'. E' un modo di pensare così paternalistico. Egli non sembrava apparire dispiaciuto per se stesso e non pareva il tipo di ragazzo che potesse apprezzare emozioni come queste da altri o da me. Sentii uno schiacciante senso di completa ammirazione e rispetto per lui. Mi fece sentire patetica e, non mi sento imbarazzata a dirlo, mi fece sentire fortunata e mi ridiede la giusta prospettiva. Provavo un timore reverenziale per lui.”

I nostri pensieri ed esperienze positive non sono sempre quelli più ovvi. Possono essere qualsiasi cosa, da un tramonto alla nascita di un bambino, da un diploma o una scoperta d'infanzia, ad una semplice osservazione. Può essere qualsiasi ricordo personale che significhi



*IL SISTEMA DI GESTIONE DEL PENSIERO*



*“ CONVERTE SPONTANEAMENTE PENSIERI ED ENERGIA NEGATIVI IN ENERGIA POSITIVA ”*

qualcosa per voi, ma prendete le immagini che per voi sono le più potenti. Quando le avete pensate, chiudete gli occhi ed andate indietro nel tempo approssimativamente cinque minuti prima di questo evento speciale.

In sequenza, rivivete l'esperienza, ricordate le varie componenti: che cosa potevate vedere, come vi sentivate, i profumi e le immagini, che cosa venne detto. Viaggiate un po' oltre con la vostra immaginazione e guardatevi intorno. Questo ricordo guidato di cinque minuti è molto importante perché rappresenta il vostro punto di partenza e crea lo scenario. A questo punto rivivete la vostra esperienza, muovendovi attraverso il tempo fino ad arrivare ad un punto approssimativamente cinque minuti dopo l'evento positivo e fermatevi lì. Adesso, prendete una penna ed un foglio e rispondete alle seguenti domande:

1) Cosa potevate vedere? Descrivete il più dettagliatamente possibile le cose visualizzate nella vostra esperienza. Portate l'attenzione sui colori e sulle strutture. Quanto erano vividi? Fatelo per tutti i cinque sensi: vista, udito, tatto, olfatto e gusto.

2) Fate una lista di tutte le emozioni che avete provato. Eravate felici? Vi siete sentiti euforici o eccitati? Gioiosi? Inteneriti?

3) Ora esaminate ogni descrizione e i principali stimoli della vostra esperienza. Per esempio, potreste aver rivissuto il vostro decimo compleanno e ricordate di aver ricevuto molti regali, ma che uno in particolare era di vostra nonna. Era un libro avvolto in carta crespata dorata, che al tatto sembrava di seta. Lo avete aperto immediatamente dopo aver spento le candeline sulla torta di compleanno e potete ancora sentire il profumo della cera delle candele. Tutti vi stavano cantando 'Buon Compleanno'. In quest'esempio le parole chiave possono essere **'amore, nonna, buon compleanno, candele, regali'**.

Ripetete questa procedura per tre o quattro situazioni veramente positive. Se non riuscite a trovarne di veramente positive, allora trovatene una decina di abbastanza positive. Per vedere se funziona, prendete una situazione nella vostra vita che non sia stata troppo buona. Immaginate quest'evento negativo nello stesso modo in cui l'avete fatto con quello positivo, ma alla fine inseriteci le vostre parole positive per controbilanciare la situazione negativa e vedete come vi fa sentire.

Gli esercizi precedenti possono essere svolti molto più in fretta e facilmente connettendoci con l'Higher Self, attraverso l'Em-Power Disc, e chiedendogli di attivare un procedimento simile. Per fare questo, l'Higher Self esaminerà la somma delle vostre esperienze

contenute nella mente subconscia, identificando e selezionando quelle che considera essere le situazioni più positive. Estrarrà poi l'essenza positiva da tutti questi eventi, trasformandola in un grandissimo stimolo positivo generale. Una volta che l'Higher Self abbia creato ed attivato questo nuovo stimolo, sarà così potente che nessuna situazione o evento negativo potrà mai renderlo inefficace.

Questa è la base del Sistema di Gestione del Pensiero. In più ci sono diverse tecniche installate in questo processo per prevenire l'interferenza del subconscio. Questo è necessario perché spesso la mente subconscia è convinta che le memorie e paure negative abbiano un'utilità di qualche genere. Potrebbe, in tutta onestà, considerare questi elementi negativi non solo benefici per voi, ma anche necessari per la vostra protezione. In altre parole, il subconscio dev'essere convinto, ed in un certo senso deve essergli insegnato dall'Higher Self, delle ragioni per cui non gli è più necessario mantenere queste paure e sensazioni negative. E' soltanto in questo modo che la mente subconscia abbandonerà 'liberamente' la negatività che ha alloggiato e che noi sperimentiamo giorno per giorno nelle nostre vite.

Il passo successivo è quello di prendere l'energia negativa contenuta nella mente subconscia e convertirla in energia positiva, non solo nel passato, ma anche nel presente e nel futuro. Lo stesso processo deve avvenire all'interno della programmazione istintiva e possiamo attuarlo chiedendo all'Higher Self di rimuovere tutte le componenti emozionali che possano causare errori di percezione non necessari. Ma prima dobbiamo chiedere all'Higher Self di guardare ed esaminare il complesso di informazioni contenute nella nostra programmazione istintiva, rimuovere tutti gli aspetti non necessari che vi può trovare, e riesaminare le informazioni per vedere se sia necessario aggiungere una qualsiasi programmazione, positiva o addizionale, che possa aiutare non soltanto noi stessi ma anche le future generazioni.

Quando avremo dato questi comandi all'Higher Self, gli chiederemo di stimolare continuamente il nostro livello di energia spirituale e di impiantare una valvola di sicurezza nel nostro essere per proteggerci dagli aspetti negativi del nostro subconscio e della programmazione istintiva. L'intero procedimento può essere sviluppato continuamente e potrà alla fine diventare permanente.

## **ATTIVARE IL SISTEMA DI CONVERSIONE DELL'ENERGIA**

In questo preciso momento, non siamo a conoscenza di nessun altro metodo per attivare una spontanea conversione energetica, all'interno di mente e corpo, che non coinvolga una comunicazione attraverso l'Higher Self.

Usando l'Em-Power Terapia, l'Higher Self può attivare questo processo di conversione energetica senza alcuno sforzo. A condizione di dargli una semplice serie di istruzioni o 'sequenze di comando', l'Higher Self può spontaneamente convertire letteralmente l'energia negativa in positiva.

## **VIVERE CON LA MENTE**

Quando nasciamo, ognuno di noi è unico e speciale a modo suo, anche se siamo tagliati fuori da noi stessi in diversi modi. Il nostro processo educativo, per esempio, non ci insegna come lavora la mente, non ci dà regole per aiutarci a comprenderla. Anche se questa è la parte più fondamentale ed essenziale del nostro essere, nessuno capisce appieno come lavora in effetti la mente. Ci è richiesto letteralmente di attraversare la nostra vita come 'paracadutisti emozionali', che non hanno ricevuto nessun addestramento effettivo prima di saltare fuori dall'aereo.

Sviluppiamo oltre questa metafora. Immaginate di dover mettere un paracadute e di saltare fuori dall'aereo, senza sapere cosa fare! Dovreste imparare come controllare il paracadute durante la discesa. Siccome siamo tutti differenti, impareremmo l'abilità di paracadutarci con tempi diversi. Considerando anche le condizioni atmosferiche e meteorologiche, la discesa potrebbe risultare calma e serena oppure come una corsa mozzafiato sull'ottovolante! Ovviamente, sarebbe più difficile imparare a controllare il paracadute in condizioni di tempo turbolente che non in condizioni ottimali. Le condizioni di tempo sereno vi darebbero più tempo per imparare a padroneggiare la vostra abilità, aiutandovi a capire il processo della vostra discesa.

Ma non sarebbe molto meglio se tutti noi avessimo la possibilità di imparare come controllare ogni aspetto della discesa, indipendentemente dalle condizioni atmosferiche, prima di saltare dall'aeroplano?

Dal momento che siamo tutti dei 'paracadutisti emozionali', sarebbe meglio per noi se fossimo più consapevoli dei sintomi più comuni che potremmo avere durante la discesa:

- **Fiato corto**
- **Variazioni della temperatura corporea - come sudare, sentirsi caldi e appiccicosi, particolarmente nei palmi delle mani**
- **Stordimento**
- **Vescica o intestino irritabile**
- **Attacchi di panico- bisogno di fuggire**
- **Acuto dolore alle estremità, come mani e piedi**
- **Nausea**
- **Mal di testa**
- **Mancanza di coordinazione/balbuzie**
- **Insicurezza**
- **Paure/fobie - come per es. altezza, spazi chiusi, ragni, volare, ecc.**
- **Paura dell'ignoto**
- **Pessimismo**
- **Stress**
- **Senso di vulnerabilità.**

Tutti quanti, senza eccezione, provano queste sensazioni e reazioni, a qualche livello, in qualche punto della loro vita. Così, per quanto ansiosi, impauriti o angosciati vi possiate sentire, ricordate che ci sono milioni di altre persone che si sentono esattamente allo stesso modo!

Tutti questi sintomi sono associati con:

**Depressione**  
**Ansietà**  
**Paura**  
**Preoccupazione**

Noi cerchiamo di proteggerci dal provare quei sintomi in vari modi:

- **Evitando le situazioni**
- **Distaccandoci**
- **Disassociandoci da persone o situazioni**
- **Isolandoci**
- **Auto-imprigionandoci emozionalmente**
- **Evitando intimità con altri**
- **Diventando aggressivi, per evitare una situazione**
- **Urlando o parlando troppo piano**
- **Evitando ogni tipo di cambiamento**

- ***Controllando gli altri per sentirci più sicuri***
- ***Trovando vie di fuga con comportamenti estremi***
- ***Assumendo alcol o droghe per cercare di desensibilizzare le nostre emozioni per evitare sintomi fisici.***

Per fare dei cambiamenti realmente positivi nella nostra vita, dobbiamo sviluppare un miglior controllo su noi stessi. Il solo modo in cui questo può essere fatto è, in primo luogo, riconoscendo ed accettando che queste sensazioni esistono. Dopo, possiamo esaminare i nostri sintomi per trovare i modi per affrontare più semplicemente le situazioni quotidiane, in modo appropriato e con successo, per tutto il corso della nostra vita. Molte persone hanno raggiunto questo scopo sottoponendosi a diversi tipi di terapia. E' vitale comprendere i processi coinvolti e non fermarsi lì, evitando così la strada dell'auto-indulgenza dove permettiamo alla nostra negatività ed alle nostre paure di perpetuarsi.

Molte persone non sono preparate a dover effettuare dei cambiamenti per assumersi la responsabilità delle loro vite. Tutto ciò che essi realmente vogliono è che qualcosa o qualcuno rimuova i sintomi della loro depressione e della loro ansietà, spesso con l'uso di medicinali. Invece, il solo modo per poter affrontare queste situazioni permanentemente, è di sviluppare un miglior controllo sulle nostre risposte, fisiche ed emozionali, alle varie situazioni.

Quando uso la parola 'controllo', non intendo la soppressione delle nostre emozioni o risposte fisiche. Quello che intendo è un 'rimaneggiamento della gestione' delle nostre emozioni: essere in grado di formare processi di pensiero nuovi e più positivi, che saranno a loro volta in grado di rimuovere i sintomi fisici negativi associati a depressione ed ansietà. In altre parole, non solo dobbiamo rimuovere i sintomi a lungo termine: dobbiamo anche sviluppare delle tecniche di gestione semplici ed abituali, che ci diano più controllo sul nostro corpo e sulla nostra mente.

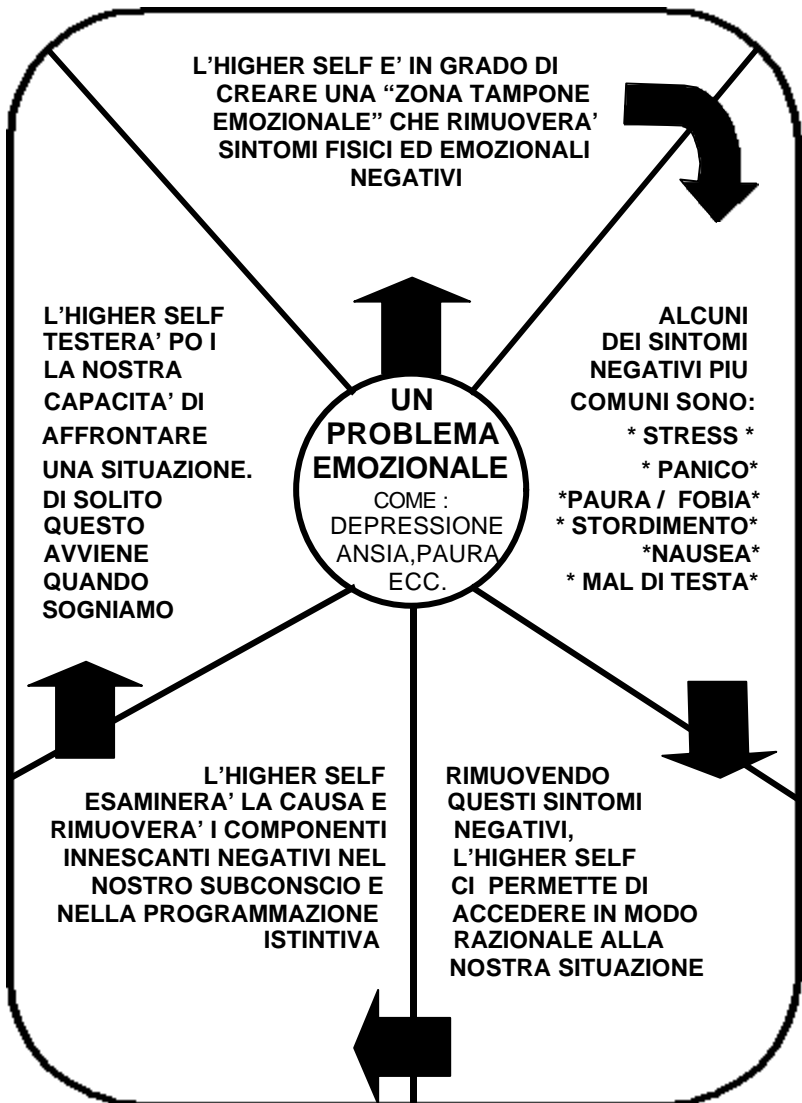
Usando l'Em-Power Terapia, possiamo chiedere all'Higher Self di aiutarci. Esso si manifesterà normalmente rimuovendo all'istante i sintomi emozionali e fisici, dando alla persona il tempo sufficiente per diventare più razionale ed in grado di vedere le cose per quello che sono veramente. Molte persone, usando l'Em-Power Disc, raccontano inizialmente che molti dei sintomi relativi alle loro ansietà, depressione o paure, sono scomparsi quasi completamente entro le prime tre/sei settimane. Noi chiamiamo questo periodo ' la zona tampone emozionale'. L'Higher Self ha bisogno di darci la prova che ci può aiutare e lo fa rimuovendo fisicamente i sintomi. Dopo questo periodo iniziale, l'Higher Self tenterà di aiutarci a sviluppare un maggior controllo della nostra 'percezione' delle situazioni e del loro contesto.

A questo punto, l'Higher Self potrà riattivare alcuni sintomi, ma in modo molto controllato, per aiutarci e permetterci di migliorare il nostro pensiero razionale. In altre parole, ricreerà la paura o l'ansietà in modo accuratamente 'gestito', il che ci darà modo di razionalizzare e controllare una situazione piuttosto facilmente. E' come se ci venissero dati dei piccoli 'test' da superare. Questi 'test' sono progettati specificamente per aumentare la nostra confidenza e le nostre capacità di gestione. Poi, nello stesso tempo in cui le situazioni diventano sempre più complesse, la nostra aumentata fiducia in noi stessi ridurrà la nostra ansietà. Dopodiché, se una situazione grave ed inevitabile dovesse capitare improvvisamente, la persona potrà trattarla nel modo migliore poiché non aveva evitato di esporsi ad essa. Come risultato, potremo essere in grado di fronteggiare qualsiasi cosa nelle vita. (*vedi diagramma "vivere con la mente", pag. 104*).

Il miglior modo per raggiungere un obiettivo, nella vita come nella matematica, è di dividere ogni problema nelle sue componenti, ed affrontare ogni parte un pezzo per volta. Ci accorgeremo poi che, mentre comprendiamo sempre più il procedimento, saremo in grado di controllarlo meglio senza neanche rendercene conto.

Comprendere il procedimento che il nostro Higher Self usa per ottenere i migliori risultati per ciascuno di noi, rimuove la paura 'dell'ignoto'. Se in effetti 'sappiamo' ciò che sta per succedere prima che accada, questo rimuove la paura dell'ignoto e, mentre accumuliamo esperienze positive imparando che possiamo affrontare qualsiasi situazione la vita ponga sul nostro cammino, ognuno di questi cambiamenti sarà benvenuto e non evitato.

*VIVERE CON LA MENTE*





## **LA DIFFERENZA TRA L'EM-POWER TERAPIA E L'IPNOSI**

Possiamo usare le leggi che regolano la mente subconscia per alleviare i sintomi notevolmente. L'ipnosi e la psicoterapia usano varie tecniche per cercare di persuadere la mente subconscia a modificare le nostre percezioni in modo tale da poter interpretare, comprendere e percepire più chiaramente le nostre reazioni. Molte persone hanno una percezione errata dei benefici terapeutici dell'ipnosi, a causa degli ipnotizzatori dello spettacolo che si sono fatti una pessima reputazione negli ultimi anni. Ci sono molti modi in cui l'ipnosi e le tecniche psicoterapeutiche possono ingannare la mente in senso positivo, rimuovendo fobie e sintomi fisici associati con la paura. Si tratta dello stesso trucchetto che gli ipnotizzatori usano per persuadere la mente a farvi credere che state mangiando una mela, quando in realtà state mangiando una cipolla. Personalmente, trovo molto interessanti queste strane possibilità della mente, ma credo che questo genere di ipnosi da palcoscenico, sebbene divertente per molti, non porti alcun beneficio alle persone che ne prendono parte.

E' un nostro istinto naturale cercare di trovare una spiegazione ragionevole per il modo in cui qualcosa funziona. 'Autoipnosi' e 'il potere della mente', sono spiegazioni che sono state date per giustificare quello che succede con l'Em-Power Disc. Tuttavia, l'Em-Power Terapia NON è autoipnosi o semplicemente 'il potere della mente'. Praticamente qualsiasi cosa può ricadere nella definizione 'il potere della mente' - dall'invenzione della televisione alle tecniche yoga. In effetti non c'è nulla nella nostra esistenza che non rientri negli ambiti del 'potere della mente'.

Nell'ipnosi si usano tecniche di rilassamento per entrare in uno stato ipnotico in cui si possono dare suggerimenti alla mente subconscia. Questi prendono la forma di 'affermazioni' che sono costruite in maniera molto precisa. Le regole base per queste affermazioni sono:

- **Tutte le affermazioni devono essere date in tempo presente es. "mi sento sempre più leggero...."**
- **Tutte le affermazioni devono essere ripetute molte, molte volte per permettere alla mente subconscia di rispondere ad esse.**
- **Dal momento che la mente subconscia pensa come un bambino di sei anni, tutte le affermazioni devono essere formulate molto semplicemente.**

- **Non tutti possono rilassarsi abbastanza per poter far sì che un suggerimento o un'affermazione funzioni per loro.**

Quando usiamo l'Em-Power Terapia stiamo comunicando con una parte diversa della mente e del corpo, conosciuta come Higher Self. Questa è un'intelligenza benevola che tutti noi possediamo. Il suo unico scopo è di servirci e proteggerci, agendo come nostra guida e coscienza attraverso la vita.

La differenza fondamentale tra comunicare con la mente subconscia e parlare con l'Higher Self, è che l'Higher Self è un intelletto altissimo, capace di comunicazione complessa interattiva. L'Higher Self risponderà soltanto a comandi diretti dati in modo molto preciso e non reagirà alle suggestioni, perché non sono abbastanza specifiche. Le regole base per l'Em-Power Terapia e la comunicazione con l'Higher Self sono:

- **Tutti i comandi devono seguire la “equazione”, *proposito, direzione e scala temporale.***
- **Le sequenze di comando non sono interpretate usando immaginazione. Tutte le risposte sono basate sulla precisa natura del comando.**
- **La maggior parte delle persone è in grado di comunicare con l'Higher Self usando l'Em-Power Disc.**
- **Non è necessario per una persona essere in uno stato rilassato o ipnotico.**

Così può essere più facile spiegare il fenomeno dell'Em-Power Disc tentando di associarlo con altre terapie, ma invero si tratta di una terapia unica ed indipendente. L'Em-Power Disc funziona alle sue proprie condizioni, e per i risultati migliori occorre lavorare all'interno dei suoi confini, mantenendo sempre la mente aperta.

## LA TRAPPOLA DELL'EGO

L'ego è una palla al piede che ostacola il nostro sviluppo attraverso la vita intera. Molte persone usano la parola 'orgoglio' per descrivere qualcosa che è a tutti gli effetti l'ego. Essere orgogliosi del proprio lavoro e delle proprie conquiste dovrebbe significare che abbiamo fatto letteralmente del nostro meglio, di qualsiasi cosa si tratti, sia che siamo un matematico che tenta di svelare le equazioni dell'universo, o una persona orgogliosa della crescita delle proprie piante.

L'ego è differente. E' uno spettro che depreda l'anima della nostra esistenza, riducendo la nostra crescita e lo sviluppo personali. Tutta la popolazione, eccetto forse i santi, cade nella trappola dell'ego.

Quando comunichiamo con l'Higher Self ed il corpo, dobbiamo provare a rimuovere quanto più ego possibile. E' relativamente facile per l'ego di una persona che sta usando tecniche terapeutiche e psicologiche su un paziente, interferire con il processo di guarigione. Fortunatamente, usando l'Em-Power Disc e l'Em-Power Terapia, ci connettiamo quasi istantaneamente con il nostro Higher Self, che è privo di qualsiasi ego. Questo abilita quasi ogni persona ad aggirare questo aspetto negativo di ciascuno di noi.

Spesso, dopo le esperienze iniziali nell'uso dell'Em-Power Disc, può aver luogo un conflitto fra l'ego e l'Higher Self. Questo conflitto ha vita molto breve per la maggior parte delle persone che vogliono veramente diventare più appagate. Da un lato, l'ego dirà " Io sono migliore di molti e forse non ho bisogno dell'assistenza del mio Higher Self ". Sapendo che le cose stanno così, l'Higher Self normalmente tenterà di provarci il suo valore a dei livelli che possano aggirare l'ego. Questo potrebbe avvenire correggendo un problema fisico o dotandoci di una nuova ed incredibile capacità. Abitualmente, mentre una persona cresce ed impara, comincia a rendersi conto che più conosce, più si rende conto di non sapere abbastanza! Questa consapevolezza alla fine libera la persona dall'ego, permettendogli di crescere nel suo modo unico e speciale.

Nel caso dell'Em-Power Terapia, dobbiamo imparare ad avere fiducia nell'Higher Self, attraverso esperienze pratiche e positive. Sviluppare questa fiducia vi garantirà assolutamente che trascenderete il vostro modo di pensare attuale e vi evolverete su tutti i livelli- mentale, spirituale ed emozionale.

Ho ricevuto molte chiamate di persone che trovano difficile rapportarsi con la capacità del loro Higher Self di effettuare cambiamenti fisici ed emozionali così profondi, apparentemente oltre il loro controllo cosciente. Spesso ammettono che il loro ego impedisce loro di cedere tranquillamente il controllo al loro Higher Self.

Molti vedono l'Higher Self come una sorta di 'forza aliena o esterna', anche se, dopo aver ragionato logicamente sulle loro paure, arrivano a rendersi conto che in effetti non si tratta di questo e che l'Higher Self è solo una benevola estensione di loro stessi. Il problema potrebbe esistere perché la persona ha posto dei limiti alle proprie capacità e quando queste oltrepassano i limiti, spesso a passi da gigante, diventano un po' insicuri. Iniziano a credere che non sono veramente loro, ma che qualche forza o influenza esterna ha interferito con loro in qualche modo.

Ricordo la prima volta che ho visitato un planetario. Il timore reverenziale e la meraviglia nei confronti dell'universo fecero risuonare immediatamente una corda nel profondo della mia anima. Mi resi conto che ero meramente una 'particella di polvere' su un pianeta, il quale era solo una 'particella di polvere' all'interno del sistema solare, il quale a sua volta era solo una 'particella' nell'universo. Questa sensazione di essere così piccolo ridusse immediatamente il mio ego del novantanove per cento! Sono sicuro che avrebbe raggiunto il cento per cento se fossi riuscito a far comprendere alla mia mente la scala enorme ed illimitata dell'universo. Più tardi, mi resi conto che era solo la mia arroganza che mi permetteva di pensare di essere, con la razza umana, in qualche modo superiore in realizzazioni ed intelligenza. In effetti, vista la scala delle possibilità di vita esistente in altri mondi e dimensioni, forse eravamo meno di una particella su di una particella!

Gli effetti del segnale proveniente dall'Em-Power Disc permettono alla maggior parte delle persone di attivare immediatamente dei semplici segnali 'sì' o 'no', o un esercizio spontaneo. Un segnale 'sì' o 'no' è un movimento fisico che rappresenta una comunicazione 'sì' o 'no' che arriva direttamente dall'Higher Self.

Per esempio, potremmo porre una semplice domanda come "mi fanno bene le arance?" e ricevere in risposta un movimento fisico che rappresenti il 'sì' o il 'no'. Nel sistema di guarigione dell'Em-Power, possiamo ricevere segnali fisici di risposta dall'Higher Self, letteralmente per qualsiasi cosa che esista nel mondo esterno ed anche descrivere qualsiasi cosa che esista nelle nostre menti conscia e subconscia. Una gran parte della terapia stessa ha a che fare con informazioni sulle nostre vite e sui nostri processi decisionali. Quest'informazione è espressa e ci viene comunicata attraverso il corpo fisico, così i movimenti rappresentano una specie di linguaggio del corpo.

Molte persone mi hanno contattato, eccitate per il fatto di essere state 'onorate' dall'universo perché sono in grado di innescare queste semplici risposte fisiche. In seguito alcuni affermano che non hanno più bisogno dell'Em-Power Disc, perché hanno imparato a farlo da soli. Questa reazione mi sembra abbastanza simile a quella di un

bambino che dice a sua madre: “ Mamma, ormai sono in grado di badare a me stesso perché so prepararmi un sandwich di burro d'arachidi, andare a letto da solo e prendere il latte dal frigorifero”. Come genitore, permettereste a quel bambino di andare per strada e scegliersi la propria vita? Ne dubito! Ma poiché siamo tutti adulti, dobbiamo prendere da soli le nostre decisioni.

Se uno studente di medicina, per esempio, vuole diventare un chirurgo, siamo tutti d'accordo sul fatto che gli occorre ben più di una sola lezione. Se uno studente di medicina si rivolgesse al suo insegnante dopo la prima lezione e dicesse: “Ormai so tutto. Fatemi operare il prossimo paziente”, l'insegnante naturalmente s'arrabbierebbe con lo studente rifiutandosi magari di continuare ad insegnargli. Il mondo è fatto in modo che uno deve fare esperienza per poter imparare nel modo giusto e, molte volte, lo studio non sostituisce l'esperienza pratica. E' soltanto l'ego dello studente che gl'impedisce di raggiungere i suoi obiettivi. In altre parole, se uno ormai sa tutto, che cosa resta da imparare? I geni del pianeta si rendono conto che più imparano, più hanno da imparare. Non penso sia necessario essere un genio per comprendere una cosa del genere, ma qualsiasi insegnante dedicherebbe più tempo allo studente disposto ad apprendere che allo studente che pensa di conoscere già tutto.

Come nota personale, sono stato vittima nel passato dell'ego, permettendo alle mie sensazioni di superiorità mal diretta di restringere la mia crescita personale e spirituale. Ora posso guardare indietro alla mia vita con una smorfia interiore, perché mi rendo conto che le volte in cui mi sentivo superiore e permettevo al mio ego di dettare legge, ero in effetti vuoto e “sprecato”. Così se qualcuno chiede “ Che cosa può fare l'Em-Power Disc per me?”, la mia risposta non potrebbe essere nient'altro che - qualsiasi cosa, nei limiti della tua immaginazione! Le possibilità di ciò che potete in effetti raggiungere sono senza limiti, eppure alcune persone continuano a chiedermi: “Ma per cosa posso usare il Disco?” Essi non sono in grado di far sì che le loro menti riescano ad afferrare le possibilità e il potenziale illimitato che esiste nella loro connessione con l'Higher Self. Qualsiasi cosa è letteralmente possibile, a patto che sappiate come fare le domande giuste.

## ILLUMINAZIONE SPIRITUALE

La ricerca dell'illuminazione spirituale è stato l'unico scopo di moltissime persone per migliaia di anni. Molti, nel corso dei secoli, hanno posto la domanda "Sono più che un corpo fisico?". Spesso è un evento straordinario a scatenare il desiderio irrefrenabile di scoprire chi e cosa siamo. I filosofi ragionano sulle infinite possibilità del 'dopo la vita', quelle nuove dimensioni dove le nostre anime immortali soggiorneranno in mondi meravigliosi. Le nostre percezioni limitate determinano le possibilità e probabilità di una dimensione di esistenza spirituale. Personalmente, credo nel concetto di un reame spirituale che esista da qualche parte su un altro piano o dimensione, dove il nostro corpo fisico non ha la possibilità di esistere: un luogo di pura energia e pensiero.

Può il fatto di sognare di un reame spirituale renderlo reale? Forse sì, perché molte delle nostre realtà cominciano con un pensiero, un'idea, un sogno. Se noi fossimo incapaci di sognare e di rendere reali i nostri sogni, saremmo alla stessa stregua degli altri animali sul pianeta, che sono completamente dipendenti dal loro ambiente. Tuttavia, la razza umana ha trasceso i suoi istinti animali primitivi ed ha usato la sua immaginazione (negativa e positiva) per modellare il mondo in una manifestazione dei suoi più intimi desideri e paure. Questo è spesso successo a spese del nostro ambiente. Siamo veramente in bilico tra l'autodistruzione e lo sviluppo spirituale, con l'ago della bilancia pendente verso l'autodistruzione. Eppure forse dovremmo prendere in considerazione che distruggendo il nostro ecosistema sulla terra, potremmo a nostra volta causare un impatto su di un livello interplanetario o anche su un livello interdimensionale. In effetti non possiamo saperlo, ma la nostra ignoranza non è una scusa, perché le nostre azioni possono realmente avere un impatto sul benessere di altri nel nostro mondo, o che possano esistere su altri piani.

I guru di tutto il mondo predicano un messaggio di saggezza interiore, che afferma che tutta la conoscenza di tutte le cose esiste all'interno di ognuno di noi. Non mi considero un guru, ma sicuramente condivido questo messaggio. La domanda è: come possiamo portare alla luce questa saggezza interiore per aiutare noi stessi ed il nostro mondo? La conoscenza o le informazioni che noi riceviamo da questa saggezza interiore è direttamente legata alle domande che siamo in grado di porre. Lo scopo fondamentale di questo libro è proprio quello di aiutarvi a trovare il modo di porre le domande giuste per voi stessi.

Alcune persone che pensano di essere 'consapevoli spiritualmente', mostrano una sorta di attitudine elitaria. Queste persone potrebbero aver letto diversi libri sull'argomento e potrebbero perfino aver

incontrato dei guru in posti come l'India ed il Tibet, nella loro ricerca dell'illuminazione. Sfortunatamente, alcuni sono stati deviati lungo il loro cammino da dettagli tecnici, concetti, principi e regole stabiliti dai cosiddetti individui 'spiritualmente illuminati'. Questi dogma sono solo serviti ad annebbiare la verità, ed infatti spesso portano ad un auto-imprigionamento della nostra spiritualità all'interno dei confini e dei limiti della nostra immaginazione e delle nostre esperienze subconscie.

Nella vita, è sempre l'esperienza in se stessa che conta e non la sua descrizione. Qualsiasi cosa che non stimoli un'esperienza personale è meramente descrittiva. Spesso le questioni spirituali sono state tenute segrete ed in molti casi ci sono stati forniti soltanto dei frammenti di informazione. Questa è una tecnica che potremmo definire di 'gestione del mistero religioso', in cui il controllo è esercitato tenendo lo 'studente' in costante suspense ed aspettativa.

Che cos'è dunque la spiritualità? Per me, significa essere tutt'uno con la 'sorgente' della nostra esistenza. Guardare la vita con occhi di speranza e libertà, la libertà di scegliere ciò che c'è di 'buono' in qualcosa, per enfatizzare il positivo e trovare i modi di rimuovere o evitare il negativo.

Come ho affermato precedentemente, i principi in questo libro non richiedono fede nel senso convenzionale del termine religioso. Il vostro obiettivo potrebbe essere quello di diventare più 'spirituali', ma avete bisogno di stabilire che cosa significa veramente. Che cosa pensate possa significare per voi la parola 'spiritualità'? Abbiamo bisogno di definirlo chiaramente, ad un livello personale, in modo da poter decidere un appropriato percorso di azione per raggiungere la destinazione personale che desideriamo.

Spiritualità significa cose diverse per persone diverse. Quello che qualcuno potrebbe chiamare 'una ricerca per la spiritualità', qualcun altro lo potrebbe considerare solamente 'sviluppo personale'. Secondo me, avere fiducia nella propria forza e saggezza interiore e cercare all'interno di quella stessa saggezza, è la vera via che conduce alla spiritualità. E' mia convinzione personale che chi cerca in luoghi che non siano la propria interiorità, sia su una strada di auto negazione.

E' comunque vero che spesso cercare qualcosa all'esterno di noi stessi può stimolare un senso di riconoscimento interiore o dare impulso e determinare un nuovo insieme di coordinate e di direzione. Questo stimolo può giungere letteralmente da qualsiasi direzione: dal sistema tradizionale di fare un viaggio verso qualche luogo santo o importante dal punto di vista religioso, o semplicemente guardando un bel fiore in un luogo desolato.

Immaginate un libro che contenga la risposta a qualsiasi domanda che voi possiate concepire - e che questo libro sia scritto come una specie di programma per computer dentro di voi. Potete anche essere consapevoli dell'esistenza di questo libro, ma per qualche ragione

sconosciuta non siete in grado di trovarlo e pensate addirittura di averlo perso. Così, decidete di focalizzare la vostra attenzione e cercare questo libro nel mondo esterno partendo per varie ricerche spirituali. Ma sembra che non riusciate mai a trovarlo. Questo accade perché, se non riconosciamo e vediamo il libro quando è in nostro possesso, non riusciremo certamente a riconoscerlo se lo cerchiamo in mezzo a migliaia di altri libri.

Quello che sto tentando di dire è che non è necessario intraprendere una vita di privazioni o partire verso interminabili viaggi spirituali, a meno che questa non sia una cosa che vi piace fare particolarmente. In effetti non avrete mai bisogno di lasciare i confini della vostra mente e della vostra immaginazione. Questo non è un segreto speciale, sebbene esistano dei metodi con i quali è possibile rettificare la propria focalizzazione all'interno ed aumentare la connessione con la parte spirituale, tramite cose come la meditazione, lo yoga ed il Tai Chi. Tuttavia, esiste un modo più semplice per la maggior parte delle persone. Trovare quel libro o programma speciale dentro di voi e guardare la risposta alla vostra richiesta spirituale.

Spiritualità è consapevolezza e comprensione delle leggi della natura e delle altre dimensioni. Ad un livello semplice, potete fare domande al vostro Higher Self usando l'Em-Power Disc. Ma il primo passo è accrescere e migliorare la vostra consapevolezza degli ambiti e delle dimensioni spirituali.

Qui di seguito vi darò una tecnica che potete provare con o senza un Em-Power Disc. Potete usare qualsiasi oggetto in natura. Il mio consiglio è di trovare un luogo tranquillo in un'area alberata o su una spiaggia. Se vivete in una grande città, trovate il luogo più tranquillo nella vostra casa e portate con voi un fiore veramente molto bello o qualcos'altro di naturale che possiate usare come fulcro di attenzione. Lo scopo di questo esercizio è di espandere la vostra consapevolezza cercando di diventare "tutt'uno" con il fiore, l'albero o il mare, ecc. Questo procedimento per qualcuno è facile, per altri è più difficile. Potete immaginare il vostro fiore, albero o le onde come forze naturali e respiranti della natura. Per esempio, mentre le onde s'infrangono sulla battigia, immaginate che il mare ispiri ed espiri. O che l'albero, mentre i suoi rami si muovono gentilmente nella brezza, ispiri l'anidride carbonica ed espiri ossigeno. L'idea è quella di provare ad armonizzare il vostro respiro con il mare, l'albero o il fiore .

Mentre entrate in maggior sintonia con la natura, la vostra consapevolezza inizia automaticamente ad espandersi. Tutti i sensi diventano più acuti, fino al punto in cui siete quasi in grado di sentire ogni respiro e vedere la vita che palpita nella natura. Una volta trovato questo luogo nella vostra mente, è come se aveste raggiunto un nuovo stato di coscienza, in cui potete muovervi sommessamente, stimolando nuovi stati di essere. Non è assolutamente necessario, ma spesso lo stare in piedi durante questo procedimento è di aiuto, in



modo da potervi muovere lievemente con i moti dell'elemento della natura su cui vi state focalizzando.

Una volta fatta la connessione all'interno di voi stessi, diventerete consapevoli, nella vostra mente e nel corpo, del posto da cui proviene la sensazione. Personalmente, trovo che la connessione a livello fisico sia più forte quando mi focalizzo sulla respirazione. Immaginate questo posto nel vostro corpo – ovunque esso possa essere – come una sorta di bolla di luce, che si espande e si contrae quando respirate. Connessi a questa bolla di luce ci sono dei fili o tentacoli di una luce sottile ma molto forte, come autostrade che conducono in nuovi ed eccitanti posti. Tutto ciò che bisogna fare è di provare e cercare una di queste strade nella vostra mente, e seguirla per vedere dove conduce. Questo intero processo è una combinazione di focalizzazione, mentale e fisica, che è quasi identica al processo meditativo.

Un altro metodo di visualizzazione che potete provare è quello di immaginare un grosso bocciolo o un fiore giallo non ancora sbocciato. Visualizzate ogni petalo dischiudersi con una brillante luce che s'irradia dal centro. Mentre i petali si aprono, la luce diventa più brillante ed il vostro corpo diventa più leggero. La luce rappresenta la vostra connessione con la sorgente. Quando potete vedere e visualizzare quest'immagine nella vostra mente, chiedete al vostro Higher Self, o alla vostra coscienza, di connettervi con il vostro concetto di Dio. Visualizzate questo senso trascendente di divinità crescere come i petali che si aprono sempre più, raggiungendo la massima connessione quando vedete il centro del fiore nella vostra mente.

Usando l'Em-Power Disc potete migliorare l'esperienza di questo processo ed espandere la vostra consapevolezza in direzioni che non avreste mai immaginato possibili. Per alcune persone l'esperienza iniziale potrebbe essere molto potente ma, diventando più pratici nel fare la connessione con l'Higher Self e con il vostro concetto di Dio, vi abituerete alle sensazioni ed all'incredibile potere dell'energia a cui state attingendo,

Se siete un guaritore o volete provare una guarigione spirituale su di un amico o un membro della vostra famiglia, provate a farlo insieme all'Em-Power Disc e la connessione con la vostra parte spirituale aumenterà e migliorerà considerevolmente. Questo vi permetterà di canalizzare i vostri poteri su di un livello spirituale (come nella guarigione spirituale). E' veramente molto, molto più semplice connettersi usando il Disco, piuttosto che usare le visualizzazioni.

## **GUARIGIONE SPIRITUALE**

La guarigione spirituale è stata praticata per migliaia di anni in forme diverse in tutto il mondo. Molti guaritori spirituali hanno riportato successi incredibili ed inesplicabili, trattando una moltitudine di problemi incluse le cosiddette malattie 'incurabili', come il cancro o il collasso degli organi. Nella guarigione spirituale, il guaritore si presta a diventare una specie di canale per un tipo particolare di energia 'divina'.

Ho un grandissimo rispetto per i guaritori spirituali, sebbene alcune delle loro organizzazioni siano diventate, nel corso degli anni, burocratiche. Si dice che chiunque è in grado di praticare la guarigione spirituale. Quest'ultima non richiede fede di nessun tipo da parte del paziente, ma il guaritore è spesso una persona spiritualmente molto consapevole, il cui obiettivo principale nella vita è aiutare gli altri. Essi hanno spesso una fede molto forte in Dio come forza inesplicabile che può curare tutti i problemi. Questa fede si sviluppa nel guaritore dopo anni di esperienza e, sebbene ci siano molti guaritori spirituali giovani, quelli più potenti e con alte percentuali di successi- come Harry Edwards, John Cain, Matthew Manning e Betty Shine- hanno praticato la guarigione per molti, molti anni. Sarebbe molto difficile per chiunque ignorare le loro capacità meravigliose ed incredibili, come anche i loro successi.

Alcuni guaritori spirituali hanno delle capacità chiaroveggenti, che usano, come parte del loro processo di guarigione, ad un livello più emozionale. Molti di coloro che praticano la guarigione spirituale, il Reiki come anche alcune forme di guarigione meno note, usano l'Empower Disc. Il Disco aumenta la loro connessione con l'energia che loro canalizzano.

## **'DIO', LA CONNESSIONE FONDAMENTALE**

La parola ' Dio' possiede incredibili poteri di guarigione, che si creda personalmente o meno in questo concetto. Poiché molte persone credono in un 'Dio', la parola di per sé attira energia positiva verso coloro che la invocano. Ma chi può spiegare Dio? E' un concetto talmente personale che una comprensione universale non è possibile.

Il corpo è in grado di fare le cose più stupefacenti, compreso guarire se stesso, pensare ed accogliere la nostra consapevolezza. Ma quando vogliamo andare oltre i nostri concetti ed esperienze limitate, ci rivolgiamo a quella forza che è priva di ogni limitazione.

La parola ' fede' spesso va di pari passo con il concetto che molte persone hanno di Dio. Ed altrettanto spesso la fede può essere descritta come una fiducia cieca. Tuttavia, solo il concetto di 'Dio' può meritare una tale fede. E' una cosa meravigliosa che ispira un timore reverenziale il fatto che sia possibile credere nel concetto di ' Dio' senza avere ' fiducia cieca'. Esistono esperienze nella vita di ogni persona che possono provare senza alcun dubbio l'esistenza di ' Dio'.

Personalmente, credo nel concetto di una forza fondamentale che guida la nostra esistenza. Attraverso l'Higher Self è possibile per la maggior parte di noi ricevere tutte le prove di cui abbiamo bisogno, così la nostra fede può crescere attraverso esperienze pratiche, fisiche ed emozionali. Apparentemente tutto ciò che in realtà dobbiamo fare è chiedere di sperimentare il concetto di 'Dio' attraverso l'Higher Self, perché in qualche modo ' Dio' sembra sempre 'rivelarsi' in termini che possiamo sentire, sperimentare e condividere con altri.

L'Em-Power Disc vi connette con il vostro Higher Self, il quale a sua volta può permettervi di sperimentare il concetto di Dio. Tuttavia, anche l'Higher Self ha le sue limitazioni (esattamente come le ha il corpo fisico ), così se state chiedendo qualcosa che trascende le possibilità del corpo fisico e dell'Higher Self, le vostre domande dovrebbero essere dirette a ' Dio'.

## COME TROVARE IL VOSTRO SCOPO NELLA VITA

Siamo tutti anelli nella catena della vita, tutti parti complesse di una rete che regge altre vite nella catena e siamo tutti importanti allo stesso modo. Anche i più grandi leader del mondo non sarebbero mai esistiti senza la presenza di individui specifici.

Il miglior esempio di ciò è rappresentato dall'influenza che i nostri genitori hanno sulle nostre vite, nei modi più basilari positivi e negativi. Tu puoi essere la bisnonna di qualche persona futura che risolverà i problemi fondamentali del mondo. Per quanto insignificante una persona possa sentirsi, la sua percezione e la sue sensazioni sono puramente personali e completamente guidate dalle emozioni. Noi abbiamo un'influenza su coloro che ci circondano, sia essa buona o cattiva. Così, la domanda che qui dovrebbe essere posta non è "qual è il mio scopo?" Ma piuttosto "qual è il mio *miglior* scopo?"

Quando ci poniamo questa domanda, come facciamo tutti di tanto in tanto, in genere stiamo comunicando direttamente con l'Higher Self. Ma qual è l'intento dietro la domanda "qual è il mio miglior scopo?"

Normalmente ce lo chiediamo perché, a qualche livello, siamo insoddisfatti delle nostre vite e vorremmo che la risposta fosse data in termini applicabili alle cose che vogliamo fare, sia che abbia a che fare con il guadagnare denaro, l'illuminazione spirituale o l'aiutare gli altri. Se non è presente un obiettivo specifico quando ci poniamo questa domanda, allora lo stiamo facendo ad un livello puramente emozionale e l'emozione dà direzione alla domanda. Così, forse questo non è il miglior momento per chiederlo!

Se a questo punto siete interessati a trovare il vostro scopo, provate a rispondere (onestamente) alle seguenti tre domande:

1. Vi state ponendo la domanda "qual è il mio miglior scopo nella vita?" perché siete insoddisfatti di qualche aspetto della vostra vita?
2. Se foste completamente soddisfatti ed appagati da ogni aspetto della vostra vita, vi porreste ancora la domanda "qual è il mio miglior scopo nella vita?"
3. Quando vi ponete la domanda "qual è il mio miglior scopo nella vita?", avete in mente qualche particolare percorso d'azione? Per esempio, vorreste avere più denaro, siete guidati dal materialismo, vorreste aiutare gli altri, ecc. ?

Io credo che la maggior parte delle persone, se fossero completamente felici delle loro vite, non si porrebbero affatto questa domanda. Normalmente ognuno ha il suo proposito personale o delle ragioni specifiche per voler trovare il suo vero scopo. Queste

affermazioni, sono sicuro, possono essere completamente ovvie per la maggior parte di voi. Tuttavia, poiché dobbiamo usare una terminologia specifica quando parliamo con l'Higher Self, o con la mente subconscia, dobbiamo in primo luogo definire chiaramente quali sono le motivazioni dietro il voler fare la domanda "qual è il mio miglior scopo nella vita?".

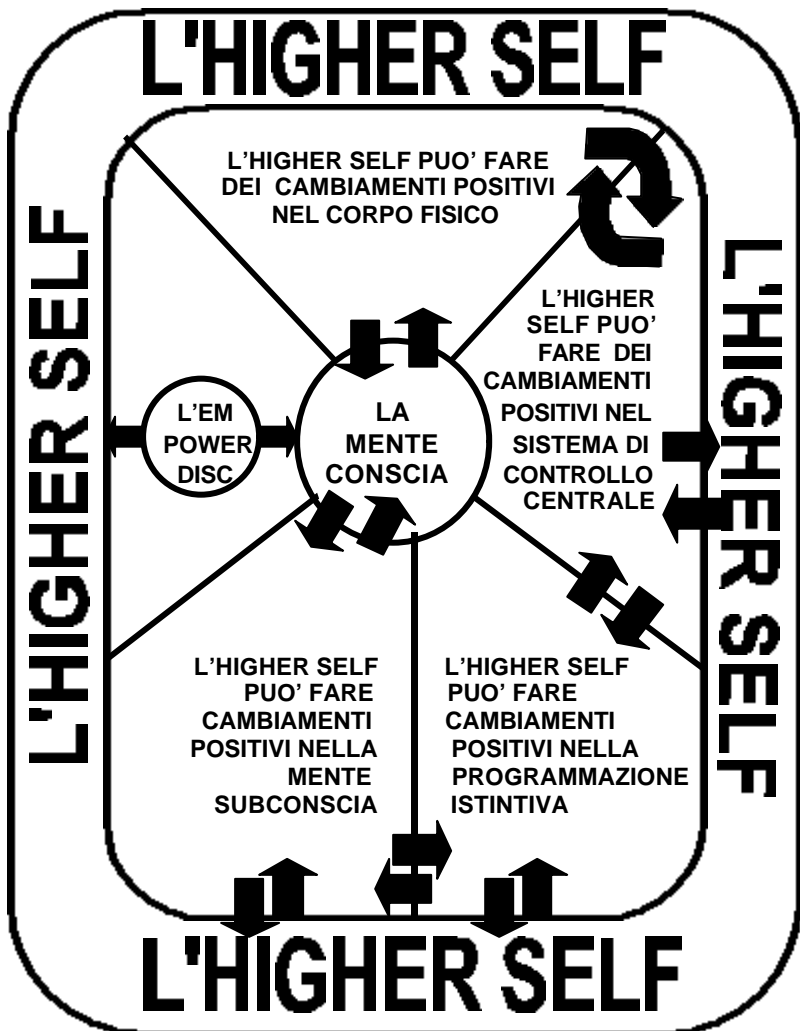
Così, prima di tutto, scoprite che cosa volete realmente nella vita, chiedetevi perché volete ciò e poi definitelo ulteriormente. Se la procedura non è corretta, l'Higher Self non sarà in grado di rispondervi correttamente. Per esempio, volete veramente conoscere il vostro miglior scopo nella vita, o volete semplicemente essere soddisfatti emozionalmente o fisicamente, (finanziariamente o altro)? Stabilite i vostri propositi prima di trasformare la vostra affermazione in una domanda. Altrimenti è possibile creare un conflitto dentro di voi che può portare all'ansia e può anche peggiorare la vostra situazione.

Quando chiediamo di trovare il nostro miglior scopo, potremmo in effetti star chiedendo perché qualcosa o qualcuno, a qualche livello possa aiutarci a farci sentire felici ed amati. Così se il vostro bisogno è quello di essere soddisfatti emozionalmente, allora questo è ciò che dovrete chiedere, invece della domanda sullo 'scopo'. Com'è auspicabile, quando avrete studiato in profondità le vostre sensazioni personali, sarete in grado di scoprire se volete veramente trovare il vostro scopo o se volete semplicemente essere amati e soddisfatti. Se questo è ciò che volete veramente allora chiedetelo! (non create un conflitto interiore chiedendo al vostro Higher Self di darvi qualcosa che non volete o non vi serve veramente).

Se volete conoscere realmente il vostro vero scopo nella vita, allora dovete porre la domanda in questo modo usando l'Em-Power Disc:

***“Dammi ciò di cui ho bisogno e fammi diventare completamente consapevole del mio miglior scopo nella vita, non appena possibile, cominciando ora”.***

Diciamo 'non appena possibile' invece di 'adesso', perché ciò che state chiedendo non è una risposta fisica, ma un salto in consapevolezza che permetterà al vostro miglior scopo di diventare chiarissimo nella vostra mente. Certe situazioni e certi eventi possono dover capitare, perché questo possa succedere, ma dando questo comando specifico state, in un certo senso, mettendo in moto il meccanismo che vi porterà alla fine ad avere una risposta a questa domanda.

*ENERGIA INTELLIGENTE*

## ENERGIA INTELLIGENTE

Einstein ha stabilito che  $E = mc^2$ . Questa equazione dice che l'energia è materia e che la materia è energia e tutte le cose, perciò, sono fatte di energia. Per esempio, un grammo di materia (compreso l'organismo umano) equivale a 25.000.000 kilowatt di energia. Considerate, per un momento, la possibilità che l'energia in se stessa sia una forma di intelligenza. Possiamo trovare prove di quest'intelligenza ovunque in natura e nella scienza. Se accettiamo che l'energia è intelligente e che la materia è una manifestazione fisica di quest'energia intelligente, si apriranno le porte su modi di pensare completamente nuovi.

Quant'è intelligente la vostra penna? E' fatta di molecole di energia combinate in una struttura particolare e voi siete in grado di usare quest'energia per creare lettere, disegnare figure, ecc. Come abbiamo precedentemente affermato, energia e materia possono apparire differenti, ma sono in realtà una cosa sola, dove la materia è meramente energia in uno specifico stato o configurazione.

Ovviamente, per noi è più facile avere a che fare con le cose fisiche, ma non molti di noi riescono a pensare al bicchiere d'acqua che stiamo bevendo - sia il bicchiere che l'acqua stessa -, come energia in forma fisica. Molti di noi pensano all'energia come a qualcosa legato alla forza elettrica o ad una lampadina accesa o magari ad un raggio laser. Ma liberate l'energia contenuta nella punta di uno spillo e causerete sicuramente un'esplosione! L'energia atomica è scatenata in questo modo.

Ogni pianta, ogni albero, ogni elemento vegetale che esiste, è fatto di questa energia intelligente. Possiamo mescolare varie erbe e piante assieme e creare rimedi per malattie. Ma considerate che ogni ingrediente che usiamo è in effetti energia intelligente e, prendendo differenti energie intelligenti e mettendole assieme, in un certo senso diventano abbastanza efficaci per guarire qualsiasi cosa!

Prendete in considerazione la possibilità che quest'energia intelligente sia in effetti un codice e che il codice rappresenti la formula nella quale l'energia esiste, sia essa una pianta, una tazza o uno stelo di erba. L'organismo biologico umano è costituito da complesse sequenze di energia, che danno origine ad una persona quando sono messe assieme. L'informazione che crea queste sequenze risiede nella nostra programmazione istintiva. Per lo scopo di questo libro, ci riferiremo a queste energie intelligenti come a 'codici di energia'. Per aiutarvi a visualizzare il modo in cui questi codici funzionano, provate ad immaginare ogni codice come una parola composta da vocali e consonanti. Ogni parola ha una radice iniziale.

Prendiamo ad esempio la parola 'scala'. Dalla radice 'scal', possiamo proseguire con 'scalare', 'scalata' o 'scalino'. Aggiungendo suffissi come 'are', 'ata' o 'ino', cambieremo il senso della parola. Tutta l'energia intelligente contiene questi codici 'radice' fondamentali con molte variazioni addizionali le quali, se applicate, altereranno totalmente la forma in cui l'energia si manifesta, da un organismo vivente alla vostra tazza di tè! La vostra tazza di tè può contenere diversi codici di base che potrebbero essere o risultare identici ai codici di base trovati nel sistema energetico umano, ma che non farebbero di una tazza un essere umano! (vedi diagramma "Energia Intelligente", pag.118).

Ogni legge in natura (come la gravità), è fatta di codici di energia. Se facessimo cadere una palla da un'altezza di dieci metri, il peso della palla e la distanza determinerebbero la forza d'impatto con il terreno. E' come se la gravità imponesse i suoi codici di energia sui codici di energia della palla ed il risultato è quantificabile con l'uso della matematica. A meno che non abbiate una laurea in fisica quantistica o un dottorato in matematica, troverete probabilmente le complicazioni dei codici di energia piuttosto scoraggianti. Forse un giorno potremo scoprire un modo di registrarle. Se questo accadrà, potremo allora usarle per generare o alterare le sequenze di codici di energia, che permetteranno all'energia di diventare letteralmente qualsiasi cosa noi vogliamo - da una tazza, ad un albero, ad uno stelo d'erba, o magari un nuovo cuore o un organo che possa essere trapiantato. Ma , al momento, questi codici sono oltre la portata della nostra società. Forse, quando saremo pronti, scopriremo le vere e proprie fondamenta della vita e dell'universo!

Per quel che riguarda l'Em-Power Disc, esso dà semplicemente la capacità di migliorare e manipolare i codici energetici all'interno del nostro corpo e della nostra mente, di aiutare a incanalare, chiarire e migliorare il nostro benessere fisico e mentale.

L'energia all'interno del corpo può essere descritta come un fiume che va verso il mare. Immaginate che nel punto dove inizia il fiume, nuvole di pioggia siano spinte dai venti attraverso la terra e, quando trovano un luogo più alto e freddo, facciano cadere la pioggia. Questa pioggia è spinta dalla gravità lungo un tragitto che la riporterà alla sua sorgente. Prima di tutto troverà un ruscello, poi diventerà un fiume, che potrà avere anche un corso precario e tortuoso ma che, alla fine, troverà la sua strada verso il mare.

I nostri sistemi di energia sono come un fiume, ciascuno di essi è diretto verso un mare diverso e trova la strada migliore per raggiungere le varie destinazioni lungo il corpo. Come per un fiume, se un macigno o una frana alterano improvvisamente il terreno, può avvenire un'interruzione. Mentre la pressione dell'acqua cresce a causa dell'interruzione, può succedere una delle tre seguenti cose: la pressione dell'acqua, da sola, rimuove la roccia stessa, l'acqua può prendere una strada alternativa oppure il fiume può rompere i suoi



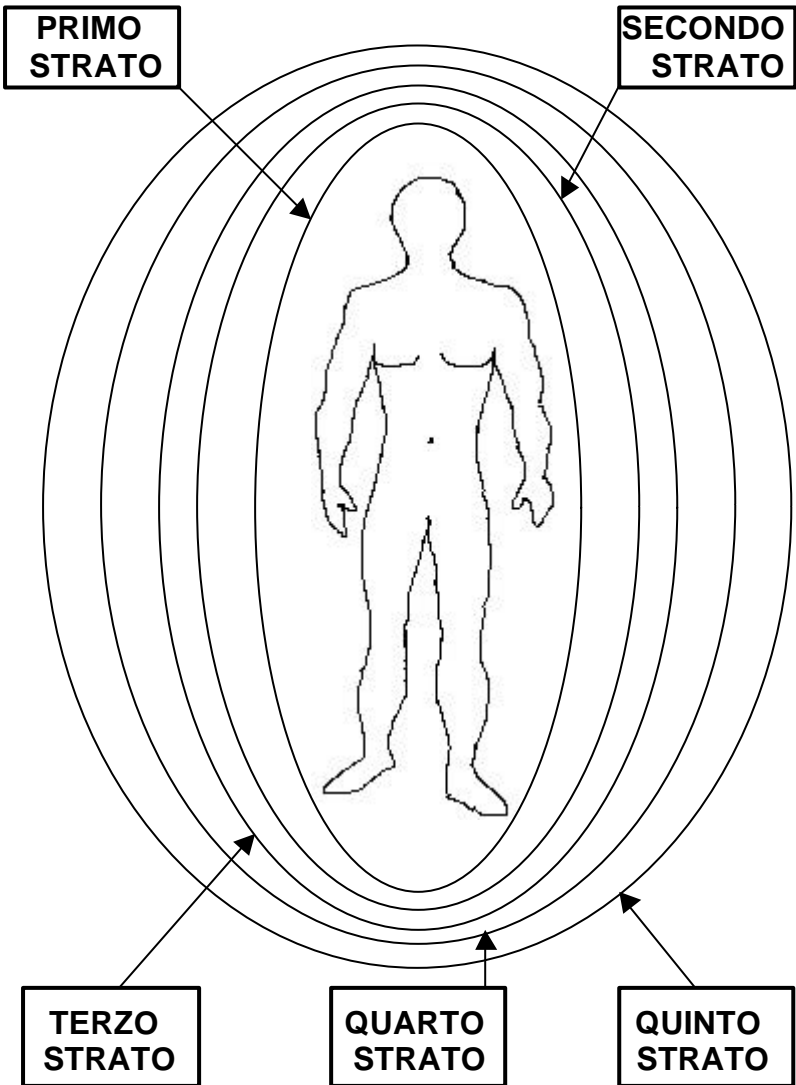
argini ed allagare la campagna circostante. Abbiamo già osservato che nei sistemi energetici del nostro corpo, possono avvenire dei blocchi a causa di danni strutturali o emozionali. Queste interruzioni possono causare una mancanza di comunicazione all'interno del corpo, che porterà alla sua incapacità di correggersi da solo. A meno che il blocco sia rimosso o "riindirizzato", molti problemi rimarranno o peggioreranno, o magari potranno anche espandersi ad altre aree.

## **BILANCIARE L'ENERGIA**

Tutti i sistemi del corpo sono progettati per lavorare all'unisono in modo che noi possiamo mantenere ciò che è conosciuta come omeostasi (mantenere costanti le condizioni interne del corpo). Per esempio, se abbiamo a che fare con condizioni climatiche fredde, allora naturalmente rabbriviamo. Questo brivido aumenta automaticamente la nostra temperatura e questo è il modo in cui il nostro corpo prova a regolarsi. Lo stesso principio si applica ad ogni aspetto del nostro fisico.

Per essere sicuri che tutti i nostri sistemi siano in grado di collaborare e reagire anche rapidamente a qualsiasi situazione, è importante che sia mantenuto il flusso energetico intorno al corpo. Qualsiasi riduzione del flusso energetico porterà ad un calo della rapidità delle reazioni, rendendoci predisposti alle malattie e suscettibili alle condizioni climatiche. Una delle principali funzioni dell'Em-Power Disc è di aiutare a rafforzare il campo energetico, migliorando così i processi di comunicazione all'interno del corpo.

## I CINQUE STRATI DELL'AURA



## L'AURA

L'aura è un campo di energia che emana da tutte le cose viventi. Illustrazioni bibliche mostrano spesso scene angeliche in cui esseri spirituali hanno anelli di luce che fluttuano un palmo sopra le loro teste. Questi anelli di luce sono spesso dipinti come aureole dorate.

Con l'avvento della fotografia Kirlian, (un metodo unico per filmare i colori dell'aura), si è scoperto che le auree esistono intorno a tutta la materia. Come per molti altri misteri inspiegabili, la scienza ha trovato un modo per osservare e spiegare l'aura. Fino al momento in cui la scienza non ha trovato un modo per registrare questi fenomeni, aveva considerato nient'altro che ridicole le affermazioni sulla sua esistenza. E' ironico come le teorie pazzoidi della saggezza antica possano diventare alla fine fatti scientifici indiscutibili.

## **LA TEORIA DELLA LUCE DELL'AURA**

Le auree sono rappresentazioni energetiche di chi e di che cosa siamo. Esse riflettono ogni aspetto del nostro stato d'essere fisico, emozionale e spirituale. L'aura è come una bambolina russa, fatta di molti strati di immagini che raffigurano e rispecchiano un nucleo centrale. La fotografia Kirlian è in grado di captare solo uno spettro specifico di queste formazioni stratificate ma, per quanto spettacolari possano apparire queste fotografie, non rappresentano completamente il fenomeno. E' un po' come confrontare una foto in bianco e nero di attori che recitano una commedia, con l'esperienza di essere in teatro a vedere la commedia stessa. Con la fotografia, è possibile apprezzare soltanto una frazione. L'intera immagine è una meravigliosa esperienza visuale e sensoriale. Alcune persone sono in grado di vedere e percepire le auree, secondo le loro capacità naturali. Fino ad un certo punto questa abilità può essere insegnata e sviluppata. Posso provare a descrivere il processo necessario per vedere le auree. E' abbastanza simile al 'modo' in cui guardiamo qualcosa; un tentativo di investigare ed osservare oltre ciò di cui saremmo normalmente consci o consapevoli.

E' come guardare dentro una crepa o un piccolo buco in un muro. Da una certa distanza potrete vedere soltanto i contorni della fessura, ma se vi avvicinate potrete cominciare a vedere la luce filtrare dall'altra parte della crepa. Avanzando ancora di un paio di passi, vi sarebbe possibile intravedere dei movimenti dietro la fessura e, avvicinandovi completamente, sareste in grado di vedere le forme delle persone e degli oggetti dall'altra parte. Ma se voi mettete l'occhio direttamente sulla crepa, vedrete tutto. Appoggiando l'orecchio al

muro potreste sentire delle cose. Potreste anche sentire il profumo delle rose nel giardino dietro il muro, mettendo il naso sulla fessura e respirando l'aria. Alcune persone possono guardare il muro da una certa distanza e non notare nemmeno la crepa, oppure ci vuole un'altra persona per mostrargliela sul muro e renderli consapevoli della sua esistenza. A questo punto spetta a voi ed alla vostra curiosità, scoprire cosa c'è dall'altra parte.

## **GLI STRATI DELL'AURA**

*(Vedi diagramma pag. 122)*

### **PRIMO STRATO ( IL PROGETTO DELLA VITA )**

Il colore di questo strato è l'oro. Questo strato è la rappresentazione che ritrae la perfezione dell'individuo a tutti i livelli-fisico, mentale, emozionale e spirituale. E' come se noi esistessimo come esseri perfetti all'interno di involucri di imperfezione. Immaginate quest'aura come un vestito bianco nuovo di zecca, pulito e luminoso. Man mano che si percorre il sentiero della vita, questo vestito si sporca e ha bisogno di essere lavato. Dobbiamo semplicemente rimuovere lo sporco, che rappresenta a tutti gli effetti la programmazione negativa accumulata, e diventerà un'altra volta come nuovo. Molti guaritori si concentrano intenzionalmente sulla pulizia dell'aura come parte integrante della loro terapia. Quest'aura è la rappresentazione del vostro Higher Self e la vostra connessione con Dio.

Una volta chiesero a Michelangelo di spiegare come facesse a produrre statue così meravigliose da un materiale così difficoltoso come il marmo. Egli ci pensò e rispose: "E' molto semplice, vado alla cava, trovo un pezzo di marmo che mi piace, lo sistemo su un tavolo, rimuovo tutti i pezzi di cui non ho bisogno e la statua viene fuori". In altre parole, siamo tutti pezzi di marmo, in cui esiste una statua stupenda e aspettiamo solo che i pezzi non necessari siano rimossi! Lo scopo ultimo della consapevolezza spirituale è diventare la bellissima statua che esiste in noi.

### **SECONDO STRATO ( PROGRAMMAZIONE ISTINTIVA )**

Lo strato è generalmente di colore giallo pallido e rappresenta la nostra programmazione genetica ed ambientale (programmazione istintiva). Questa programmazione viene passata da una generazione all'altra, con tutti i suoi forti tratti caratteriali come la gentilezza, l'ego,

la paura e la speranza. Spesso un guaritore sensibile è in grado di sentire questa programmazione istintiva.

Vostra madre o vostro padre potrebbero avere una specifica caratteristica fisica o emozionale, come soffrire di mal di schiena o un temperamento suscettibile, letteralmente qualsiasi cosa. Queste debolezze o queste caratteristiche possono essere rappresentate nel vostro campo aurico. Potrete sviluppare lo stesso tratto oppure no, ma ci sono buone possibilità che lo facciate. In alcuni casi, questo campo aurico è così forte che un guaritore è in grado di sperimentare personalmente il problema, mentre è in contatto con il paziente, fino al punto da poter sentire il suo dolore o quello di un altro membro della sua famiglia.

Generalmente è meglio cercare di guarire ogni tratto caratteriale negativo prima che abbia occasione di manifestarsi. Molte persone credono anche nelle vite passate, che possono formare una parte della nostra programmazione istintiva. Questo è un argomento completamente differente, ma spesso una questione irrisolta in una vita passata può condurre ad uno stato di ansia nella vita attuale. Guarire questo problema, sia che ci si creda o no, può qualche volta aiutare.

Il vostro cervello aggiorna continuamente questo secondo livello dell'aura, in base alle vostre esperienze personali. Mentre questo strato dell'aura è trasformato dai nostri schemi di pensiero e dalla programmazione interna, può variare a seconda delle informazioni che forniamo al nostro subconscio mediante i cinque sensi.

### ***TERZO STRATO ( IL CAMPO FISICO)***

Questo è il più forte di tutti i livelli dell'aura ed è quello che possiamo in effetti osservare usando la camera Kirlian. Spesso queste immagini mostrano energie fisiche molto forti, che hanno l'aspetto di abbaglianti luci al neon blu, bianche, rosse o gialle che emanano dai nostri corpi e da una zona intorno. I guaritori hanno spesso un campo di energia fisica molto forte e nei test la camera Kirlian lo conferma.

Questo strato dell'aura è la rappresentazione della comunicazione che avviene tra le varie parti del corpo. Il complesso schema energetico che essa crea è composto dai messaggi che sono mandati ad ogni singola cellula. Uno schema energetico è come una lista di istruzioni che dice ad ogni cellula del corpo qual è la sua funzione. se questi messaggi energetici sono bloccati o rallentati, il contenuto delle istruzioni all'interno del messaggio può portare ad un'interpretazione errata, che alla fine può portare ad un malfunzionamento. Se un blocco energetico è scoperto dal sistema di controllo centrale, questo registrerà il malfunzionamento e manderà un messaggio di riparazione per disperdere il blocco nell'area del problema. Il dolore è un

messaggio mandato da questo sistema di autocorrezione per dire alla mente cosciente di cambiare il proprio comportamento per proteggere l'area problematica, in attesa che questa abbia la possibilità di guarire. Per esempio, se vi slogate una caviglia, produrrà un segnale di dolore, che altererà il vostro comportamento in modo tale da non farvi appoggiare sulla caviglia finché non sia guarita. Saprete che la vostra caviglia sta guarendo man mano che il dolore diminuisce.

Usare l'Em-Power Disc può accelerare la velocità di questo processo amplificando i messaggi mandati dal sistema di controllo centrale per correggere il problema. Quando diamo un'istruzione all'Higher Self sotto forma di una sequenza di comando, questi risponderà creando un programma per il corpo e per la mente affinché lo seguano. L'Higher Self, attraverso il nostro campo energetico (l'aura), trasmette questo programma al corpo ed alla mente.

Qualche volta è necessario dare un aiuto a questo nuovo campo energetico perché possa raggiungere la sua destinazione. Immaginate che questi campi energetici scorrano lungo cavi elettrici. Se c'è una rottura accidentale nel filo, il messaggio non raggiungerà la sua destinazione. Per riparare il danno e completare il circuito dobbiamo unire di nuovo insieme i cavi spezzati. I campi energetici di alcune persone sono in grado di agire come punti di saldature che connettono il circuito. Le tecniche di guarigione convenzionali che usano il tocco delle mani, spesso agiscono in questo modo. Il problema, tuttavia, è che gli schemi di circuito fra due persone spesso non sono compatibili, perché una delle due può operare ad un 'voltaggio' o ad una 'frequenza' diverso dall'altra. Poiché l'Em-Power Disc contiene frequenze multiple di comunicazione, è possibile usarlo come una connessione mettendolo sull'area del problema.

## **IL QUARTO LIVELLO ( EMOZIONALE )**

Questo è un campo molto largo che s'irradia a grande distanza in tutte le direzioni dal corpo. I colori di questo strato dell'aura dipendono dall'umore o dallo stato emozionale di una persona. Per esempio, l'oro indica serenità e pace. Il violetto indica una ricerca per una consapevolezza emozionale e spirituale. Il rosso segnala situazioni emozionali non risolte. Il blu, consapevolezza in espansione, il desiderio d'imparare e la creazione positiva. E' molto raro che si possa vedere soltanto un colore: normalmente l'aura emozionale è una combinazione di molti colori diversi.

Ogni colore si dispiega come una parte di un'intera immagine. Pensate per un momento ad un bel tramonto. L'atmosfera generale dell'immagine può variare molto a seconda dei diversi colori che contiene. Il colore dominante determina il tono generale della scena ed il resto è lasciato all'interpretazione che dipende dalla proporzione e dall'intensità dei colori in relazione all'intera immagine. Si può

descrivere così il quarto livello emozionale dell'aura. Ci possono volere tempo ed esperienza per interpretare correttamente queste complesse rappresentazioni emozionali, ma pazienza e pratica sono le parole chiave.

## **IL QUINTO LIVELLO ( LA CONNESSIONE COSMICA )**

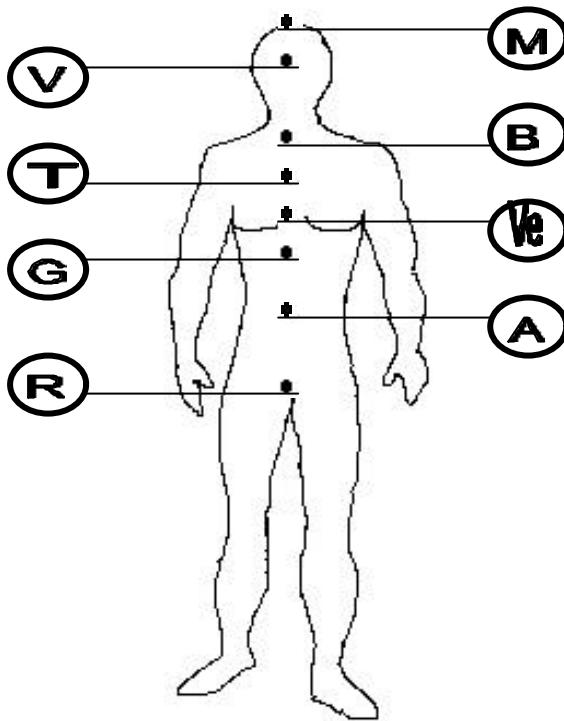
Questo è il livello al quale ci connettiamo con altre cose viventi. Esso ha l'aspetto di un fascio di luce, che emana dalla sommità della testa - la corona -, sebbene qualche volta possa apparire in altri punti specifici, chiamati chakra. E' fatto come un vortice, o come una colonna spiraleggiante a forma d'imbuto. Immaginate questo vortice, fatto di energia, che si dirige verso l'alto muovendosi a spirale, dalla corona, ed in avanti, dai chakra .

Tutti noi possediamo queste connessioni cosmiche, sebbene alcuni siano più connessi di altri. Questa è la soglia verso la consapevolezza della mente universale. Si dice che tutta la conoscenza dell'universo esista all'interno di questo 'internet cosmico'. Quando questa porta viene aperta, una persona percepisce un legame con tutte le cose viventi: una combinazione di gioia, amore e senso dell'infinito. All'interno di questa dimensione, tempo e spazio non hanno significato. Passato, presente e futuro esistono come una cosa sola. La proiezione astrale è la capacità di attraversare questa soglia e cavalcare le correnti che fluiscono attraverso il tempo e lo spazio.

Riassumendo, il campo dell'aura è una rappresentazione del nostro lato energetico e spirituale. Emana dal corpo e s'irradia in strati. Ogni strato ha uno scopo specifico ma interagisce con il tutto, in modo simile ai sistemi conosciuti del corpo, che interagiscono l'un l'altro per mantenere un corretto equilibrio.

Esperimenti fatti tempo fa con l'Em-Power Disc, usando la camera Kirlian, suggeriscono che l'energia e l'aura di chi lo usa sono fortemente migliorate, espanse e poste in equilibrio. Nell'Em-Power Terapia ci sono specifiche sequenze di comando che potete dare al vostro Higher Self per innescare una spontanea pulizia e il riequilibrio del campo aurico.

## I CHAKRA



<b>M</b>	<b>=</b>	<b>MAGENTA</b>	<b>LA CORONA</b>
<b>V</b>	<b>=</b>	<b>VIOLA</b>	<b>LA FRONTE</b>
<b>B</b>	<b>=</b>	<b>BLU</b>	<b>LA GOLA</b>
<b>T</b>	<b>=</b>	<b>TURCHESE</b>	<b>IL TIMO</b>
<b>Ve</b>	<b>=</b>	<b>VERDE</b>	<b>IL CUORE</b>
<b>G</b>	<b>=</b>	<b>GIALLO</b>	<b>IL PLESSO SOLARE</b>
<b>A</b>	<b>=</b>	<b>ARANCIO</b>	<b>LO STOMACO</b>
<b>R</b>	<b>=</b>	<b>ROSSO</b>	<b>IL CHAKRA BASE</b>



## LA TERAPIA DEI COLORI E I CHAKRA

Il potere che hanno i colori di influenzare il nostro umore e lo stato emozionale è ben noto. Un'intera terapia, conosciuta come cromoterapia, è stata sviluppata per usare l'influenza dei colori per guarire la nostra parte fisica, emozionale e spirituale. Nella cromoterapia tradizionale, ogni colore rappresenta un centro di energia intorno al corpo conosciuto come 'chakra'. Questi centri di energia si trovano lungo una linea verticale che parte dalla sommità del capo

-la corona- e scende giù per tutto il corpo. Ogni colore rappresenta un aspetto della parte fisica, emozionale e spirituale.

Quando un chakra è debole, la persona è soggetta a certi problemi associati con gli aspetti fisici, emozionali e spirituali di quell'area. Per esempio, il colore che rappresenta il chakra situato nel plesso solare, è il giallo. Se in una persona c'è una debolezza in questo chakra che è associato con determinati aspetti e caratteristiche, allora, da un punto di vista emozionale, potrà essere soggetto a cose come l'insicurezza, che può alimentare il desiderio di assumere il controllo, o la mancanza di concentrazione e coinvolgimento.

### **I CHAKRA** ( vedi diagramma pag.128)

**(M) Il chakra della corona è MAGENTA.** Quest'area è responsabile dell'aumento dei livelli di energia. Rappresenta il centro della nostra crescita spirituale, l'autorispetto, la dignità e la padronanza di sé. Quando è adeguatamente bilanciato, ci sentiamo 'in pace' con noi stessi. Quando è fuori equilibrio, sentiamo come una mancanza di controllo su ciò che ci circonda, abbiamo sensazioni di scarsa autostima e troviamo difficoltà a concentrarci adeguatamente. Possiamo perfino perdere facilmente la padronanza di noi stessi. Il chakra magenta, o della corona, è connesso alla parte alta del cervello, alla ghiandola pineale e all'occhio destro.

**(V) Il chakra situato sulla fronte è VIOLA.** Rappresenta pace, amore, individualità ed equilibrio interiore. Quando questo chakra è fuori equilibrio, possiamo sentirci tesi, ansiosi ed insicuri. Possiamo percepire una perdita di identità e avere difficoltà di concentrazione. Questo chakra è legato alla parte bassa del cervello, all'occhio sinistro, alla ghiandola pituitaria ed anche alle orecchie, al naso ed al sistema nervoso centrale.

**(B) Il chakra della gola è BLU** ed è il centro di bilanciamento per il metabolismo del corpo. Quando è fuori equilibrio, ci sentiamo stressati, ansiosi e tesi e siamo incapaci di comunicare correttamente

con gli altri. E' legato alla tiroide, alla gola, al sistema bronchiale e vocale ed ai polmoni.

**(T) Il chakra situato sul timo, all'altezza dello sterno, è TURCHESE.** Questo chakra è il centro del pensiero positivo e dei processi di comunicazione nel corpo. Quando è fuori equilibrio, può causare tensione, ansia, sensazione di mancanza di controllo sul corpo fisico e processi di pensiero negativi. Rappresenta il timo ed è associato con la produzione degli anticorpi ed al buon funzionamento del sistema immunitario.

**(Ve) Il chakra del cuore è VERDE** ed è il nostro centro di bilanciamento emozionale. Quando questo chakra non è bilanciato, il nostro equilibrio emozionale può diventare instabile e possiamo sentirci disorientati e confusi. Può interferire con il nostro processo decisionale e forse sviluppare una paura per gli spazi aperti. E' connesso al cuore, al sangue, al nervo vago ed al sistema circolatorio. Spesso possiamo usare questo centro unitamente all'Em-Power Disc per accedere e comunicare con altri sistemi del corpo e connetterci con l'Higher Self.

**(G) Il chakra situato sul plesso solare è GIALLO.** Come affermato precedentemente, quando questo chakra è fuori equilibrio ci sentiamo insicuri e sentiamo il bisogno di assumere il controllo. Possiamo anche provare mancanza di coinvolgimento e focalizzazione. Ad un livello fisico, può essere causa di nervosismo, tensione, confusione e mancanza di orientamento. Presiede alla funzione del pancreas, stomaco, fegato, cistifellea e del sistema nervoso.

**(A) Il chakra situato all'altezza dello stomaco è ARANCIO.** Presiede alla produzione ed al rilascio dell'energia e alla digestione. Quando è fuori equilibrio, ci sentiamo fisicamente insicuri, possiamo sviluppare un risentimento contro l'autorità, siamo soggetti a stress e possiamo soffrire della sindrome da intestino irritabile. Presiede alla milza ed ai sistemi riproduttivi.

**(R) Il chakra basale, situato al fondo della spina dorsale, è ROSSO.** Tradizionalmente è visto come 'la sede della forza vitale' ed è responsabile della vitalità e dell'autoespressione. Quando questo chakra è fuori equilibrio ci si sentirà esausti, oppressi, stressati e fisicamente deboli. Presiede alle ghiandole surrenali, alla colonna vertebrale ed ai reni.

## **ANTICA SAGGEZZA**

Molte filosofie antiche ed orientali riconoscono che i chakra sono i centri spirituali del corpo. Il numero dei chakra può variare da sei a dodici a seconda delle varie tradizioni. Visualmente, i chakra hanno l'aspetto di spirali o vortici di energia, possono essere visti da alcune persone e molti contengono più di un colore. Alcuni vedono i chakra come dei fiori che aprono i loro petali per mostrare la spiritualità e l'energia del nostro essere.

Esiste una visualizzazione molto potente che chiunque può usare per cercare di aprire o sbloccare i chakra. Immaginate un bel fiore, come ad esempio un girasole, e visualizzate questo fiore con i petali chiusi su uno qualsiasi dei punti dei vostri chakra. Lentamente, nutrite il fiore con la vostra energia e, mentre lo fate, guardate i petali aprirsi uno per uno.

Con l'Em-Power Disc siamo in grado di pulire, sbloccare e ristabilire tutti i chakra, usando delle sequenze di comando specificatamente formulate.

## **SBLOCCARE I PUNTI DI ENERGIA**

Per mantenere l'equilibrio del corpo è importante che le nostre vie energetiche non si blocchino. Se si dovesse verificare un blocco, rallenterebbe il processo di guarigione e molti dei processi naturali di comunicazione nel corpo. Molte tecniche, compreso l'agopuntura, l'acupressura e l'Ayur Veda, usano metodi che sono designati specificatamente per rimuovere e rilasciare qualsiasi blocco energetico che possa capitare nell'organismo.

Attraverso i nostri studi abbiamo trovato che l'agopuntura può essere molto efficace. Ma possono occorrere molti anni per imparare il procedimento e può essere molto costoso e/o essere difficoltoso andare a trovare un agopuntore ogni volta che si sviluppi un blocco in una delle vostre vie energetiche. Così abbiamo sviluppato un metodo relativamente semplice con il quale potete usare l'Em-Power Disc per disperdere un blocco energetico.

Piazzando semplicemente un Disco su specifici punti del corpo per circa un minuto, è possibile rimuovere la maggior parte dei blocchi nel corpo. E' sempre meglio chiedere ad un amico o ad un membro della vostra famiglia di sbloccare il vostro sistema energetico, piuttosto che tentare di farlo da soli. Spesso può essere difficile appoggiare il Disco su certi punti senza ingarbugliarvi fisicamente! Questo, da solo, ridurrebbe il flusso di energia attraverso il vostro corpo.

## IL CICLO DELLA VITA



## IL PRINCIPIO DEI CICLI

Il Principio dei Cicli afferma che ogni cosa vivente dipende per la propria esistenza da molti cicli.

Ogni aspetto fisico, mentale, emozionale e spirituale di noi stessi è soggetto al Principio dei Cicli. E' un processo che si applica ad ogni cellula del nostro corpo, ad ogni pensiero che abbiamo e ad ogni aspetto del nostro intero essere.

Che cos'è un ciclo in termini semplici? E' il processo di nascita, crescita e morte. La nostra programmazione istintiva, che possiamo definire come l'informazione ereditata passata di generazione in generazione, determina la funzione e lo scopo di ogni ciclo nel nostro corpo, nella nostra mente e nel nostro spirito.

All'interno di un singolo ciclo ci sono tre componenti di base :

### **FORMAZIONE, AZIONE e COMPLETAMENTO**

**FORMAZIONE** è l'inizio di un ciclo. La nostra programmazione istintiva determina la funzione di base, lo scopo e la natura di questo processo. Una volta che il ciclo è stato formato, la sua funzione ed il suo scopo sono chiaramente definiti e il 'principio del ciclo' è messo in azione.

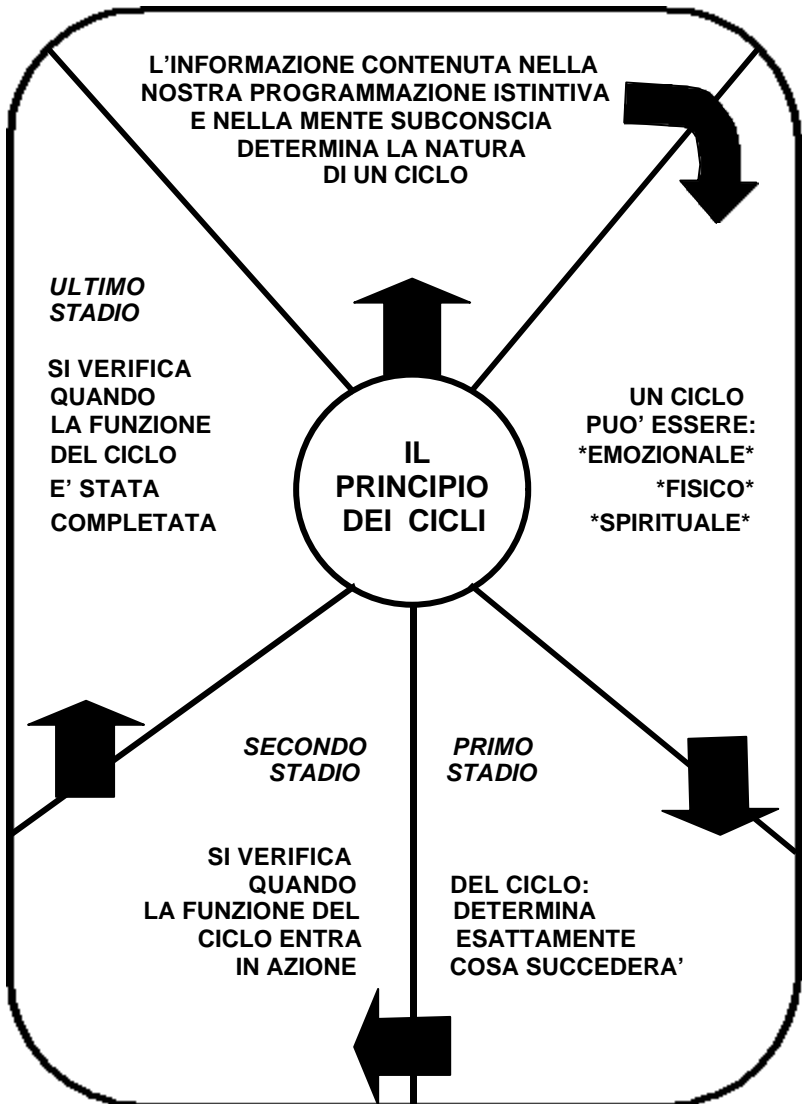
**AZIONE** è la direzione e gli attributi fisici di un ciclo. In altre parole è 'ciò che in effetti succede' durante la vita di un ciclo.

**COMPLETAMENTO** è il terminare di un'azione all'interno del ciclo. Spesso, dopo il completamento di un ciclo, questo si rinnova ed il processo torna a ripetersi.

Osserviamo un primo esempio di un Principio del Ciclo. Il ciclo della 'vita' è rappresentato dalla nascita, infanzia, pubertà, adolescenza, maturità, mezz'età, vecchiaia e morte (*vedi diagramma, pag.132*). Possiamo descrivere il ciclo della vita come una ruota che gira in senso orario. Tutti gli altri cicli all'interno di corpo, mente e spirito sono solamente 'ruote all'interno di ruote'.

In ogni momento, a seconda di dove ci troviamo nel ciclo della vita, ci sono letteralmente milioni di cicli che muoiono e rinascono all'interno del nostro corpo e della nostra mente. Anche se molti cicli sono predeterminati dalla nostra programmazione istintiva, possono essere influenzati dal modo in cui sentiamo e dalle situazioni ed eventi che costituiscono la nostra vita quotidiana. Possiamo creare i nostri cicli personali positivi e negativi (specialmente quelli associati con la mente subconscia), attraverso le nostre esperienze di vita ed il modo in cui le percepiamo ed interpretiamo. Un evento vissuto in modo

*IL PRINCIPIO DEI CICLI*



estremamente negativo, potrebbe avere un impatto determinante su molti cicli diversi nel nostro corpo e nella nostra mente. Una situazione simile può fungere spesso da catalizzatore per malattie e disturbi.

E' possibile effettuare cambiamenti positivi a lungo termine in un ciclo se individuiamo esattamente quando esso si è formato. E' solo nello stadio di formazione che un ciclo è suscettibile di cambiamenti sia positivi che negativi. Fortunatamente, questa vulnerabilità è limitata ad un breve lasso di tempo che può durare da sei a ventiquattro ore in un periodo medio da ventotto a trenta giorni. In altre parole, un determinato ciclo può essere cambiato solo se abbiamo una potente esperienza di vita durante un preciso periodo di ventiquattro ore in ogni ciclo di ventotto, trenta giorni. Nell'Em-Power terapia questo periodo di vulnerabilità è chiamato 'Zona di Impatto sul Ciclo'. Se dovesse verificarsi una potente situazione negativa, come la morte di una persona cara, precisamente durante una zona di impatto di un ciclo, potrebbe avere un effetto nocivo sulla salute ed il benessere di una persona. Questo effetto negativo può accompagnare una persona per tutta la vita se essa non effettua i necessari cambiamenti. Perciò la conoscenza e la comprensione della nostra zona di impatto su un ciclo, può rappresentare un miglioramento per la nostra vita.

Comunicando con il vostro Higher Self tramite l'Em-Power Disc è possibile esaminare un ciclo e trovare la sua zona d'impatto. Dotati di questa informazione, sarete allora in grado di fare radicali cambiamenti positivi sul vostro benessere fisico, mentale ed emozionale.

Osserviamo ora i vari tipi di cicli esistenti nel corpo, mente e spirito e vediamo come possiamo usare la conoscenza acquisita con la comunicazione con l'Higher Self per effettuare cambiamenti positivi a lungo termine ad ogni livello. *(vedi diagramma, "Il Principio dei Cicli", pag. 134).*

Quali sono i più importanti cicli che ci influenzano nella nostra vita quotidiana?

### **FISICO, MENTALE, EMOZIONALE, SPIRITUALE, EREDITARIO.**

Quali sono gli eventi principali che possono incidere, influenzare o cambiare la natura di un ciclo all'interno di una zona di impatto di un ciclo?

***\*La percezione di un senso di perdita (come la morte di una persona cara)***

***\*Un trauma fisico (come un incidente)***

***\*Condizionamenti non necessari (dai genitori, dalla società, dalla religione, ecc.)***

***\*Condizioni ambientali (il luogo dove viviamo, l'inquinamento, ecc.)***

***\*Esperienze di vita contenute nella mente subconscia (es. situazioni infantili forti).***

Qualsiasi esperienza forte o emozionale che si verifichi in una zona di impatto sul ciclo, può avere un'influenza su di esso. Se dovesse avvenire un cambiamento serio in uno specifico ciclo, potrebbe incidere su diversi cicli interconnessi. Per esempio, se siete un tipo di persona che ha un peso che varia spesso, potrebbe esservi successa una forte esperienza emozionale da bambino, precisamente in una zona di impatto sul ciclo. Questa esperienza potrebbe aver colpito inizialmente solo il vostro ciclo emozionale ma, se non controllata, potrebbe avere infine influenzato e cambiato il vostro ciclo metabolico, il vostro ciclo del bambino interiore e magari molti altri cicli fisici ed emozionali. In ultima analisi, è possibile che eventi come questo potrebbero alla fine cambiare la vostra programmazione istintiva e, senza volerlo, potreste tramandare questo ciclo, con tutte le sue conseguenze, ai vostri bambini.

Il vantaggio di conoscere la natura precisa di una zona di impatto sul ciclo è che voi potete operare cambiamenti di miglioramento della vita sulla vera e propria natura dei cicli dentro di voi. Infatti, potrete ribaltare gli effetti negativi di un ciclo ereditario, proveniente dalla vostra programmazione istintiva. Questi cambiamenti positivi potrebbero includere una salute ottimale, un apprendimento veloce ed un incremento della capacità intellettuale. La chiave per ottenere questi cambiamenti positivi è la comunicazione con il vostro Higher Self.

## ***COME EFFETTUIAMO CAMBIAMENTI POSITIVI IN UN CICLO USANDO L'EM-POWER TERAPIA?***

Dal momento che l'Higher Self ha la possibilità di influenzare o cambiare la natura di un ciclo, stabilendo una comunicazione a due vie con l'Higher Self voi potete:

***\*Trovare la data ed il tempo preciso di una specifica zona d'impatto di un ciclo***

***\*Determinare se un ciclo è responsabile di una situazione negativa***



***\*Scoprire se altri cicli sono stati influenzati da un evento nel passato***

***\*Scoprire se un determinato ciclo negativo proviene dalla vostra Programmazione Istintiva.***

Dopo aver analizzato le informazioni precedenti, potete usare delle sequenze di comando specificatamente fraseggiate per:

***\*Cambiare le componenti negative in un ciclo e trasformare così il risultato da negativo a positivo***

***\*Rimuovere qualsiasi stimolo responsabile del perpetuarsi di un ciclo negativo***

***\*Correggere la polarità dell'energia da negativa a positiva in corpo, mente e spirito per aumentare i vostri livelli di energia***

***\*Creare nuovi cicli che possono aumentare la vostra aspettativa di vita e migliorare drasticamente la vostra salute***

***\*Creare la vostra personale 'Carta dei Cicli' che include le zone d'impatto dei cicli che più vi influenzano***

***\*Evitare le situazioni negative che possono avere un impatto su un ciclo.***

Più di un anno fa, una signora a nome Maureen venne a trovarmi. Aveva accusato sintomi simili all'influenza ed aveva avuto infezioni al petto, ricorrenti ogni tre mesi. Il suo medico le aveva prescritto delle medicine come ad esempio degli antibiotici, ma avevano avuto poco o nessun effetto. Abbiamo attivato l'Em-Power Disc e, comunicando con il suo Higher Self, abbiamo identificato la zona d'impatto del suo ciclo emozionale.

Dopo aver determinato il momento preciso in cui si era formato il suo ciclo emozionale, (cosa che era avvenuta circa tre mesi prima), scoprimmo che in quel giorno preciso sua madre, che lei aveva amato tantissimo, era morta all'età di novantadue anni. Poiché questo era successo all'interno della zona d'impatto del ciclo emozionale di Maureen, aveva innescato una serie di risposte fisiche. In questo caso dicemmo al suo Higher Self di rimuovere qualsiasi stimolo negativo associato con il suo ciclo emozionale e, in pochi giorni, Maureen aveva cominciato a sentirsi molto meglio. Tuttavia un anno dopo, all'anniversario della morte di sua madre, l'emozione venne nuovamente stimolata ed i sintomi di Maureen si ripresentarono. Perciò, specialmente nei nostri momenti più vulnerabili, potremmo dover ripetere questo procedimento per rimuovere permanentemente qualsiasi effetto collaterale negativo a livello fisico che possa ripresentarsi.

Come potete vedere, la scelta del momento è cruciale quando si tratta di effettuare cambiamenti positivi nel corpo e nella mente. Spesso non riusciamo a decidere di operare cambiamenti positivi nella nostra vita fino a quando non succede qualcosa di veramente brutto.

Un tipo speciale di ciclo di sopravvivenza può essere innescato nei momenti di maggiore disperazione ed ansietà. Io chiamo questo ciclo 'ciclo dell'ultima risorsa', perché per molte persone è un salvavita e può rappresentare la differenza tra la vita e la morte. Il ciclo dell'ultima risorsa è creato dalla nostra programmazione istintiva e, senza di esso, probabilmente ci arrenderemmo di fronte a situazioni molto difficili.

Riassumendo, i cicli e le loro zone d'impatto giocano un ruolo cruciale nelle nostre vite quotidiane e, se una situazione o un evento negativo accade durante una zona d'impatto, diventiamo vulnerabili su molti livelli (emozionale, fisico e spirituale). L'Em-Power Terapia, tuttavia, può darvi un metodo facile da usare per stabilire e correggere una condizione fisica o emozionale negativa che sia il risultato di un evento che è successo durante una zona d'impatto di un ciclo.

## **SIMBOLI E SIMBOLISMI**

Dai tempi biblici, fino ai nostri giorni, i simboli ed il simbolismo hanno giocato una parte cruciale nel processo di comunicazione tra le persone. In molti casi essi sono stati lo stimolo o la causa della formazione di un determinato linguaggio. I geroglifici egiziani sono un buon esempio del modo in cui i simboli possono essere usati per comunicare intenti o informazioni.

I simboli sono spesso rappresentazioni di ciò che ci circonda e, nella loro forma originale, possono aver avuto l'aspetto di semplici disegni come un albero, una casa, un tempio, ecc. Questi disegni alla fine formarono un linguaggio rudimentale. La ragione per cui i simboli hanno significati molto potenti è contenuta nella nostra programmazione istintiva. I simboli religiosi, in particolare, hanno un grandissimo potere per le persone di quella determinata fede o confessione, fino al punto in cui un simbolo può essere un catalizzatore per la guarigione, in presenza delle giuste circostanze ambientali.

Questi simboli agiscono come stimolo per la nostra programmazione istintiva. Mentre la mente subconscia contiene la somma delle nostre esperienze, la nostra programmazione istintiva contiene informazioni dal contenuto emozionale estremamente potente (tramandate di generazione in generazione). Un simbolo può avere su di un individuo un effetto positivo, negativo o neutro. Può apparire come assolutamente senza significato per una persona, mentre per un'altra può stimolare una profonda esperienza fisica, emozionale o spirituale.

Non esiste un'uniformità reale tra le esperienze delle persone, poiché spesso la risposta di un individuo ad un simbolo è completamente diversa da quella di un altro. La cosa incredibile dell'Em-Power Disc è che permette a tutti di vedere e sperimentare il potere dei simboli in modo uniforme. Questo significa che se una persona si sente felice quando guarda un simbolo indossando il Disco, un'altra proverà la stessa emozione di base quando guarderà lo stesso simbolo. Il Disco non fa eccezione rispetto a tutti gli altri strumenti di comunicazione, nel senso che funziona adoperando un certo linguaggio, solo che questo linguaggio è quello dell'Higher Self.

Molte tecniche di guarigione operano usando un qualche tipo di linguaggio specifico. In agopuntura, per esempio, è il linguaggio dei 'punti', dove uno specifico gruppo di coordinate è studiato per stimolare determinate risposte nell'individuo. Questo è un linguaggio di per se stesso. Il Reiki usa molto il simbolismo per mandare diverse frequenze di energia per la guarigione. Questi simboli sono altamente valutati e dati all'individuo dopo una cerimonia di iniziazione. Per quanto bizzarro un rituale possa apparire ad alcune persone,

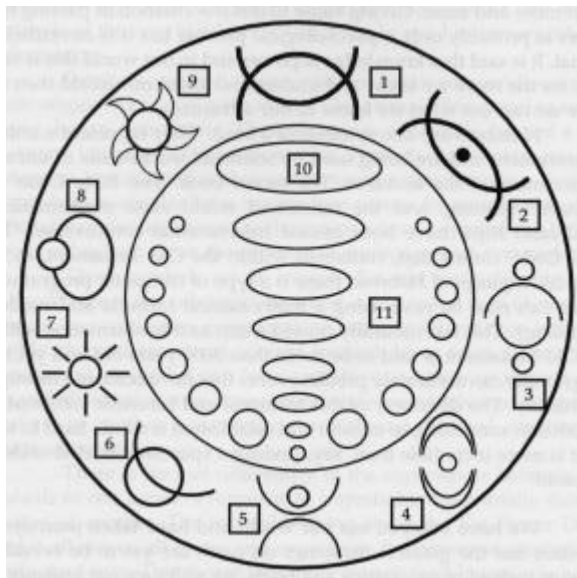
l'iniziazione rappresenta una parte importante in molte culture religiose ed anche in confraternite universitarie (specie negli USA) esistono certi tipi di cerimonie d'iniziazione quando nuovi studenti entrano in determinati gruppi. Il processo d'iniziazione è stato trasmesso da maestro ad allievo e si tratta in realtà soltanto del passaggio d'informazione da uno all'altro. La cerimonia, in un certo senso, intensifica e simbolizza l'informazione che viene trasmessa allo studente. Per ovvie ragioni, se noi sentiamo che qualcosa ha grande valore impariamo a farne tesoro sempre di più. Dare valore a quest'informazione mentre la si passa ad un altro è probabilmente soltanto un processo psicologico, ma è non di meno cruciale. Si dice che la conoscenza è potere e nel nostro mondo questo è verissimo, perché più noi conosciamo e sappiamo del nostro mondo, più possiamo usare questa conoscenza a nostro vantaggio.

Anche i numeri sono un tipo di simbolo. Essi rappresentano un'unità di misura e sono usati da scienziati in tutto il mondo per svelare i significati dell'universo. La recente pubblicazione del libro 'Il Codice della Bibbia', scritto da Michael Drosning e dal Dr. Eliyahu Rips - matematico di riconosciuta fama mondiale -, ha causato una controversia internazionale. 'Il Codice della Bibbia' afferma che, racchiuso nell'Antico Testamento, in linguaggio ebraico originale, esiste una sorta di programma per computer, che può adesso essere letto usando una formula matematica e la moderna tecnologia. Questo ha naturalmente suscitato scalpore, poiché le informazioni contenute nell'Antico Testamento si ritiene che siano vecchie oltre tremila anni, eppure questo programma può predire accuratamente eventi accaduti successivamente nel corso della storia. La scoperta di queste informazioni tecniche e futuristiche codificate in qualcosa di così antico e fondato, è un po' difficile da accettare. E' ancora più incredibile, si può dire, che trovare una nave spaziale sepolta sotto una piramide!

Abbiamo fatto una mappa di tutto il nostro mondo e abbiamo intrapreso viaggi verso le stelle, ma i più grandi misteri sulla terra sono ancora da rivelare. Forse, invece di astronavi e vascelli, dovremmo rivolgere la nostra attenzione al microcosmo, dove la particella più piccola potrà rivelare come funziona l'universo. Questi viaggi saranno intrapresi solo con il passare del tempo, ma useremo equazioni matematiche per viaggiare nel mondo dell'infinitamente piccolo. Molte delle equazioni di Einstein non sono state dimostrate per diversi anni ed è solo con il passare del tempo che possiamo provare o smentire qualsiasi cosa. Comunque, le equazioni tendono a rivelarsi corrette o scorrette e, una volta provate, rimangono relativamente costanti.

## *DIAGRAMMA DELLA RUOTA DELLA SPIRITUALITA' DELL'EM-POWER*

*“La ruota dell’Em-Power nell’insieme è studiata per  
eseguire uno specifico proposito”*



### *SIGNIFICATO DEI SIMBOLI*

1. = PUNTO D'INIZIO (POWER UP)
2. = CONNESSIONE CON L'HIGHER SELF
3. = UNIONE DI MENTE E CORPO
4. = RAFFIGURAZIONE DEL VOSTRO CONCETTO PERSONALE DI DIO
5. = SANTO
6. = DIVINO
7. = ENERGIA POSITIVA
8. = RIMOZIONE DEI CICLI SPIRITUALI NEGATIVI
9. = RAPPRESENTAZIONE DELL'ASPETTO "RIFERIMENTO TEMPORALE" DELLA SEQUENZA DI COMANDO "ADESSO"
10. = SERIE DI COORDINATE O ISTRUZIONI CHE INDICANO AL CORPO L'AREA SPECIFICA CHE HA BISOGNO DI ESSERE SBLOCCATA
11. = CENTRO O COLORE DEL "NUCLEO" RAPPRESENTA IL CHAKRA PRINCIPALE ASSOCIATO CON LA FUNZIONE PRIMARIA DELLA RUOTA.

## LA RUOTA DELL'EM-POWER

L'Em-Power Terapia mostra all'individuo vari modi di comunicare con l'Higher Self ed ha messo a punto un sistema di comunicazione visuale basato sui simboli (*vedi diagramma "la Ruota dell'Em-Power", pag. 125*). Questo è strutturato come delle ruote che girano in direzione oraria.

Ogni simbolo rappresentato sul bordo esterno della ruota, rappresenta una singola istruzione, comando o affermazione e, insieme, sono stati studiati per assolvere una funzione specifica, come la rimozione di ansia o paura. In effetti, i simboli sulla ruota rappresentano e rimpiazzano le sequenze di comando e le istruzioni che diamo al nostro corpo, così l'ordine di queste istruzioni è importante. Questo è il motivo per cui seguiamo intorno alla ruota in senso orario, cominciando dalla posizione delle ore dodici.

Il colore centrale (o nucleo), rappresenta il chakra principale che è associato con la funzione primaria della ruota (magenta, viola, blu, turchese, verde, giallo, arancio e rosso). Per esempio, il colore magenta rappresenta il chakra associato con lo sviluppo spirituale, così una ruota dell'Em-Power con il centro color magenta, avrebbe principalmente una funzione spirituale. I piccoli punti colorati all'interno del nucleo sono dei gruppi di coordinate o istruzioni che dicono al corpo quali sono le specifiche aree che devono essere sbloccate (in modo simile alla posizione degli aghi nell'agopuntura).

Ogni ruota dell'Em-Power ha una funzione particolare. Per esempio, potrebbe servire a correggere un determinato problema fisico, sviluppare o migliorare la consapevolezza spirituale e psichica, o vincere fobie e paure. Ogni ruota richiede una certa quantità di energia per attivare adeguatamente le appropriate sequenze di comando e la quantità di energia che adoperiamo dipende dalla funzione di ogni ruota.

I simboli usati nell'Em-Power Terapia non sono una rappresentazione visuale della funzione stessa (per esempio, il simbolo per 'felicità' non è una faccia sorridente) e così non possono essere interpretati come una suggestione di qualsiasi genere. Spesso i più semplici dei simboli sono i più potenti. L'Em-Power Terapia è studiata per insegnarci come usare i simboli per aiutarci a raggiungere i nostri obiettivi.

## **L'EM-POWER DISC**

I processi di comunicazione all'interno del nostro corpo sono di gran lunga più sofisticati di quanto realmente immaginiamo. Ogni sistema nel corpo usa il suo linguaggio per comunicare con un altro sistema, mandando milioni di messaggi ogni secondo e quel linguaggio è unico come un'impronta digitale. Immaginate per un momento che noi abbiamo la conoscenza per fare un trapianto di cervello. Scopriremmo che ci vorrebbero anni affinché il nuovo cervello scopra tutti i processi di comunicazione del suo nuovo corpo, perché il corpo e la mente di una persona possono avere un linguaggio totalmente differente da quelli di un'altra!

Se un paziente deve subire un trapianto di un organo, i dottori dovrebbero trovare un donatore con lo stesso tipo di sangue per cercare la miglior corrispondenza possibile perché, più sono simili il donatore ed il ricevente, minore sarà la possibilità di rigetto dell'organo. Ancora, la ragione per tutto ciò è che le cellule dell'organo del donatore sono diverse da quelle del ricevente. Alla fine il corpo ricevente imparerà a comunicare adeguatamente con il nuovo organo, permettendogli così di funzionare correttamente. Tale è la complessità dei sistemi di comunicazione nel corpo.

Ipotizziamo di voler installare un nuovo programma in un computer - come ad esempio un semplice correttore ortografico. Se questo programma non è stato studiato per lo specifico sistema operativo del nostro computer, questi non lo accetterà. A questo punto possiamo fare due cose. O cambiamo la macchina ed il suo sistema operativo, o compriamo un nuovo programma che sia compatibile con il nostro computer.

Adesso immaginiamo di avere uno speciale strumento universale studiato per essere usato da qualsiasi sistema di computer esistente. Potremmo installarlo sul nostro computer e, una volta attivato, permetterebbe alla nostra macchina di accettare ed usare qualsiasi programma. In un certo senso, questo strumento è un traduttore universale. E' in questo modo che dovremmo pensare all'Em-Power Disc. Pensate ad esso come ad uno strumento speciale ed unico che può essere letto dal campo energetico del corpo. In termini semplici, questo è il modo in cui funziona :

Il Disco viene posizionato all'interno del campo energetico della persona. Il campo energetico legge le informazioni contenute sul Disco. Queste informazioni insegnano al corpo come accedere ad un nuovo livello di comunicazione: il traduttore universale. Questo nuovo livello di comunicazione rende possibile una conversazione interattiva

con le diverse parti del corpo e della mente. Possiamo letteralmente parlare con essi per la prima volta e dire loro che cosa ci piacerebbe che facessero.

Molto frequentemente la gente mi chiede, quando viene in contatto per la prima volta con l'Em-Power Disc, che cosa faccio per far sì che un piccolo pezzo di alluminio funzioni in questo modo. E' molto difficile dare una spiegazione scientifica credibile, perché i processi coinvolti nella preparazione del Disco sono una combinazione di 'pensiero dalla teoria' e delle mie inusuali capacità. Per alcuni, questa spiegazione non è sufficiente e sospettano che ci sia incluso 'qualcos'altro' nel procedimento che, per qualche ragione, non sono disposto a rivelare. Questa diffidenza o scetticismo iniziali impediscono talvolta a certe persone anche solo di provare l'Em-Power Terapia.

Nella mia esperienza, comunque, se una persona ha un problema fisico, o magari ha un interesse nell'autoguarigione, proverà il Disco ed avrà esperienze incredibili che davvero la guideranno all'autoguarigione. O, per lo meno, riceverà la prova fisica o pratica di cui ha bisogno per dimostrare chiaramente i benefici che si traggono dall'Em-Power Terapia. Questa prova fisica o pratica del fenomeno che sta alle spalle dell'Em-Power Disc, è ciò che abitualmente persuade queste poche persone inizialmente riluttanti a provarlo, o che erano molto scettiche all'inizio.

La funzione principale dell'Em-Power Disc è quella di permettere ad una persona di avere una conversazione interattiva con il suo Higher Self, attraverso il suo corpo fisico. L'Higher Self della persona è in grado di rispondere a molte delle domande a cui comunque io non sono in grado di rispondere in questo momento. Queste risposte possono avere la forma di semplici 'sì' o 'no', o assumere un più sofisticato senso di 'sapere', comprendere ed alla fine accettare. In qualsiasi modo questa comunicazione venga fatta, i vantaggi per la persona sono potenzialmente vastissimi. Gli usi positivi dell'Em-Power Disc come strumento di comunicazione interattiva sono così stupefacenti da superare normalmente qualsiasi timore scettico della persona o il bisogno di comprendere precisamente come funziona in termini scientifici.

Uno degli scopi principali del Programma di Ricerca dell'Em-Power è quello di tentare di scoprire la scienza che sta dietro il funzionamento del Disco. Ci rendiamo conto che probabilmente ci vorranno molti anni. Noi paragoniamo il fenomeno a qualcosa di simile alla scoperta dell'elettricità, che era inesplicabile all'inizio, ma che alla fine la scienza fu in grado di spiegare.

L'Em-Power Disc è un pezzo di alluminio anodizzato del diametro di 35 mm. Attraverso la nostra ricerca abbiamo scoperto un modo di intervenire sull'energia contenuta nella molecola dell'alluminio, e che



ci permette di immagazzinare informazioni sull'Em-Power Disc. La possibilità che un'altra persona o una società possa identificare, riprodurre e preparare un prodotto simile, sarebbe improbabile come vincere alla lotteria ogni settimana per i prossimi cento anni! Tutti gli Em-Power Disc hanno un marchio registrato e noi mettiamo in guardia chiunque contro le possibili contraffazioni o pretese di altri prodotti di agire allo stesso modo.

Per impedire lo sfruttamento e la frode nei confronti delle persone che desiderano usare l'Em-Power Disc, sono stati impiegati diversi fattori di sicurezza. Chiunque volesse usare o azionare un Em-Power Disc deve diventare un membro del 'Progetto di Ricerca Ufficiale dell'Em-Power Disc'. La persona riceverà quindi un numero d'iscrizione esclusivo che certificherà il marchio di autenticità.

## **REAZIONI RISCOINTRATE NELL'USO DELL'EM-POWER DISC E DELL'EM-POWER TERAPIA**

Queste reazioni variano da persona a persona a seconda dello stato fisico ed emozionale. Possono consistere in manifestazioni diverse che vanno da spontanei movimenti fisici ad aggiustamenti strutturali molto tenui, da sollievi profondi ed emozionali al sentirsi semplicemente meglio e più sicuri di sé.

La reazione tipica iniziale all'Em-Power Disc è normalmente di estremo scetticismo e di incredulità. L'idea che un pezzo d'alluminio viola possa generare uno degli effetti di cui parleremo dopo, è così difficile da accettare per una persona logica, che la maggior parte delle persone ha bisogno di sperimentarlo personalmente.

Quando si prende in mano il Disco, normalmente avvengono dei leggeri cambiamenti fisici ed emozionali. I cambiamenti fisici di solito includono il sollevarsi spontaneo di una o di entrambe le braccia. Questo può, all'inizio, sembrare un po' strano. Molte persone, se non comprendono completamente il concetto, reagiscono dicendo qualcosa come "è una sensazione molto strana!". La mancanza di comprensione porta alla sensazione di mancanza di controllo, ed è questa sensazione che inizialmente fa paura ad alcune persone. Una volta compreso che basta semplicemente dire al proprio corpo di riportare giù le braccia, e che il nostro corpo risponde immediatamente, qualsiasi timore o dubbio che possiamo aver avuto, verrà a cadere.

Queste prime sensazioni si trasformano usualmente in interesse ed eccitazione. Una volta che ci rendiamo conto che tutto ciò che dobbiamo fare è dare al nostro corpo una semplice sequenza di

comando e che esso reagirà in modo preciso e controllato, saremo sopraffatti dalle infinite possibilità che ci si presentano.

Ricordo la prima volta che un medico provò l'Em-Power Disc. All'inizio era completamente incredulo sull'intero concetto e mi disse che avrebbe provato il Disco per dimostrare che era solo frutto della mia immaginazione. Gli misi il Disco nella mano destra, le sue braccia si alzarono quasi immediatamente ed egli reagì lasciando cadere il Disco sul pavimento, stupefatto, gridando "Che cos'è stato?". Quando gli dissi che il sollevarsi delle braccia era una reazione normale all'Em-Power Disc, egli rimase stupefatto e replicò "Ma io non ci credo". Io alzai semplicemente le spalle e gli feci l'esempio dell'elettricità: "Quando lei è entrato in questa stanza, ha acceso la luce, senza pensare se la luce potesse accendersi o no. In questo caso, ciò che lei crede non ha alcuna importanza ! Esistono delle ragioni per cui la luce avrebbe potuto non accendersi: (a) l'interruttore era guasto, (b) il cavo poteva essere interrotto, (c) mancava la corrente, (d) non c'era la lampadina nel portalampade. Stabilito che tutti e quattro gli elementi di questa particolare equazione si verificano, allora la luce dovrà accendersi.

Un altro esempio calzante è quello della gravità. Il nostro credere nella gravità non ha nessuna rilevanza. Se gettiamo una mela da un edificio di tre piani, si spiacchierà comunque al suolo. Dopo i miei commenti, il medico volle di nuovo provare l'Em-Power Disc. Entrambe le sue braccia si alzarono e sentì l'energia fluire attraverso di lui. Faceva continui commenti su quello che sentiva, esprimendosi come se nessun altro prima di lui avesse provato delle sensazioni del genere! A questo punto lui era ancora un po' titubante ma, quando gli mostrai che tutto quello che doveva dire era "Riporta giù le mie braccia adesso" e che il suo corpo rispondeva immediatamente, il suo atteggiamento cambiò diventando interessato e curioso. Ci volle qualche momento in più perché il medico capisse pienamente che era la connessione con il suo Higher Self ad essere stata stimolata; che *lui* era pienamente responsabile ed aveva il controllo dei movimenti del suo corpo e che non era alcuna forza 'esterna' a cercare di controllarlo. Una volta che ciò gli fu chiaro, si rilassò e divenne molto eccitato per l'intera questione.

Gli mostrai allora alcuni modi base per comunicare con il suo Higher Self attraverso il suo corpo, come "Fammi sentire molto felice adesso". La sua risposta immediata a questo particolare comando fu una risata isterica. Dopo questa prova molto limitata egli reagì come la maggior parte delle persone, insistendo di voler sapere di più circa gli aspetti scientifici del Disco, come funzionava e come avevo fatto a farlo.

Gli illustrai allora il potenziale medico e psicologico dell'Em-Power Terapia, mostrandogli come poteva usare l'Higher Self per dare sollievo

e auto correggere il suo problema alla schiena, ed istantaneamente ne trasse beneficio. Ne fu molto impressionato e disse che pensava che fosse una cosa fantastica. Gli spiegai che gli avevo mostrato soltanto il due o il tre per cento di quello che già conoscevo circa il potenziale e l'uso dell'Em-Power Disc. Allora mi chiese se pensavo fosse opportuno per lui provare il Disco su qualcuno dei suoi pazienti in quei casi estremi dove la medicina convenzionale sembrava non aver dato benefici.

In un'altra occasione, conobbi un'ipnoterapista esperta che conosceva il modo in cui lavora il subcosciente e pensava che l'Em-Power Disc fosse meramente una tecnica autoipnotica. In risposta alle sue domande, le suggerii semplicemente di provare il Disco e trarre le proprie conclusioni. Come al solito, le misi il Disco nella mano ed ella sentì immediatamente una sensazione calda e formicolante provenire da esso. Allora una sensazione d'irresistibile euforia l'avvolse e riempì il suo intero corpo. Le feci fare le procedure di base ed ella rispose allo stesso modo del medico.

Abbiamo precedentemente affermato che l'ipnoterapia funziona sull'assunto che la mente subconscia è come un bambino di sei anni che immagazzina le esperienze come ricordi, emozioni ed informazioni sensoriali. Normalmente, quando un ipnoterapeuta comunica con la mente subconscia di una persona, questa si trova in uno stato di rilassamento estremo. Ed è in questo stato di percezione 'alterata' che l'ipnoterapista è in grado di usare suggerimenti ripetitivi tramite i quali la mente subconscia è persuasa ad assimilare nuovi concetti ed idee che potrebbero portare beneficio. Il punto importante, nell'ipnoterapia, è l'uso di suggestioni ripetitive.

L'Em-Power Disc ed il metodo di comunicazione usato, non rispondono o funzionano in questo modo. Infatti, l'Higher Self considera i suggerimenti ripetitivi come quasi insultanti. L'Higher Self è una forza intelligente, ben oltre il nostro normale intelletto e certamente non paragonabile ad un bambino di sei anni. Nella realtà dei fatti, se una sequenza di comando è ripetuta più di tre volte nell'arco di un determinato periodo di tempo, è probabile che l'Higher Self ignorerà completamente quell'istruzione. Il risultato, in questo caso, sarebbe l'assenza di una qualsiasi reazione o l'annullamento di una reazione precedente.

## **VARIE REAZIONI ALL'EM-POWER DISC**

- **Leggere sensazioni di formicolio nel corpo**
- **Sensazioni di caldo e freddo a livello fisico**
- **Rilasci emozionali- da scoppi di pianti e lacrime, a stati di euforia ed estrema felicità, che si manifestano con risate**
- **Manipolazioni interne**
- **Spontanee sequenze di esercizi. Questi prendono spesso la forma di danze orientali che muovono l'energia, come il Tai Chi, Qigong, Yoga ed altri**
- **Brevi periodi di leggero stordimento**
- **Cambiamenti interni, il rilascio di blocchi energetici**
- **Correzione di problemi fisici**
- **Movimenti spontanei delle braccia che manipolano il vostro corpo -sia con un massaggio, un leggero tamburellare, pizzicare o strofinare**
- **Esperienze extracorporee riportate da alcune persone.**
- **Risoluzione di esperienze infantili rimosse, attraverso la visualizzazione**
- **Leggera sensazione di nausea da parte di alcune persone all'inizio, specie a livello del plesso solare. Questo è normalmente associato con blocchi emozionali o spirituali o questioni che devono essere risolte, e le sensazioni passeranno**
- **Vividi sogni inusuali che sono controllabili, lucidi e che portano intuizioni -che aiutano a risolvere problemi nella mente subconscia in uno stato di rilassamento attraverso i nostri sogni, piuttosto di dover ripetere l'esperienza in stato di coscienza**
- **Vari stati di consapevolezza, da un'estrema chiarezza di mente per prendere le decisioni giuste, ad uno stato onirico simile a quello dell'ipnosi.**

Spesso possiamo riscontrare una combinazione di qualsiasi di queste reazioni, a seconda dello stato fisico individuale della persona e della sua condizione emozionale. Le sensazioni fisiche spariranno una volta che i blocchi siano stati rimossi o i problemi risolti.

Qualsiasi sensazione o esperienza voi possiate provare, per quanto inusuale la possiate considerare, è stata più che probabilmente sperimentata da qualcun altro usando l'Em-Power Disc. Independentemente dai diversi tipi di reazione, la maggior parte di queste risposte accade soltanto mentre avvengono dei cambiamenti positivi. Perciò noi consideriamo tutte le reazioni come benefiche dal momento che sono parte del processo. Il punto più importante da ricordare è che queste esperienze risolvono problemi e questioni ed hanno, senza fallo, un effetto positivo di lunga durata sul benessere di una persona.

## **IL PROGETTO DI RICERCA DELL'EM-POWER**

### ***Che cos'è il Progetto di Ricerca dell'Em-Power?***

< > Lo studio in corso di come possiamo trasformare le informazioni, i concetti e le idee contenuti in questo libro, dalla teoria alla realtà pratica.

### ***Per chi è il Progetto di Ricerca dell'Em-Power?***

< > E' per chiunque voglia ottenere una salute migliore ad ogni livello e che voglia conoscere e comprendere modi pratici e più positivi con cui raggiungere il proprio vero potenziale.

< > E' per chiunque creda di essere 'qualcosa di più' che semplicemente un corpo fisico.

< > E' per chiunque abbia un problema fisico, emozionale o spirituale di qualsiasi genere.

< > E' per chiunque voglia migliorare o aumentare le proprie capacità di guarire.

< > E' per chiunque voglia stimolare cambiamenti positivi fisici, emozionali e spirituali.

< > E' per chiunque voglia avere un controllo pieno e totale sulla propria vita.

< > E' per chiunque sia pronto ad assumersi la responsabilità della propria auto guarigione e del proprio sviluppo personale.

< > E' per chiunque voglia avere successo nelle relazioni, sviluppare nuove amicizie, imparare come usare nuove ed eccitanti capacità ed anche come migliorare, aumentare ed ottimizzare 'doti' già esistenti.

< > E' per chiunque voglia aiutare i membri della propria famiglia e gli amici.

< > E' per chiunque voglia trovare la propria 'conoscenza interiore' e scoprire la 'verità'.

< > E' per tutti coloro che hanno paura di effettuare dei cambiamenti.

< > E' per chiunque desideri un sistema di comunicazione che sia 'non religioso' e che non includa fede o credo per poter funzionare.

### **Sotto quale punto di vista l'Em-Power Terapia si distingue dalle altre terapie?**

< > L'Em-Power Disc è l'unico metodo di comunicazione interattiva che conosciamo a permettere a chi lo usa di parlare e dare istruzioni al corpo ed alla mente. Usando l'Em-Power Terapia riceviamo risultati spontanei a livello fisico, emozionale e spirituale, senza alcun sforzo cosciente ma con un completo controllo cosciente. Usando sequenze di comando verbali, possiamo ottenere così tanto, con così poco sforzo, in un lasso di tempo veramente breve.

E' anche il primo sistema al mondo ad usare 'campi codificati interattivi'. L'informazione è immagazzinata nell'alluminio, in modo che il campo energetico del corpo la possa leggere. L'Em-Power Disc è

unico perché agisce come un innesco che vi permette di porre domande al vostro Higher Self, e ricevere in cambio risposte e consigli, per aiutarvi e guidarvi. Tutti i responsi, le risposte, i consigli e la guida arrivano direttamente dall'Higher Self di chi lo usa. L'Em-Power Terapia può fornire la prova di cui abbiamo bisogno per dimostrare che siamo tutti molto di più che un corpo 'fisico'. Questo può spesso rimuovere ogni paura innata sulla morte e 'sull'ignoto'.

Tutti possiedono capacità incredibili a qualche livello. L'Em-Power Terapia ci mostra e c'insegna modi in cui attingere ad esse ed usarle in modo positivo, per il beneficio nostro e di altri.

### ***Perché è importante usare l'Em-Power Terapia adesso?***

< > Nel mondo odierno è in aumento la pressione sulle persone per spingerle ad avere successo finanziariamente e materialmente. C'è una costante attenzione sul risultato ed abbiamo la tendenza a giudicare noi stessi e gli altri non per quello che siamo, ma per quello che abbiamo raggiunto a livello materiale. Più in fretta possiamo comprendere e renderci conto del nostro vero potenziale, più le nostre vite diventeranno facili e felici. Non importa quanto pensiamo di essere in gamba, possiamo sempre diventare migliori. Nelle nostre vite quotidiane abbiamo bisogno di trovare modi diversi di affrontare le situazioni, espandere la nostra consapevolezza e dedicarci a cambiare l'energia negativa in positiva. L'applicazione pratica dell'Em-Power Terapia conferisce alla persona l'abilità di vivere in pieno la propria vita, lasciare andare preoccupazioni e paure e raggiungere i propri scopi molto più velocemente.

Più una persona è sana a livello emozionale, fisico e spirituale, più grande sarà la sua aspettativa di vita e lo sviluppo personale. Se vogliamo cambiare il modo in cui sperimentiamo il mondo esterno, devono prima avvenire dei cambiamenti nella nostra percezione interiore.

In passato, quando l'Em-Power terapia era allo stato iniziale, rappresentava letteralmente l'ultima possibilità per alcune persone che soffrivano di gravi problemi fisici ed emozionali. Molti avevano provato prima altre terapie alternative come pure la medicina convenzionale. Grazie alla consistenza dei nostri risultati, sempre più gente scopre che l'Em-Power Terapia può migliorare la propria vita. Al momento, individui sani, inclusi medici, terapisti ed atleti internazionali, usano l'Em-Power Terapia. E' importante capire che l'Em-Power terapia non è solo per le persone ammalate. Ognuno può trarre beneficio usando questo sistema.

***Negli ultimi tre anni abbiamo ricevuto molte, molte lettere di persone da tutto il mondo che hanno provato l'Em-Power Terapia e stanno usando l'Em-Power Disc. Qui di seguito sono riportati alcuni dei loro commenti :***

“Sono incuriosito dalle sensazioni che ho provato. Ho sentito un formicolio, le mie mani molto calde e mi sembra di sorridere sempre, sentendomi generalmente felice con me stesso ed entusiasta...”

Ho appena eseguito l'esercizio 'sbloccare i chakra'. E' bellissimo e non c'è voluto così tanto tempo! Le sensazioni erano piacevoli- piccoli brividi qua e là...

Quando ho pulito la mia Aura è stato stupefacente- ho sentito una vera freschezza circondarmi, come una brezza gentile, veramente bello!”

*C.K./Australia Occidentale*

“Avendo vissuto con il dolore ed il disagio per così tanto tempo con la mia spalla bloccata, avevo dimenticato cosa volesse dire non provare dolore e godere della libertà di movimento che diamo tutti per garantita”.

*D.N./Altrinchan*

“Ho passato vent'anni a fare meditazione ed ho ottenuto più in una settimana con il Disco che in tutto quel tempo...”

I frenetici pensieri negativi nella mia testa sembrano essere stati rimpiazzati da una piacevole immobilità....”

*C.T./Liverpool*

“La mia testa si muoveva da una parte e dall'altra, la mia gamba cominciò a piegarsi e cominciai a scuotermi e poi il dolore se ne andò”.

*H.B./Manchester (dolore muscolare alla schiena per 10 anni)*

“Ho sentito una sensazione di formicolio ed il dolore è scomparso completamente, ho recuperato il pieno movimento del mio pollice. Tutta la pressione si è sollevata ed io mi sento al 100%”.

*J.M./Rochdale (spalla bloccata per 15anni, rescissione del nervo mediano e dei tendini della mano per 18anni)*

“Dopo che il dolore alle mie spalle era sparito, non riuscivo ad ammetterlo e mi ci volle l'intera giornata per accettare l'idea. Il giorno seguente mi resi conto che non era stata la mia immaginazione. Le mie spalle erano completamente diritte”.

*W.O./Manchester (spalla slogata, dolore intenso e cattivo allineamento dovuto ad una brutta caduta)*

“Sentii calore, rilassamento, sensazione pungente, ed un dolore da stiramento. Molto eccitante, piacevole, un'esperienza godibile e quasi incredibile. Non l'avrei mai creduto possibile. La mia gamba s'è raddrizzata, posso appoggiare il piede sul pavimento, non ho mal di schiena ed il dolore alle mie costole è sparito!”

*H.C./Lancs (spina dorsale incurvata per 14anni)*

“Ho avuto per sette anni un dolore molto forte ed ero costretto a prendere forti analgesici. Quando ho provato il Disco il mio corpo s'è raddrizzato e non ho più avuto dolore! Non posso crederci! Avevo

dimenticato che cosa volesse dire non provare dolore. Come si può spiegare questo fenomeno, sono seduto su una sedia per la prima volta dopo settimane. Non vedo l'ora domani di mettermi le calze”.

*S.N./Manchester (estremo dolore alla schiena dovuto ad una curvatura spinale, per 7 anni.)*

“La parte bassa della mia schiena ha cominciato a torcersi da sola e nei successivi 5 minuti il 90% del dolore era sparito. Tutto ciò che posso dire è che è un miracolo!”

*A.B./Lancs (nervo intrappolato nel collo e nella bassa schiena)*

“ Ci furono movimenti spontanei del corpo in posizioni contorte. Avevo una sensazione di essere attorno ( non fuori ) al mio corpo. Adesso sto facendo contrazioni muscolari e ho migliorato la forma e la postura del mio corpo. La mia condizione adesso è molto più calma ed è migliorata la mia digestione.

Ho 47 anni e ho speso molto denaro, tempo ed energia in tutti i tipi di ‘cure’. La cosa peggiore era la delusione quando esse non funzionavano. Questo è valsa la pena essere il mio ultimo tentativo! Cosa interessante, ieri mi sono tagliato la mano facendo giardinaggio e ho dato il comando per smettere di sanguinare- ed è successo! Questa terapia va bene perché non richiede fede, auto-negazione, diete, disciplina o grossi pagamenti.

*Mrs. S./ Cheshire( Ha sofferto di artrosi alle anche, ginocchia e la zona delle mani. Problemi autoimmuni, Sindrome da Affaticamento Cronico, occhio asciutto, eczema, attacchi di panico. Aveva provato precedentemente l'ipnosi, l'omeopatia, naturopatia, vitamine, Ayur Veda)*

“Posso camminare meglio, sento che potrei camminare per miglia! Durante il processo mi sentivo molto rilassato e sicuro, adesso mi sento più giovane di dieci anni...”

*C.A./ Lancs (problemi di anca, ginocchio e collo, artrite)*

“Le mie spalle divennero allineate dopo il trattamento, mentre prima non lo erano”.

*B.B./Bury, Lancs (spalla/disco fuori allineamento per 17 anni)*

“Quando provai l'Em-Power Disc per la prima volta, ero in qualche modo incuriosito e dubbioso per le reazioni involontarie del mio corpo. Adesso sono meravigliato! Adesso mi sento molto, molto meglio. L'ho usato quasi tutti i giorni dal momento in cui mi sono unito al progetto di ricerca nella metà di marzo del '97. Lo uso per ridurre lo stress, l'artrite, per incrementare l'energia e per aumentare la fiducia in me stesso e la mia autoaffermazione, oltre che per le correzioni fisiche. Pochi minuti al giorno sembrano fare miracoli”.

*P.B./Cheshire (Diagnosi di osteoartrite al collo)*

“L'ho trovata un'esperienza molto strana, una di quelle che sembrano frutto della fantasia, al limite dell'imbroglione, ma nondimeno è abbastanza chiaro che ha funzionato in qualche modo. Inizialmente pensai che si trattasse di ipnosi ma, una volta provato, mi resi conto che non poteva essere solo quello. Potevo sentire la mia energia muoversi attraverso di me, mi piaceva! Sono affascinato ed impressionato. E' come una meditazione in movimento”

*.S.B./Londra*



**“Mi sentivo veramente rilassato, a mio agio. Adesso ho molto meno dolore e mi sento molto meglio”:**

*K.C./Cheshire (Ernia del disco, forte dolore)*

**“La mia reazione iniziale all’idea fu ‘incredibile’. Mi sentii bene quando provai l’Em-Power Disc. Stavo lavorando sulla mia spalla e la gente intorno a me poteva vedere la mia spalla rimettersi a posto. Funzionò anche sul problema che avevo alla regione lombare. Mi sento in generale molto più sicuro di me da quando ho iniziato l’Em-Power terapia. Tutti hanno notato un cambiamento in me!”.**

*C.C./Londra (Problemi lombari, soffriva di un forte dolore)*

**“Finora ho ottenuto ottimi risultati dall’Em-Power Disc. Questo è stato un periodo molto difficile della mia vita e il Disco mi ha aiutato considerevolmente. Ho scoperto che è anche utile nella meditazione. Grazie per questo dono importante...”**

*L.C./Merseyside*

**“Ero determinato a provare qualsiasi cosa per liberarmi del dolore dopo anni di sofferenza. Questo sembra aver funzionato. Ora mi sento bene al 100% e penso che l’Em-Power Terapia sia fantastica. Adesso sono senza dolore e mi sento bene”:**

*C.D./Lancs (Estremo dolore, bypass cardiaco da 6 anni)*

**“All’inizio non ero sicura di che cosa aspettarmi. Sentii un formicolio nelle braccia e giù nelle mani, che si attenuò. Sentii un calore attraversarmi e un movimento nella schiena. Ero molto più felice, dentro di me. Avevo un dolore alla spalla, ma adesso sono O.K.”.**

*G.E./Lancs (Atrofia spino-muscolare)*

**“Prima che il dolore andasse via mi sentii in un forte stato emotivo ed iniziai a piangere. Dovetti sdermi e le mie mani e le gambe continuarono a muoversi. Dopodiché mi sentii felice. Lo raccomando caldamente a chiunque”.**

*J.E./Cheshire (Artrite ad entrambe le ginocchia, forte dolore per 2 anni)*

**“L’Em-Power Disc mi ha dato risultati immediati e notevoli. Che cosa volete di più?!”**

*J.F./Lancs (problemi muscolari)*

**“Ho avuto un incidente da bambino che non è stato trattato adeguatamente. Il dolore è andato peggiorando man mano che invecchiavo e sono ormai 40 anni che è forte. Non avevo preconcetti quando mi fecero provare l’Em-Power Disc e l’ho trovato molto interessante. Ora mi sembra di aver ricevuto dei benefici dalla sua azione, mi sembra che sia più fisico rispetto ad altri metodi di guarigione”.**

*L.F./Manchester*

**“Sentivo che valeva la pena provarlo. Il mondo ha bisogno di una cosa come questa...”**

*D.F./Devon*

**“Avevo già provato la guarigione spirituale, ma mi sono sentito benissimo quando ho provato l’Em-Power Disc per la prima volta. Dopo mi sono sentito più sicuro di me ed in grado di affrontare meglio le situazioni. Sarebbe bello se tutti sapessero di questa cosa.”**

**“Non so perché ma mi sembra di mangiare in modo molto più sano, non sono più così attratto per tutto il tempo dal cioccolato e dalle torte ed ho perso del peso, cosa che mi fa molto piacere. L'Em-Power Disc è certamente magico. Ho avuto sia un miglioramento di salute che 'scrittura automatica' dall'altra domenica”.**

*W.H./Surrey (emicrania e cefalea)*

**“Sono passato dallo scetticismo iniziale alla pura meraviglia, osservando l'effetto sulle altre persone. Poi l'ho provato io stesso, era incredibile.**

**“A livello sottile, mi sento come se avesse fatto una grossa differenza nella mia vita. Ho più confidenza interiore, specialmente al lavoro. Mi sento più creativo e più ottimista sul futuro”.**

*J.H./Cheshire (una storia di problemi alla schiena)*

**“La mia spina dorsale è ancora incurvata, ma le mie spalle sono tornate a posto e si può vedere un notevole cambiamento nella mia postura dopo solo una sessione”.**

*B.K./Lancs (curvatura della spina dorsale)*

**“L'Em-Power Disc è facile da usare. Funziona e lo potete fare da soli!”**

*G.M./North Wales*

**“Quando ho provato il Disco sembrava che la mia consapevolezza si fosse estesa oltre il mio corpo fisico. E' la cosa più potente che io abbia mai incontrato. Vi mette in contatto con la coscienza universale che v'insegnerà, guiderà ed aiuterà a diventare il meglio che possiate essere. Mi ha aiutato a smettere di fumare, ma questa connessione vi aiuterà in qualsiasi cosa chiediate. Ora mi sento meravigliosamente bene, in pieno controllo della mia vita. Sono cambiato per sempre”.**

*S.M./Kings Lynn*

**“Quando ho sentito del Disco volevo provarlo, cercai di non avere preconcetti e sperai semplicemente che funzionasse...”**

*S.M./Lancs*

**“Mi sento esaltare perché lo posso usare da solo - le possibilità sono senza fine...”**

*K.M./Lancs*

**“Ho sofferto di un dolore costante per 16 anni a causa di una spalla slogata e problemi all'anca ed alla schiena, in seguito ad un incidente d'auto. Quando ho provato l'Em-Power Disc è sopraggiunta una sensazione di calore. Dopo iniziarono delle lente sensazioni di torsione nella parte alta del mio corpo, mentre la parte bassa non si mosse. Sono stupito dei risultati di questa sessione”.**

*K.N./Manchester (spalla slogata e problemi alla schiena)*

**“Mi sono rotto ginocchio e caviglia 5 anni fa in un incidente d'auto ed è ancora molto doloroso. Ho ottenuto una risposta istantanea dal Disco e lo uso ogni giorno. Adesso mi sento meglio del 100% e posso raccomandare quest'esperienza ad altri”.**

*C.O./Durham*

**“Considero l'Em-Power Terapia un soggetto affascinante ed intendo imparare su di esso più cose possibili. E' tutto molto eccitante, all'inizio ero piuttosto apprensivo, ma questo è diventato presto un senso di esaltazione”.**

*M.P./Surrey (problemi alle anche, alla bassa schiena e alla zona pelvica)*

**“Sento dolore ed ho una cattiva postura a causa di una frattura ad un braccio. Ho provato altri trattamenti alternativi, prima di usare il Disco, come l’aurasoma e l’omeopatia. Ora mi sento meglio al 90%. Il dolore nel braccio si è ridotto considerevolmente e la prima volta che ho attivato il Disco la mia postura si è corretta automaticamente. Ora mi dà esercizi di stretching per il braccio, e penso che l’osso sia in una posizione migliore per guarire”.**

*K.R./Cheshire*

**“Ho avuto un esaurimento nervoso 5 anni fa che non è ancora passato. L’Em-Power Disc è un pezzo di metallo inestimabile! E’ stato così bello attingere a quella parte di me così antica e sapiente. E’ roba potente. Ora mi sento di avere più controllo su di me e sul mio destino”.**

*H.S./Devon*

**“Ho sofferto di dolori fortissimi 24 ore al giorno per 5 anni. Non so cosa m’aspettassi quando provai l’Em-Power Disc. Ho provato delle sensazioni di calore in tutto il corpo e quindi il dolore se ne andò. Penso che sia una meravigliosa cura alternativa!”**

*J.S./Manchester*

**“Per tre anni ho avuto dolore costante ad alto livello. Dopo il mio trattamento ho avuto una sensazione di benessere e sicurezza. Ad un certo punto, una marea emozionale di sensazioni mi travolse. Posso dire che dopo una sessione il dolore è migliorato dell’80%”.**

*A.S./Manchester (diagnosi di malattia degenerativa alla spina dorsale)*

**“Caro Coby, volevo solo farti sapere quanto mi senta più al sicuro e molto più positivo - grazie per tutto quanto”.**

*K.S./Manchester*

**“Ho sofferto di sindrome da stanchezza cronica dal 1987 e mi sono fratturato la spina dorsale in un grave incidente d’auto che mi ha costretto all’immobilità e mi causa un forte dolore. Penso che il sistema di guarigione Em-Power sia un metodo unico, che comprende tutto. La maggior parte delle altre terapie tocca solo i sintomi. Finora non ho avuto reazioni fisiche, non mi muovo per niente. Ma ho avuto risultati brillanti con l’insonnia”.**

*P.S./Irlanda del nord*

**“Questo è proprio ciò di cui il mondo ha bisogno!”**

*Mrs. M.T./Manchester*

**“Il fatto di mettere l’Em-Power Disc sul collo dove il dolore era più forte, ha reso il mio collo molto caldo subito. Ho avuto una buona notte di sonno, la migliore in più di una settimana. L’ho fatto un paio di volte da allora, e il mio collo è migliorato del 95%. Faccio lo stesso per i miei mal di testa, appoggio il Disco dove fa male e dopo pochi momenti il dolore semplicemente svanisce. La mia abitudine di fumare s’è ridotta notevolmente e la cosa fantastica è che ora so che posso smettere se veramente voglio farlo. Ho chiesto un esercizio per i miei problemi di schiena e mi fa muovere da una parte e dall’altra, mi piega le ginocchia, mi fa stendere a terra, rotolando e stirandomi. Le mie gambe si muovono**

**e quindi si stendono verso l'alto ed a questo punto c'è una sensazione di spinta verso l'alto".**

*Mrs. J.W./Surrey*

**"Questo è un genere di trattamento terribilmente affascinante. Sono stupito di come il dolore sia semplicemente sparito".**

*M.Y./Manchester (ha provato forte dolore in seguito ad un'operazione subita 6 anni prima)*