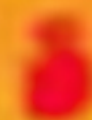


Dr. Frank Kinslow



LA CURACIÓN CUÁNTICA

Un sistema rápido, sencillo y eficaz
para eliminar cualquier dolor
físico o emocional



LA CURACIÓN CUÁNTICA



Dr. Frank Kinslow

Bienvenido a la *Curación Cuántica*, un proceso de sanación fácil, rápido y agradable de realizar, que no requiere ningún tipo de entrenamiento previo y cuyos resultados son sencillamente sorprendentes. Con ella podrás curar en un instante y en cualquier lugar a cualquier persona, animal o cosa. *La Curación Cuántica* no es otro tipo de curación energética, sino que está basada en un despertar de la conciencia pura. Es muy fácil de aprender y cualquiera la puede realizar.

DESCARGA GRATIS las **Meditaciones** de *La Curación Cuántica* y descubre cómo este sencillo sistema te va a cambiar la vida.



Contenido

I PREFACIO

1 INICIO

2 EL SECRETO REVELADO

3 LA CONCIENCIA Y EL UNIVERSO

4 LA MENTE Y LOS PENSAMIENTOS

5 EL ESPACIO ENTRE TUS PENSAMIENTOS

PRIMER EXPERIMENTO: DETENER LOS PENSAMIENTOS

6 ¿QUIÉN SOY YO?

7 LA «TÉCNICA DE LA PUERTA»

SEGUNDO EXPERIMENTO: LA «TÉCNICA DE LA PUERTA»

8 LA CURACIÓN CUÁNTICA

9 PREPARÁNDOSE PARA CURAR

TERCER EXPERIMENTO: EL EJERCICIO DEL DEDO QUE CRECE

10 EMOCIONES Y «EUMOCIONES»

11 LAS TRES «P» DE LA INTENCIÓN DE LA CC

12 HALLAR LA CONCIENCIA PURA

CUARTO EXPERIMENTO: LA TÉCNICA DE LA CONCIENCIA PURA

13 CÓMO CURAR EN TRES PASOS

LISTO PARA CURAR

TRIANGULACIÓN: EL PROCESO DE LA CC EN TRES PASOS

LA SECCIÓN DE CC EN POCAS PALABRAS

14 QUÉ HACER TRAS UNA SESIÓN DE CC

15 LA CURACIÓN PSICOLÓGICA

CÓMO FUNCIONA LA CC EMOCIONAL

CÓMO APLICAR LA CC EMOCIONAL

16 CURACIÓN CUÁNTICA A DISTANCIA

CÓMO PRACTICAR CC A DISTANCIA

UTILIZAR UN SUSTITUTO

IMAGINACIÓN

CC IMAGINARIA

CÓMO REALIZAR CC EN TI MISMO

ANIMALES Y OBJETOS INANIMADOS

17 CC AMPLIADA

CÓMO APLICAR LA CC AMPLIADA

18 PAZ MUNDIAL FÁCIL DE USAR

CONTACTO

I

Prefacio

¿Y si te dijera que basta con ser consciente de un problema para llegar a solucionarlo? «Claro -responderías-. Me doy cuenta de un problema y después doy los pasos necesarios para corregirlo. ¿Que tiene eso de especial?»

Así es como sucede en la vida, ¿verdad? Pero no estoy hablando de eso. ¿Y si resulta que con sólo hacerte consciente de un problema, y sin realizar esfuerzo alguno por tu parte, esa conciencia va y lo soluciona? ¿Sería ya algo más especial? Desde luego que sí. Y eso es precisamente de lo que estoy hablando. Te puedes hacer consciente de una rodilla artrítica, de una indigestión o un dolor de cabeza, de la rabia o del miedo, de una relación fracasada o de la pérdida de un trabajo, de la manera adecuada, y el genio organizador de la conciencia arreglará lo que ande mal. Esto no sólo es algo especial, sino asombroso. Se trata de una capacidad que puede alterar tu mundo y nuestro planeta, de una forma inimaginable. Es una manera de abrazar la vida que suavizará y revitalizará el mundo en que vivimos, transformándolo en el mundo de nuestros sueños. Dicho en pocas palabras, ser consciente de la curación y de la fuerza organizativa de la conciencia es la respuesta a los problemas que nos han asediado desde el momento en que nos pusimos en pie y entramos de cabeza en la condición humana.

No creas que he exagerado lo más mínimo el papel de la conciencia a la hora de armonizar nuestras vidas con nuestra sabiduría inherente. Y sólo tardarás unos pocos minutos en descubrir la exactitud de mi afirmación. Este pequeño libro encierra un potencial maravilloso. Pero no tienes que creerme a ciegas; de ninguna manera. Lo que te ofrezco es un proceso científicamente reproducible y que todo el mundo puede realizar. Todo lo que necesitas es ser consciente. ¿Lo crees? ¿Eres consciente de estar leyendo estas palabras? ¿Sabes si estás sentado o de pie? ¿Sabes lo que estas pensando ahora mismo? Eso lo que dice todo. Ahora puedes aprender unos de los sencillos pasos que refinarán tu conciencia, curando tu cuerpo y tu mente. Puedes aprender a curar los cuerpos y las mentes de otras personas. Y, con un poco de ayuda por parte de los amigos, prepararte para transmutar los males de la humanidad en esta tierra.

¿Estás preparado? ¿Te sientes emocionado, como si estuvieses a punto de hacer un descubrimiento? Lo que se te abra en el interior de las páginas de este libro será tu viaje particular. Conoceremos su impacto a través de los actos, tras su lectura. El resto es fácil. Sólo tienes que pasar la página para cambiar tu vida para siempre.

Día de Acción de Gracias, 2007
Sarasota, Florida, EEUU.

1

Inicio

*Cualquier cosa te revelará sus secretos si la amas lo suficiente.
Me he dado cuenta de que cuando comulgo en silencio con las personas,
Éstas también revelan sus secretos, si las amas lo suficiente.*

GEORGE WASHINGTON CARVER

Hay un sutil secreto que te está esperando, lo tienes más cerca que tu siguiente respiración, y es más vital que el próximo latido de tu corazón. Una vez que captas ese secreto, tu vida se abrirá a maravillas que están a años luz de distancia de lo que hasta ahora creías posible. Se trata del secreto de la curación, la alegría y la paz, y que ahora mismo, mientras lees estas líneas, está funcionando. Pero ese secreto permanece oculto para ti, no en los símbolos de un oscuro pergamino escondido en las profundidades de un antiguo templo, sino justo delante de tus ojos.

Este sencillo libro te revelará ese secreto, mostrándote cómo aprovecharlo para enriquecer tu vida y las vidas de tu familia, tus amigos e incluso tus mascotas. En las páginas siguientes aprenderás cómo curar el cuerpo, la mente y el alma con menos esfuerzo del necesario para observar una poética puesta de sol. El procedimiento científico que va a desplegarse ante ti es fácil de aprender, y todo el mundo puede aplicarlo de inmediato. Es tan sencillo como el propio secreto, e igual de potente.

Te recomiendo que no te lances de cabeza, sino que leas este libro página a página. De esa manera es como el secreto hallará asiento en tu conciencia. Tómame, por favor, el tiempo necesario para realizar cada ejercicio tal y como se presenta. Vas a aprender una nueva habilidad y hará falta un poco de práctica para que ésta se convierta en tu segunda naturaleza. Los ejercicios no son difíciles. De hecho, son agradables, pues animal y elevan. Así que por muy deseoso que estés de empezar a hacer milagros, tómame el tiempo necesario para comprender bien los principios. Como dijo en una ocasión un sabio maestro: «Con empezar bien ya hemos hecho la mitad».

*Este secreto permanece oculto para ti, no en los
símbolos de un oscuro pergamino escondido en
las profundidades de un antiguo templo, sino
justo delante de tus ojos.*

En tu periplo, primero llegarás a comprender qué es la conciencia y dónde puede hallarse. Luego te reunirás con tu secreto cara a cara y lo abrazarás como si de un viejo amigo se tratase. Finalmente, aprenderás a manifestarlo en tu vida para curar tu cuerpo, armonizar tus emociones y agudizar la mente, creando así una vida más productiva y más gozosa. Y por supuesto, podrás compartir tu secreto con los demás, curando y revitalizando sus vidas.

2

El secreto revelado

*El valor intrínseco de la vida depende de la conciencia
y del poder de contemplación, no de la mera supervivencia.*

ARISTÓTELES

Me gustaría hacerte una sencilla pregunta. Comprender la respuesta podría cambiarte la vida para siempre. Piénsalo bien y continúa leyendo. Ésta es la pregunta: *¿qué es lo más importante para ti en esta vida?*

¿Cuál es tu respuesta? ¿La salud? ¿La familia? ¿La mente? ¿El trabajo? ¿Los helados? Mi respuesta a esa pregunta es: **la conciencia**. Sin conciencia no tienes nada. Sin conciencia no puedes amar a tu esposa y a tus hijos, realizar tu trabajo o tomarte un café en una terraza. A todos los efectos, sin conciencia no existes.

La conciencia no es tu mente. Si la mente fuese una bombilla, la conciencia sería la electricidad que la ilumina. Un reflejo deslucido de la conciencia en la mente provoca confusión, equívocos y finalmente sufrimiento. Una mente iluminada por la conciencia está en paz y está presente, tiene una plácida amabilidad que hace que los demás se sientan bien. Si consideras a la conciencia como tú «luz interior», estarás más cerca de comprender su vital importancia.

*La calidad de tu conciencia determina la
calidad de tu vida.*

La calidad de tu conciencia determina la calidad de tu vida. Es importante que sea vibrante y despierta. Imagínate que estás sentado en una habitación totalmente a oscuras junto a una ventana. Todavía no ha amanecido, pero al mirar hacia abajo y ver una forma inidentificable a tus pies te das cuenta de que la luz empieza a entrar en la habitación. Fascinado,

continúas observando mientras, poco a poco, la habitación se va iluminando y empiezas a ver el objeto con más claridad. De repente, y horrorizado, te das cuenta de que el objeto es una serpiente enroscada a punto de atacar. Te quedas inmovilizado, con miedo a moverte por si la serpiente se lanza sobre ti. Tu mente despliega desesperados pensamientos como: «¿Será venenosa? ¿Me atacará si me muevo? ¿Cómo buscaré ayuda si me muerde?». Te quedas sentado inmóvil como una piedra mientras la luz continúa iluminando lentamente la habitación. Pero por alguna razón te fijas en que la serpiente todavía no te ha atacado. Empiezas a relajarte un poco y a pensar con más claridad. Tu mente repasa con rapidez algunas posibilidades de fuga mientras tu cuerpo permanece rígido e inmóvil. El sol aparece en el horizonte y por la ventana penetran los primeros rayos del amanecer, llenando la habitación de una delicada luz dorada. Entonces, al igual que la claridad de un relámpago ilumina la oscuridad de la noche, te percatas de que en realidad la serpiente es una cuerda enrollada.

Tuviste miedo. Tu mente se heló y luego reventó, desparramando pensamientos como si fuesen las esquirlas de un cristal roto. Mientras tanto, tu cuerpo, rígido, bombeaba hormonas de estrés en tu sangre, preparándote para la lucha. Puede que en esos pocos instantes hayas envejecido años. ¿Por qué? Simplemente porque percibiste una amenaza donde no existía ninguna.

Podemos equiparar la oscuridad con una conciencia debilitada. El exceso de trabajo o la falta de ejercicio, el consumo de drogas o alcohol, una dieta pobre, o la cólera, la codicia o el pesar, apagan la conciencia y perjudican nuestra capacidad de percibir el mundo de manera no amenazadora.

Nuestras vidas están repletas de amenazas percibidas. Tenemos serpientes económicas, serpientes laborales, serpientes familiares... Incluso cuando nos dirigimos a una situación agradable, como pudiera ser al cine o a la playa, el tráfico puede arruinarnos el día, haciendo que hierva nuestra presión sanguínea y explote en forma de berrinche. Somos la generación del «pelear o huir», que percibe amenazas en todas las esquinas.

¿Cómo podemos cambiar esas percepciones? ¿Cómo disfrutar de la plena luz del día, desenmascarando a todas esas serpientes, que en realidad no son más que cuerdas inofensivas? Siendo más conscientes. La conciencia es como la luz del sol. Esclarece las emociones e ilumina la mente. Las mentes embotadas y las emociones turbias reflejan mal la conciencia. Nuestra percepción está alimentada por ella. A la conciencia pura nunca podrá engañarle una cuerda.

Somos la generación del «pelear o huir», que percibe amenazas en todas las esquinas.

La mayor parte del tiempo nuestras mentes funcionan en piloto automático. La charla mental incesante es un buen ejemplo de mente desbocada. La mente hiperactiva, tan común en la actualidad que se la considera normal, despilfarra enormes cantidades de energía y no hace más

que meternos en líos. Otros síntomas son preocuparse por el futuro o vivir en el pasado, en el aburrimiento, la frustración, la cólera, la ansiedad y el miedo. Todo esto no son más que cuerdas que parecen serpientes. La conciencia embotada convierte nuestro mundo en un lugar espantoso.

La conciencia está en todas partes en todo momento, lo que ocurre es que no nos fijamos en ella. Ya sé que suena un tanto extraño, pero así es. Normalmente andamos preocupados con cosas, personas y pensamientos que ocupan nuestras vidas cotidianas. Somos conscientes de todo ello, pero ¿lo somos de la conciencia? No mucho. La mayoría no reconoceríamos a la conciencia pura si ésta se acercase a nosotros y nos estrechase la mano. Sin embargo, todo eso está a punto de cambiar.

La conciencia está en todas partes en todo momento, lo que ocurre es que no nos fijamos en ella.

Espera un momento, tal vez me dirías ¿Es eso? ¿Ése es el secreto? ¿La conciencia? Es posible que en este momento te sientas un tanto decepcionado. A mí también me ocurriría si pensase que puedo hacerme con el secreto del universo simplemente identificando lo que sucede cuando la conciencia escasea. También es posible que no tengas del todo claro de qué estoy hablando. Y esto es así porque la conciencia pura no puede captarse con el ojo de la mente. No es un objeto, una idea o una emoción. Por eso, hablar de ella puede resultar frustrante si lo que quieres es poseerla con la mente. No es algo físico, así que no puedes hacerte con ella y utilizarla como un martillo. No obstante, una vez que has experimentado la conciencia pura de manera directa, o en realidad no-experimentado, todo esto tendrá un perfecto y hermoso sentido.

Si llegado a este punto te sientes un tanto confuso, no te preocupes. No es necesario comprender nada acerca de la conciencia para que ella obre maravillas en tu vida. Dicho lo cual, no estaría nada mal contar con cierto conocimiento sobre la conciencia a fin de explicar a otros por qué pueden sentirse tan bien y con tanta rapidez. Como descubrirás, bien pronto estarás obrando milagros y divirtiéndote, y la conciencia pura te resultará algo tan natural como el respirar. Vale, ¿listo para un poco de teoría? Bien.

No es necesario comprender nada acerca de la conciencia para que ella obre maravillas en tu vida.

3

La conciencia y el universo

No miremos atrás con tristeza ni hacia adelante con miedo, sino alrededor con conciencia.

JAMES THURBER

En el momento en que nos fijamos atentamente en algo, incluso en una bizna de hierba, ese algo se convierte en un mundo misterioso, asombroso e indescritiblemente maravilloso en sí mismo.

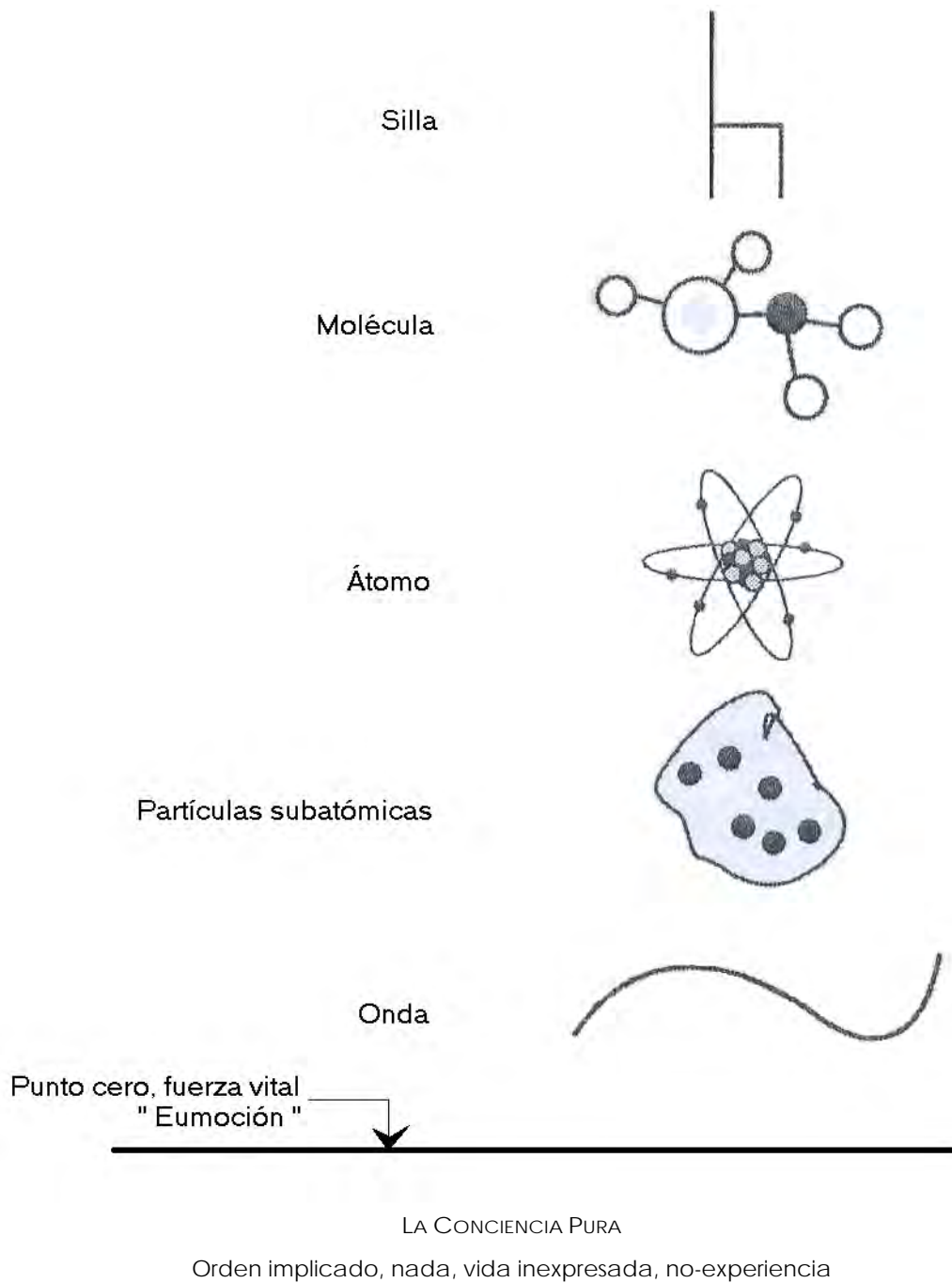
HENRY MILLER

Primero fíjate en la *figura 1*, de la página siguiente. Empieza fijándote en la línea horizontal de abajo. Esa línea representa la división entre el mundo fenoménico de las cosas creadas y la «no-cosa» o la nada de la que fueron creadas. Por encima está la infinitud de la creación y por debajo la ilimitada morada de la conciencia pura.

La conciencia pura es una e informe. Eso significa que carece de límites que nuestras mentes pudieran identificar. Éstas trabajan con cosas que pueden reconocerse a través de sus formas diferentes; son los contenedores de pensamientos y emociones. Nuestras mentes se mantienen en contacto con el mundo material a través de los sentidos. Podemos distinguir una rosquilla de una rana gracias a sus diferencias. Esto pudiera parecer más bien simplista, pero la tarea de la mente es identificar formas diferentes, etiquetarlas y catalogarlas, para luego utilizarlas o archivarlas para un uso futuro.

La conciencia pura es una e informe. Eso significa que carece de límites que nuestras mentes pudieran identificar.

Figura 1: Modelo Material



Todo este proceso es realizado por el pensamiento, que es una forma. Los pensamientos y las emociones son formas mentales. Las ideas, las creencias, las esperanzas y las filosofías son un ensamblaje de pensamientos alrededor de un tema central, de manera muy parecida a como una silla es un ensamblaje de moléculas reunidas en torno a la idea de sostenerte en una postura sentada.

Los pensamientos no son tan tangibles como los objetos materiales, pero no por ello dejan de ser objetivos. La cuestión es que todo lo que existe en el

universo es individual y único. Cada objeto es separado e identificado por su forma única.

Bajo la línea horizontal vemos que la conciencia pura carece de forma, es informe. Hay que considerarla como una página en blanco en la que hubiera que escribir palabras. Por tato, la conciencia es informe, ilimitada, indiferenciada y pura. Es una sin dos. Como la conciencia pura es informe no puede ser reconocida por nuestras mentes. Por mucho que lo intentes, no podrás llegar a comprenderla. Ni llegarás a poder controlarla ni a manipularla. No existe como una cosa, y en lo que respecta a tu mente, ésta considera que no existe. Pero sí existe.

Así que ésa es la tarea a la que nos enfrentamos. Debemos encontrar algo que carece de forma y sustancia. Luego debemos llegar a conocer esa «no-cosa» de una manera más íntima de lo que conocemos nuestras propias mentes. Finalmente, hemos de utilizar esta «no-fuerza» inservible para curarnos a nosotros mismos y curar a otros. ¿Te empiezas a dar cuenta de por qué este conocimiento es secreto? Este secreto existe porque vivimos en nuestras mentes, inconscientes de la conciencia. A pesar de que la experiencia de toda una vida nos dice lo contrario, creemos a nuestra mente cuando nos dice que la alegría, la paz y el amor infinitos proceden de las cosas. Caemos en esa vieja trampa una y otra vez. Y también la creemos cuando nos dice que una «no-cosa», que una nada, carece de valor. Pero sin embargo lo tiene.

A pesar de que la experiencia de toda una vida nos dice lo contrario, creemos a nuestras mentes cuando nos dicen que la alegría, la paz y el amor infinitos proceden de las cosas.

La conciencia pura carece de límites y por lo tanto no hay nada acerca de ella que pueda cambiar. Ese tipo de nada dura para siempre. Todo el resto, es decir, toda la creación, cambia y acaba dejando de existir. El cambio es la única constante en la esfera de lo creado. En el momento en que algo es creado, inicia su periplo hacia la extinción. La conciencia pura nunca cambia, nunca muere. Es el terreno del amor eterno y la paz infinita.

Pero todo esto tiene truco. Todo lo que tiene forma procede de la informe conciencia pura. No me preguntes como, pero así es. La red de la creación se teje en el vientre de la conciencia pura. La física cuántica ha descubierto la esfera de la conciencia pura. Al menos teóricamente. David Bohm, uno de los más importantes físicos teóricos de esta generación, identificó un «todo ilimitado» en el que está contenido un orden implicado. Esto no debe confundirse con el campo de punto cero o estado cuántico, que es el estado energético más bajo de una partícula u objeto. El estado al que se refiere Bohm carece de energía. En pocas palabras, este campo contiene el «material» de la creación, que espera en silencio para convertirse en forma o energía. Por tanto, lo que Bohm afirma es que todo procede de la nada. Dando un pequeño salto inductivo podría decir que la creación surge de la nada de la conciencia pura. En realidad, eso es algo que experimentarás más

adelante, cuando aprendas cómo detener el pensamiento, para luego observar como vuelve a materializarse de la nada. Ahora dirijamos nuestra atención a la creación fenoménica que aparece por encima de la línea horizontal.

En la creación todo expresa dos cualidades: orden y energía. Utilicemos la silla en la que estás sentado para demostrarlo. Lo que consideras tu silla no es sino energía en forma de silla. Sabemos que presenta energía porque sostiene tu trasero en el aire. En la ecuación energía-orden, el orden aparece expresado por la forma de la silla. Así pues, no importa si hablamos de estrellas o átomos, amebas o cebras, pues todo es energía y forma.

La red de la creación se teje en el vientre de la conciencia pura.

La forma creada más básica es la onda y justo después de la conciencia pura, hallaremos el campo de punto cero o estado cuántico. Añado esta información para aquellos que estén familiarizados con la teoría cuántica y deseen comprender mi postura con detalle. Si estás principalmente orientado hacia las ciencias curativas, sabrás que a este nivel básico de la creación se lo denomina fuerza vital, y que es lo que insufla vida a la existencia orgánica. Una onda es infinita, y se expande sin fin. Cuando las ondas se solapan, crean partículas subatómicas. Cuando las partículas se tornan más compactas, se convierten en átomos. Los átomos se agrupan formando moléculas y éstas se organizan en formas físicas como sillas, flores y coches.

*En la creación todo expresa dos cualidades:
orden y energía.*

En nuestra jerarquía energía-orden, cuanto más tangible es el orden de un objeto, menos energía expresa. Tu silla resulta ser bastante sólida comparada con una partícula subatómica, ya que ésta es muy escurridiza. Aunque conozcas la posición exacta de una partícula subatómica, no sabes con qué rapidez o en qué dirección se mueve. De igual manera, si cronometras su velocidad exacta, no podrás hallarla. Mis hijos, de adolescentes, eran como partículas subatómicas a la hora de hacer los deberes: no había manera de pillarlos. Si podías definir su posición exacta, por ejemplo en el sofá, pegados a la televisión, no había manera de que pudieras hacer que se moviesen. Recordando todo aquello, me resulta asombroso comprobar cuántos conceptos físicos llegaron mis hijos a controlar, como inercia, entropía y en particular el principio de incertidumbre de Heisenberg. Es mucho lo que les debo.

Pero volvamos a la idea de energía y materia. Cuanto más sutil es el nivel de creación, mayor energía contiene. En el actual nivel grosero de energía, la de la silla en la que te sientas sostiene tu peso. En el nivel molecular sutil de la silla descubriremos más energía disponible. Si

reorganizamos sus moléculas, por ejemplo prendiéndole fuego, liberaremos mucha más energía en forma de calor y luz. Si lo que queremos es liberar todavía más energía de la silla, deberemos dirigirnos al nivel atómico. Sabiendo cómo dividir sus átomos podremos liberar su enorme cantidad de energía en muchas formas.

*Cuanto más sutil sea el nivel de creación,
mayor energía contiene.*

No conozco ningún trabajo que trate de aprovechar la energía de las partículas subatómicas, pero sí conozco tecnologías que utilizan la energía de las ondas sutiles. Ese es el lugar que ocupa el sanador energético; exploraremos ese trabajo tan interesante de camino hacia el aprendizaje de la curación sin energía.

Permíteme que te pregunte lo siguiente: ¿alguna vez se te han acabado los pensamientos? Me parece a mí que no. Algo que sí podemos decir respecto a ellos es que siempre están ahí, desde la primera vez que respiramos hasta la última. Si los pensamientos son energía y resulta que nunca se agotan, tiene sentido pensar que el origen del pensamiento es una fuente de energía inextinguible. De ello también se desprende que aprovechar de manera directa esa fuente de pensamientos nos beneficiaría enormemente. Todo ello indica que desvelar la fuente del pensamiento puede tener una influencia curativa positiva definida y apabullante sobre las dolencias físicas, las relaciones personales, los éxitos económicos, el buen estado emocional y, sí, incluso la vida amorosa. Todos los aspectos de nuestras vidas quedan maravillosamente transformados con el simple hecho de hacernos conscientes de dónde procede todo. Es decir, nuestra siempre presente compañera la conciencia pura.

*Si los pensamientos son energía y resulta que
nunca se agotan, tiene sentido pensar que el
origen del pensamiento es una fuente de
energía inextinguible.*

Acabamos de ver que los niveles más refinados del mundo material procuran más energía. Pero ¿de dónde procede toda esa energía? Ya sabemos que proviene de la conciencia pura. Por definición, la creación es movimiento de energía de una manera organizada u ordenada. Aquí es necesario comprender un aspecto vital: la conciencia pura es la fuente de la energía pero no es energía. Eso significa que no se mueve. Tiene el potencial de crear pero todavía no lo ha hecho. Ni tampoco tiene forma. Podría decirse que la conciencia pura es la perfección a la espera de expresarse.

*La conciencia pura es la fuente de la energía,
pero no es energía.*

Tal vez ahora estés pensando que dónde quiero ir a parar con todo esto. Me alegra que te lo preguntes. Si lo que quieres es jugar únicamente en el campo relativo de la existencia, adelante y que disfrutes. Pero si lo que deseas es el más grande de los poderes y el orden más perfecto, en ese caso debes entrar en contacto con el origen de todo conocimiento, la conciencia pura. Existen miles de modalidades curativas que operan en diversos niveles de la vida. El trabajo corporal y el quiropráctico resultan efectivos en el nivel físico grosero. Las hierbas y los medicamentos operan a nivel molecular. La acupuntura y la sanación energética trabajan con ondas de energía sutil. Sin embargo, ninguna de estas formas de sanación está diseñada para aprovechar directamente la fuente de la creación. Este libro te enseñará la ciencia de la sanación a partir de la conciencia. A este proceso lo denomino Curación Cuántica (CC)*. Recuerda, la conciencia pura es el origen de la energía y del orden, y cuando utilizas la CC estás recurriendo a la más pura y potente que existe. Cuando emplees la CC, no serás tú quien realiza la curación, sino la conciencia. Y no sólo eso, sino que además de la gente a la que estés ayudando, tú también sanarás. Es sin duda una situación beneficiosa para todos.

* *Quantum Entrainment (QE)* es el nombre en inglés registrado del proceso utilizado por el doctor Frank J. Kinslow, que en este libro y en otras traducciones europeas se ha dado en llamar Curación Cuántica (N. del T.).

4

La mente y los pensamientos

El precursor de toda acción es un pensamiento.

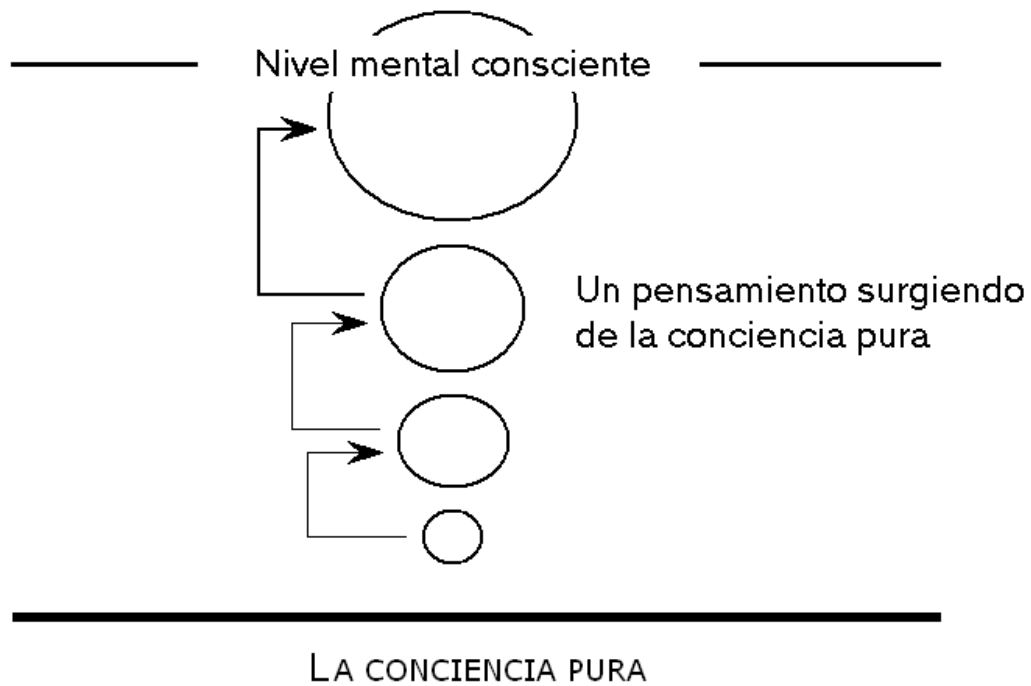
RALPH WALDO EMERSON

La cuestión es: puedes ser consciente del carácter reflejo del pensamiento, ...de que es un reflejo... Y podríamos decir que si los reflejos son libres para cambiar es que debe existir algún tipo de inteligencia o percepción, algo un poco más allá del reflejo, que sería capaz de ver si es coherente o no.

DAVID BOHM

Tu mente es algo creado. No es corpórea como la silla. Es mental en lugar de física. Pero al igual que la materia, tu mente también es energía y orden. Es el contenedor de tus pensamientos. Un pensamiento es un fenómeno muy interesante. Cuando estuve con Maharishi Mahesh Yogi a principios de los setenta, pasé cinco meses meditando en un tranquilo pueblecito español. La Antilla, de diez a doce horas diarias. Tras las primeras semanas mi mente se aquietó mucho y empecé a ver cómo operaba. Durante esa época comprendí como tiene lugar el nacimiento del pensamiento. Cada pensamiento de reciente creación era un punto de energía chispeante en el umbral de la conciencia pura. Yo los observaba al ir expandiéndose para revelar su contenido. A cada forma de pensamiento le acompañaba una vibración que representaba emoción, pensamiento lógico y cada uno de los cinco sentidos. Cada pensamiento es una galaxia en el universo de la mente (figura 2).

Figura 2: Modelo mental



Una vez que nace, el pensamiento corta el cordón umbilical que lo une con la madre conciencia y empieza a elevarse y a expandirse como una burbuja procedente del fondo de un estanque. El ego nace en el preciso instante en que el pensamiento se separa de la totalidad. Al expandirse, su energía se va dispersando por una zona más amplia. El pensamiento se va debilitando cuanto más se aleja de su origen. Llegado a ese punto es susceptible de ser distorsionado y puede adulterarse. Finalmente, estallará como una burbuja en la superficie de la mente. Maharishi me diría más tarde que el estallido de la burbuja de pensamiento tiene lugar cuando la mente se hace consciente de él al final de su periplo. En ese momento es cuando actuamos siguiendo nuestros pensamientos conscientes. Yo experimenté simultáneamente su nacimiento y su muerte a través de una conciencia ampliada, resultado de mi meditación.

Tu mente es el contenedor de tus pensamientos.

Cada pensamiento es una galaxia en el universo de la mente.

Cada pensamiento cuenta con una emoción y una vibración sensorial dominantes. Al expandirse, las vibraciones interactúan y cambian. El pensamiento adoptará su tendencia hacia la acción a partir de las vibraciones internas dominantes. También observé una especie de matriz a través de la

que pasaban los pensamientos de camino hacia la mente consciente. Si el funcionamiento interno se ha distorsionado, esta matriz puede reconfigurar las vibraciones inherentes y cambiar la tendencia. Maharishi me dijo que se trataba del intelecto filtrando pensamientos, ayudando a armonizarlos para que fuesen más beneficiosos para nuestra salud y bienestar.

Esta experiencia podría dar mucho de sí, pero para nuestro propósito me gustaría concentrarme en una única cuestión. Cuanto más se aleja un pensamiento de la conciencia pura, más se debilita y es más probable que se torne perjudicial. Lo que denominamos pensamientos negativos no tiene ahí su origen. Se deforman a resultas de presiones desequilibradas internas relacionadas con conceptos erróneos y con el miedo. Una vez que un pensamiento nace, experimenta una especie de ansiedad de separación. El Bhagavad-Gita lo dice de la siguiente manera: «El miedo nace de la dualidad». Como ya no está unido a la unicidad ilimitada de la conciencia, percibe que está solo e intenta compensar su pérdida. Ahí es cuando la distorsión puede infiltrarse en él, que de otra forma funcionaría perfectamente. Un pensamiento abominable es la causa de la acción abominable. No tenemos más que mirar a nuestro alrededor para darnos cuenta de que en nuestro mundo cotidiano rara vez hallan expresión los pensamientos totalmente armoniosos, afectuosos o productivos.

Cuanto más se aleja un pensamiento de la conciencia pura, más se debilita y es más probable que se torne perjudicial.

Si consideras que estoy exagerando la vida de un pensamiento, o presuponiéndole demasiada inteligencia, no olvides que ha sido el conjunto de esos pensamientos lo que te ha llevado donde estás hoy en día. La mayoría de la gente toma su identidad básica de su pensamiento. Te dices a ti mismo: «Tengo éxito en mi trabajo. Creo en la educación libre. Estoy enojado». Pero ¿por qué te es tan necesario triunfar, mantener creencias y tener emociones? Cada paso del recorrido de tus pensamientos ha dado forma a tu progreso –o a su falta– y lo ha orientado.

Cuanto más ha de esforzarse un pensamiento para conseguir alcanzar nuestra mente consciente, más posibilidades tiene de ser disonante. Si somos capaces de ampliar nuestra conciencia de manera que podamos acercar el pensamiento a su origen, disminuirémos la posibilidad de disonancia. Eso no es nada nuevo. Los sabios llevan diciéndonoslo desde hace eones. El problema no es qué hacer, sino cómo hacerlo. Como no acabamos de entender por completo el papel de la conciencia en el pensar, nos hemos metido en un buen lío. Se trata de algo más que entender. El entendimiento tiene lugar en la mente, mientras que la conciencia pura se encuentra más allá de la mente. Así que el entendimiento no es la clave.

La mayoría de la gente toma su identidad básica de su pensamiento.

Eso nos deja con la experiencia de la conciencia pura, lo cual tiene también truco. Para tener una experiencia necesitamos la mente. Y ahí radica uno de los principios más universalmente malinterpretados acerca de conocer la conciencia pura. Ésta no puede experimentarse. La conocemos a través de la no-experiencia. Sólo he querido mencionarlo. Ninguna explicación, por clara que sea, nos puede proporcionar la no-experiencia de la conciencia pura. Ahora, sin embargo, te enseñaré cómo detener tu pensamiento y cómo descubrir por ti mismo la procedencia de los pensamientos.

*La conciencia pura no puede experimentarse.
La conocemos a través de la no-experiencia.*

5

El espacio entre tus pensamientos

*Hemos de aprender a despertar y
a mantenernos despiertos, no con ayuda mecánica,
sino con una infinita expectación por el amanecer.*

HENRY DAVID THOREAU

*Si pudiéramos ver claramente el milagro
De una simple flor, toda nuestra vida cambiaría.*

BUDA

Cuanto más cerca de la conciencia pura contactemos un pensamiento, más energía y orden tendrá. Contactar un pensamiento en su concepción es realizar la perfección, libre de influencias disonantes. Antes de aprender Curación Cuántica se te guiará a través de varios ejercicios que abrirán tu conciencia común a la conciencia pura. Sólo necesitas recorrer el sendero una vez y percibirás la conciencia pura para siempre. Será como llevar una chaqueta un día frío. Una vez que te la pones te mantendrá caliente. Y aunque olvides que la llevas, seguirá protegiéndote. En el momento en que lo desees, puedes ser consciente de que llevas la chaqueta. De la misma manera, una vez que has descubierto la conciencia pura, sólo tienes que hacerte consciente de ella para darte cuenta de que sigue contigo. ¿Listo para empezar? Muy bien. Entonces vamos allá.

PRIMER EXPERIMENTO:
DETENER LOS PENSAMIENTOS

Siéntate cómodamente y cierra los ojos. A continuación, pon atención a tus pensamientos. Síguelos allá donde te lleven. Límitate a observarlos ir y venir. Tras haber hecho esto entre cinco y diez segundos, hazte a ti mismo esta pregunta y luego permanece muy atento para comprobar qué sucede justo después: «¿de dónde vendrá mi próximo pensamiento?».

¿Qué ha ocurrido? ¿Tuvo lugar una pequeña pausa en tu pensamiento mientras esperabas el siguiente? ¿Te fijaste en el espacio, en una especie de intervalo entre la pregunta y el siguiente pensamiento? Bien. Ahora vuelve a leer las instrucciones y haz el ejercicio de nuevo. Yo espero...

¿Notaste ahora un ligero titubeo en tu pensamiento, una pausa entre pensamientos? Si permaneciste atento inmediatamente después de hacerte la pregunta, deberías haber observado que tu mente esperaba que sucediese algo. El autor de *El poder del ahora*, Eckhart Tolle, dice que es como un gato acechando el agujero de un ratón. Estás despierto, esperando, pero en ese intervalo no existen pensamientos. Tal vez hayas oído que limpiar la mente de pensamientos cuesta muchos años de ardua práctica, sin embargo tú acabas de hacerlo en cuestión de segundos.

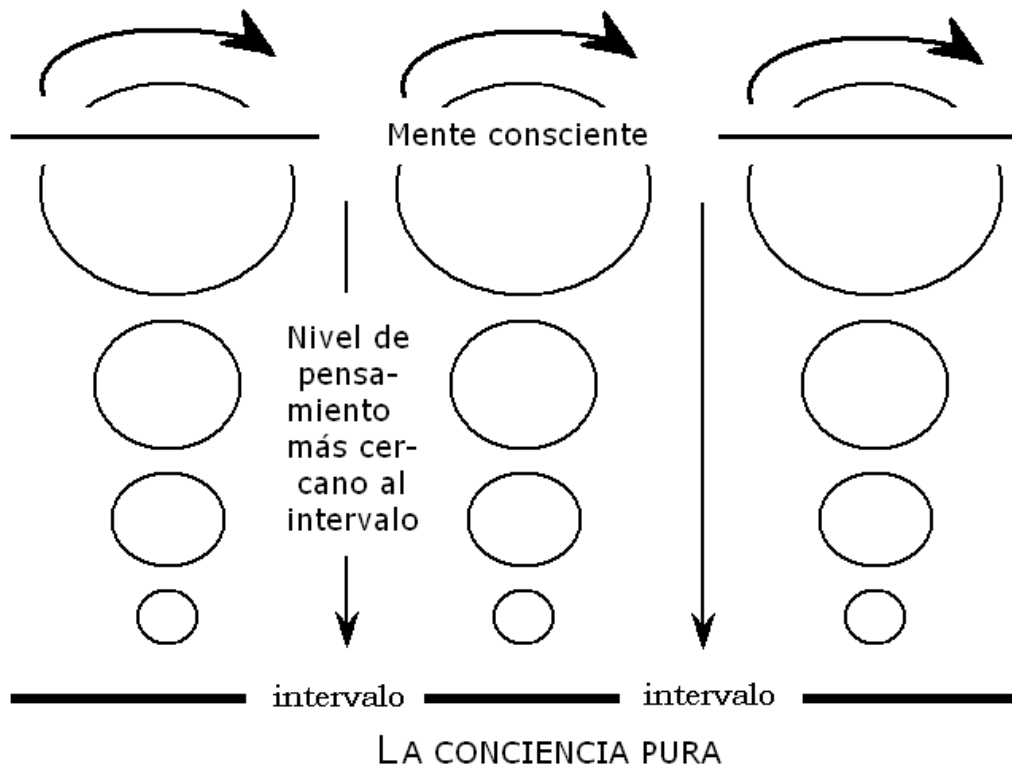
Por favor, realiza este ejercicio varias veces más. Puedes utilizar otras preguntas, del tipo «¿de qué color será mi próximo pensamiento?» o «¿a qué se parecerá mi próximo pensamiento?». La pregunta no es lo importante, sino permanecer atento. La atención descubrirá el intervalo, el espacio entre pensamientos. *Ese intervalo es conciencia pura*. Puede ser fugaz, pero no por eso deja de aparecer. Al ir siendo consciente de esta pausa mental, ésta empezará a obrar su magia en ti.

Ahora volvamos a nuestra tarea. Realiza este ejercicio durante dos o tres minutos más, volviendo a hacerte la pregunta cada quince segundos aproximadamente. Pon atención al intervalo cuando aparezca. Búscalo cuando no lo haga. En tan solo unos pocos minutos, te darás cuenta de que tus pensamientos están más sosegados y tu cuerpo más relajado.

¿Cómo es esto? No era tu intención relajarte o sosegarlo. Pero ha sucedido de manera natural, sin que lo buscaras. ¿Por qué ser consciente de la conciencia implica una diferencia tan grande en el modo en que sentimos y nos comportamos? Al ser consciente eres capaz de contactar tus pensamientos a niveles más refinados y sutiles. Cada nivel ofrece más orden y energía. El intervalo que percibiste entre los pensamientos fue la experiencia de la no-experiencia que mencioné antes. Esa no-experiencia era conciencia pura (observa la *figura 3*).

Figura 3: El Intervalo

Flujo de pensamientos



Medita durante un minuto, haciéndole una pregunta distinta cada quince segundos a la mente, con frecuencia durante el día. No tardarás en ser consciente del espacio que descubres entre tus pensamientos incluso mientras realizas otras actividades, como hablar o conducir. Si no tuvieras nada más que hacer que observar con regularidad este breve intervalo entre pensamientos, con el tiempo notarías más energía, menos estrés e incluso mayor fluidez en tus relaciones con los demás. Incluso podrías observar un humor más ligero, cercano a la picardía. Sentirse bien es divertido. Esta percepción es la base de experiencias futuras más profundas y satisfactorias. Pero este ejercicio vale la pena en sí mismo. A continuación ampliemos nuestro conocimiento de la fuente del pensamiento a fin de aprovechar sus beneficios en profundidad.

El intervalo entre los pensamientos es la experiencia de la no-experiencia.

Esa no-experiencia es conciencia pura.

6

¿Quién soy yo?

*Una vida sin analizar no vale la pena ser vivida.
La única sabiduría verdadera es saber que no sabes nada.*

SÓCRATES

Hace ya años, Sócrates nos instó a «conocernos a nosotros mismos». ¿Te has preguntado en alguna ocasión por qué le pareció eso tan importante? ¿Qué posibles beneficios podrían sobrevenirnos en caso de que trabásemos cierta familiaridad con nuestro Ser? ¿Y qué demonios es nuestro Ser, para empezar? Vamos a verlo.

Repite el Primer experimento: hallar la conciencia pura, y vuelve a descubrir el intervalo entre pensamientos. Continúa haciéndolo durante unos cuantos minutos, utilizando una de las preguntas preparatorias. Hazte una aproximadamente cada quince segundos, recordando permanecer muy atento para ver qué sucede justo después de hacer la pregunta.

En cuanto a experiencia, este intervalo entre pensamientos no es nada del otro jueves. Se trata únicamente de un espacio lleno de calma, que se hace obvio solo cuando finaliza un pensamiento y antes de que se inicie el siguiente. Como en el intervalo entre pensamientos no hay pensamiento, no serás consciente de ello hasta que vuelvas a pensar de nuevo, y puede que ni siquiera entonces. La mente sigue el movimiento. Está fascinada con el movimiento y la forma. El intervalo carece de ambos. No contiene nada. Y nada significa, nada para la mente. Pero es una gran equivocación. Y ahora voy a las razones que me hacen decirlo. Todos los pensamientos de lamente proceden de esa nada, de esa «no-cosa», que hemos identificado como conciencia pura. Compruébalo por ti mismo. Repite el ejercicio y observa el intervalo. El siguiente pensamiento llega de manera espontánea, automáticamente, y sin esfuerzo alguno por tu parte. Es luminoso como la luz del día: un pensamiento completamente nuevo. Cuando te paras a pensarlo lo cierto es que parece milagroso. Cada nuevo pensamiento es una maravilla de la creación que llega de la nada. Así que la nada no debe estar

vacía. Tiene que haber algo en esa nada, o de otro modo no podría producir un pensamiento. Interesante, ¿a que sí?

Como en el intervalo entre pensamientos no hay pensamiento, no serás consciente de ello hasta que vuelvas a pensar de nuevo.

Repite el Primer experimento un par de veces más. Recuerda, sobre todo, que debes estar atento y esperar observando a ver qué ocurre. A estas alturas ya debes de ser un experto observando el intervalo entre tus pensamientos. Ahora, permite que te haga una pregunta: ¿Quién observa el intervalo? No hay pensamientos, ni emociones, ni movimiento de ningún tipo... Pero tú sigues ahí, ¿verdad? No has entrado en coma. Estabas justa ahí esperando que volviese a aparecer el pensamiento, ¿no? ¿Quién es el que esperaba? ¿Quién es ese tú? ¿Quién observa cuando la mente desaparece?

Cuando te identificas con los pensamientos, enredado en tus recuerdos y tus planes de futuro, te estás refiriendo al «yo». «Yo» es una colección de «cosas», como la edad, sexo, preferencias y gustos, esperanzas y recuerdos a los que denominas tu vida. Pero nada de eso existe en el momento en que se detienen tus pensamientos. Para observar debes estar presente, ¿no es así? Por tanto, cuando la mente se apaga no eres consciente de nada. En ese momento no hay nada sino conciencia pura. Y ahora acabas de resolver el misterio de quien eres. ¡Eres conciencia!

¿Quién observa cuando la mente desaparece?

¿Te parece imposible? Es un hecho que no puede negarse. Tu percepción directa ha revelado que tu Ser interior es conciencia. Así es: antes de que naciese el «yo», dando paso a la imagen que reconoces como tú mismo, estaba el Ser solitario, conciencia pura. De eso trataba todo el jaleo que se organizó hace unos dos mil quinientos años cuando Sócrates hizo esas preguntas. Hizo que la gente no sólo examinase el contenido de su pensamiento, sino también los pensamientos en sí. Claro está, tú y yo sabemos ahora que eso conduce con mucha rapidez a la conciencia pura, al Ser interior indivisible.

Reflexionemos un poco más sobre este asunto de ser conciencia pura. Repasa un poco tu vida. Tómate un momento y repasa tu infancia y parte de tu adolescencia. A continuación recuerda una época durante la veintena, la treintena, etc., hasta llegar al momento presente. Piensa en lo que haces ahora mismo. A lo largo de tu vida han ido cambiando tus intereses y tus sentimientos, tu cuerpo ha crecido y envejecido, la familia ha madurado y los amigos han ido y venido. Pero hay una parte de ti que ha permanecido contigo desde que puedes recordar, y que sigue ahí. Ha permanecido inmutable a lo largo de todas las fases de tu vida.

El «yo» es una colección de «cosas», como la edad, sexo, preferencias y gustos, esperanzas y recuerdos en los que denominas tu vida.

En cada época de tu vida... No, en cada segundo de tu vida, mientras tu cuerpo-mente estaba ocupado convirtiéndose en lo que es hoy, tu conciencia permanecía silente y vigilante, como un testigo atemporal. Cuando decías: «Quiero a mi mamá», «Odio la clase de gimnasia», «Te querré siempre» o «No me gusta la música fuerte», identificabas situaciones, sucesos y emociones que le sucedían al «yo» pero no al Ser. Las situaciones y las emociones o sentimientos de tu vida, como querer a mamá, odiar la gimnasia, etc., fueron cambiando y ahora residen en esa parte de ti llamada memoria. Los aspectos de tu vida cambiaron, y seguirán cambiando. Pero tu conciencia ha seguido siendo un testigo inmóvil de la película de lo que llamas tu vida.

Alfred Tennyson habló de este misterio de inmutabilidad perdurable en su poema «El arroyo», cuando escribió: «Los seres humanos pueden ir y venir, pero yo sigo para siempre». Nosotros podemos decir, aunque con una elocuencia muy inferior, que mi seguridad, mis emociones, mis pensamientos, mi cuerpo y mi entorno pueden ir y venir, pero mi conciencia sigue para siempre. No conmueve tanto, pero se entiende muy bien.

¿Por qué es tan absolutamente crucial conocer el «Ser»? Cuando llegas a apreciar tu Ser interior como conciencia inmutable, ilimitada y eterna, tu dependencia del cuerpo que se marchita y de la mente que comienza a fallar empieza a perder su importancia. Eres consciente de que estás más allá de todas las cosas y pensamientos que son tu «yo», existes eternamente como conciencia.

¡Eres conciencia! Tu conciencia ha sido un inamovible testigo de la película de lo que llamas tu vida.

Si unos escasos minutos observando el intervalo entre tus pensamientos te procuró paz y relajación, imagínate las aventuras que te aguardan cuando tu conciencia pura impregne tu pensar, tu comer, tu trabajar y tu amar. Descubrir que eres conciencia pura es el primer paso para vivir una vida plena y llena de abundancia. Imbuir tus actividades cotidianas de conciencia es el siguiente paso. Finalmente, cuando aprendes a curar tus heridas y las de otros, ello se convierte verdaderamente en una autobendición.

7

La «técnica de la puerta»

Si tuviese alguna influencia con el hada buena que se supone preside los bautizos de todos los niños, le pediría que su regalo a cada niño del mundo fuese una sensación de asombro tan indestructible que durase toda la vida.

RACHEL CARSON

He presenciado todo tipo de reacciones cuando la gente descubre que son conciencia pura, en lugar de desorden y confusión con el que están llenas sus mentes. Por lo general hay un momento de deliciosa sorpresa acompañada de una sensación de libertad y ligereza. Esa sensación de euforia puede durar algún tiempo, pero tarde o temprano el ego quiere recuperar el control de su mente. Cuando lo consigue, los pensamientos vuelven a ocupar su exaltada y exagerada posición de importancia. El frágil eco de la conciencia se desvanece en sí mismo y se olvida con rapidez. Eso no debería suceder. Lograr todos los objetivos que aparecen en este libro debería poder asegurarte que vas a ser capaz de estabilizar la conciencia pura.

El paso siguiente para alcanzar esa meta es profundizar y ampliar la no-experiencia de la conciencia pura. Lo conseguiremos al aumentar el lapso de tiempo en que somos conscientes de ella. Para lograrlo, he desarrollado un proceso increíblemente sencillo y efectivo que todo el mundo puede hacer a la primera. Lo denomino la «técnica de la puerta», porque abre la puerta a la conciencia pura con tanta facilidad como si hubiera sido engrasada por el mismísimo guardián del umbral. Todo lo que hemos de hacer es pasar, traspasar el umbral.

El paso siguiente es profundizar y ampliar la no-experiencia de la conciencia pura.

La «técnica de la puerta» crea un cambio sutil, pero no obstante profundo, en la manera en que vemos nuestro mundo. Este «cambio» pudiera resultar al principio apenas perceptible, y sin embargo, influirá profundamente en tu cuerpo-mente, y a partir de ahí, en las demás áreas de tu vida. Al cabo de unas pocas semanas de practicar la «técnica de la puerta», no es inusual que los conocidos nos comenten algo sobre nuestros rasgos relajados o la suave luz que reflejan nuestros ojos. Es hora de empezar, así que arremángate y prepárate para abrir la puerta a tu Ser.

No es inusual que los conocidos nos comenten algo sobre nuestros rasgos relajados o la suave luz que reflejan nuestros ojos.

SEGUNDO EXPERIMENTO: LA «TÉCNICA DE LA PUERTA»

NOTA: puedes descargar una versión en MP3, de la «técnica de la puerta» en el apartado del libro *La Curación Cuántica*, en la página web de la editorial www.editorialsirio.com, también en www.quantumentrainment.com (aquí además tienes también la versión en inglés). Para identificarte en www.quantumentrainment.com utiliza tu dirección de correo electrónico. Como contraseña, introduce **qe31**, en minúsculas, sin espacios. También puedes aprovechar para descargar el audio de la técnica de la conciencia pura. Te será muy valioso antes de aprender la Curación Cuántica.

Siéntate en una silla cómoda en un lugar donde no se te moleste entre 10 y 20 minutos. Cierra los ojos y deja vagar a tu mente durante 10-20 segundos. A continuación repasa mentalmente una lista de palabras positivas. Puedes imaginar las palabras o escucharlas, no importa. Ejemplos de tales palabras podrían ser: silencio, serenidad, calma, paz, alegría, gozo o éxtasis. También puedes ver o escuchar otras palabras, como: luz, amor, compasión, espacio, infinitud, pura energía, existencia o gracia. Tras haber repasado tu lista de palabras positivas, vuelve a revisarlas. Elige una que te llame la atención. Todo lo que tienes que hacer a continuación es observar tranquilamente la palabra. Pon mucha atención y espera a ver qué sucede.

Mientras observas inocentemente, sin interferir, tu palabra acabará cambiando de alguna manera. Puede hacerse más grande, más luminosa o pesada. Puede empezar a latir o puede desdibujarse e incluso desvanecerse y desaparecer. No hay manera de saber que hará, pero no importa. Tu labor consiste sólo en observar, sin controlar ni interferir en modo alguno. Es como mirar la TV, sólo que se en tu mente. No puede ser más fácil.

Mientras observas tu palabra, tu mente pudiera pasar a otros pensamientos o bien empezar a escuchar los sonidos que tienen lugar a tu alrededor. Quizás olvide durante un rato que estás con la «técnica de la puerta», Tal vez incluso

puedes perderte en los pensamientos, a veces durante minutos. No pasa nada. Si sucede, cuando te des cuenta de que no estás observando tu palabra, vuelve tranquilamente a buscarla. ¡Eso es! La fuerza de la «técnica de la puerta» radica en su simplicidad y su inocencia.

Una última cosa; puede que tu palabra desaparezca ocasionalmente. No pasa nada. Simplemente observa el espacio que deja tras ella. Lo reconocerás como el intervalo en el que mora la consciencia pura. El intervalo no es una eta. Se trata únicamente de otro de los muchos cambios por los que transitará tu mente. No pasará mucho tiempo antes de que tu palabra regrese, por sí misma. O bien pudiera convertirse en otra palabra. Tampoco pasa nada por ello. Acepta la nueva palabra y obsérvala o escúchala como hiciste con la anterior.

Vamos a repasar un poco: siéntate tranquilamente con los ojos cerrados. Al cabo de unos segundos encuentra tu palabra y límitate a observar qué sucede. No interfieras, sólo observa. Cuando te des cuenta de que hay otros pensamientos o ruidos, busca tranquilamente tu palabra y vuelve a iniciar la observación. Si la pierdes, regresará, o habrá otra que ocupe su lugar. No tienes más que seguir ahí.

La fuerza de la «técnica de la puerta» radica en su simplicidad e inocencia.

No importa lo que suceda mientras simplemente observes, sin implicarte, lo que se desarrolla ante ti. Continúa con la «técnica de la puerta» durante diez o veinte minutos (como mínimo y siempre que sea posible, al menos diez minutos). Una vez que acabes, no abras los ojos rápidamente o te pongas a hacer cosas. Mantén los ojos cerrados. Tómate uno o dos minutos más para estirarte y regresar lentamente al mundo exterior. Si regresas con demasiada rapidez, podrías sentir alguna irritación, jaqueca u otro malestar físico. Tanto si te das cuenta como si no, tu cuerpo estará muy relajado, y por ello necesita tiempo para realizar la transición hacia la total actividad. Tu mente querrá iniciar la actividad, pero deja que tu cuerpo se recupere. Luego deslízate tranquilamente de nuevo a la vida activa. Utiliza la «técnica de la puerta» al menos una vez al día. No obstante, dos veces al día cuadruplicaría sus efectos. El mejor momento es en cuanto te despiertes. La segunda vez debería ser más adelante, a lo largo de la jornada. Si no puedes durante el día, hazlo antes de acostarte. Eso disolverá felizmente el estrés acumulado, y te permitirá dormir profundamente.

Esto es importante para lograr un éxito continuado. Al principio, vuelve a leer las instrucciones o escucha el audio de la «técnica de la puerta» cada dos días. Eso borrarán los malos hábitos que de manera inconsciente se abren camino en la práctica. Es muy normal pensar que uno lo está haciendo bien hasta que se descubre que nos habíamos olvidado de algo o bien hemos añadido algo innecesario. Si no tienes cuidado a la hora de mantener una observación inocente, la «técnica de la puerta» no resultará tan efectiva y te descubrirás pensando que no funciona tan bien como al principio. Ello es

señal de que alguna impureza se ha colado en tu práctica. Al cabo de dos semanas de comprobar tu práctica cada dos días, vuelve a leer o escuchar las instrucciones cada dos semanas. Eso permitirá que le extraigas todos los beneficios.

La «técnica de la puerta» nos enseña a confiar en nada más que en la observación. Lo que sucede resulta bastante mágico. Tiene lugar una profunda sanación sin que intervenga el mínimo esfuerzo. En realidad, cualquier tipo de esfuerzo resultaría contraproducente. Lo que hace muy bien la «técnica de la puerta» es bañar tu psique en las aguas curativas de la conciencia. En realidad estamos alineados con la sabiduría que conforma el cuerpo-mente. Cuando se realiza con asiduidad, se experimenta mayor energía, física y psicológica, más relajación, menos enfermedades, más resistencia al estrés mental y emocional y una gran mejora de las relaciones. Todo ello se obtiene simplemente permaneciendo atento. No tardarás en darte cuenta de que observas cada vez más durante tus actividades cotidianas, sin estar utilizando la «técnica de la puerta». Ésta es perfecta en sí misma o bien puede añadirse al principio de otras prácticas para aumentar su efectividad. Lo único que no has de hacer es cambiar la propia «técnica de la puerta». Su poder radica en su simplicidad. Ya está completa tal cual es. Añadir o quitar cualquier cosa sólo le restará eficacia.

Tiene lugar una profunda sanación sin que intervenga el mínimo esfuerzo...

Todo ello se obtiene simplemente permaneciendo atento.

Dentro de poco aprenderás la Curación Cuántica (CC), el método científico de curación instantánea. Aunque la «técnica de la puerta» no se utiliza directamente como tal en el proceso de la CC, ayuda a aumentar la conciencia, que es la piedra angular de ésta. Practicando a diario establecerás con rapidez el hábito de estar presente y consciente en la actividad. Más tarde, cuando seas competente en CC, podrás sustituirla por la «técnica de la puerta», aunque muchas personas continúan con ambas. Ahora es el momento de fijarnos en qué es y cómo funciona la Curación Cuántica. Luego aprenderás como curar con ella.

8

La Curación Cuántica

*Dios no mira si hacemos mucho o poco,
sino con cuánto amor lo hacemos.*

MADRE TERESA

La intuición es la fuente del conocimiento científico.

ARISTÓTELES

¿Qué es la Curación Cuántica? Se trata de un rápido y efectivo método científico que reduce el dolor y fomenta la sanación. Crea cambios inmediatos que pueden apreciarse y sentirse en el cuerpo. Es reproducible y aguantará cualquier examen preliminar o posterior llevado a cabo con rigor científico. La CC continúa operando mucho después de la sesión inicial, equilibrando y eliminando con suavidad bloqueos que impidan el bienestar físico y emocional. Alienta una conciencia curativa tanto en el iniciador como en el receptor del proceso. Por lo general, en las sesiones de CC está presente una sensación de paz y relajación.

La CC nos despierta a nuestra conciencia interior. Cuando nos familiarizamos más con la conciencia pura, nos sentimos mejor en todos los aspectos. Cuando estamos más sanos y felices, lo natural es quererlo compartir con los demás. Pronto aprenderemos el método de Curación Cuántica de curación instantánea. Así se completará el ciclo. Habrás aprendido a dar lo que recibiste. O, con más precisión, aprenderás a compartir lo que eres, pues resulta que la gente con la que compartes tu conciencia también es conciencia pura. No harás más que despertarla a su naturaleza básica. Me gustaría explicar aquí este fascinante concepto, pero se trata de un viaje que nos llevaría mucho más allá de los confines de este libro. Si deseas saber más acerca de tu naturaleza básica interior en lo relativo a salud, relaciones y felicidad, te recomiendo que te hagas con un ejemplar de *Beyond Happiness: How You Can Fulfill Your Deepest Desire*, escrito por mí, es

de lectura muy interesante, aunque sea yo mismo el que lo diga. Pero bueno, volvamos a lo nuestro y dejemos atrás la publicidad.

La Curación Cuántica nos despierta a nuestra conciencia interior..

La conciencia pura, como no tardaremos en descubrir, es un potente regenerador de todo lo que se estropea. Síntomas como dolor, confusión y depresión nos muestran que algo anda mal. Los síntomas son indicadores que señalan hacia un desarreglo en el cuerpo-mente. Tanto si se trata de una pierna rota como de un corazón roto, el desorden es contrario a un cuerpo-mente que funciones con suavidad, sea productivo y cariñoso.

La salud es orden. Cuanto más orden reflejamos más sanos estamos. Cuando la salud empieza a venirse abajo disponemos de una plétora de medicamentos y terapias destinados a restablecer ese orden en nuestro cuerpo-mente.

Podemos simplificar la cuestión de la salud considerándola desde un punto de vista vibratorio. Una vibración, u onda, es la más simple expresión de la energía. Las estrellas y las ranas, los ángeles y los yunques no son más que conglomerados de ondas energéticas que se combinan para crear esas formas.

La conciencia pura es un potente regenerador de todo lo que se estropea. La salud es orden.

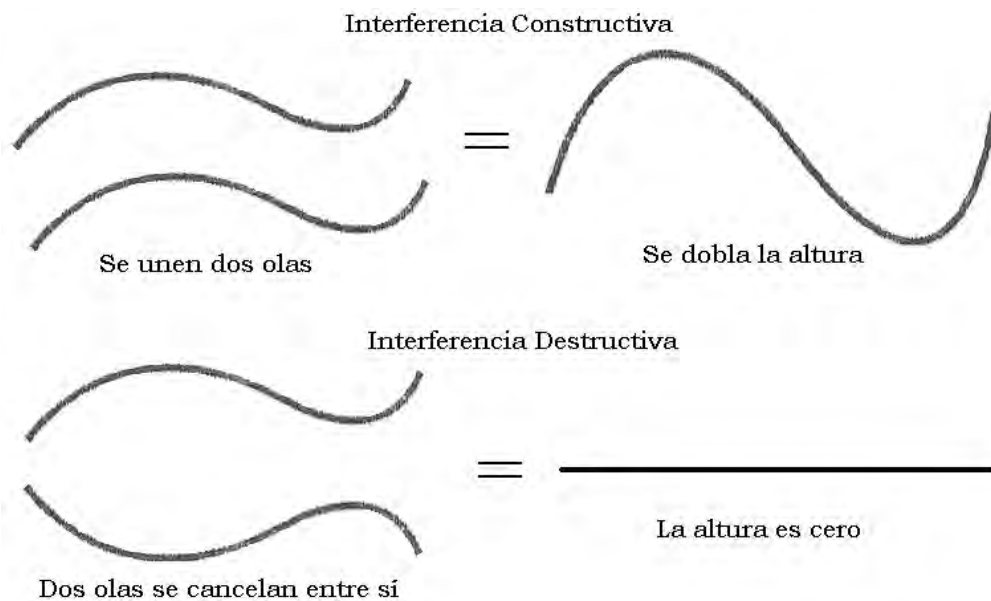
Cuanto más orden reflejamos más sanos estamos.

Podemos considerar nuestros órganos y tejidos, pensamientos y emociones como haces individuales de vibraciones que operan por simpatía para crear un cuerpo-mente sano. Cuando las vibraciones pierden sincronía, decimos que existe un trastorno o enfermedad, e intentamos curarlo. La mayoría de las curaciones se logran introduciendo vibraciones ordenadas que neutralizan las desordenadas. Por ejemplo, la vibración herbal de la corteza del sauce blanco neutraliza la vibración inflamatoria de un dolor de cabeza.

El proceso de reforzar o debilitar vibraciones se denomina interferencia. Creo que la manera más sencilla de comprenderlo es la siguiente: la amplitud es la parte vertical de una onda, lo alta que es. Si se juntan dos ondas de la misma amplitud se acaba teniendo una onda grande con el doble de amplitud que la original (*figura 4*). Eso se llama interferencia constructiva. Lo opuesto también es cierto. Si se unen dos ondas de amplitud exactamente opuesta, se cancelan entre sí y acabamos con una amplitud cero. Eso se denomina interferencia destructiva.

Pero no dejes que esta jerga de interferencia constructiva-destructiva te extravíe. Acércate a la orilla del mar y observa el ir y venir de las olas, y verás ese principio puesto en práctica. Al observar, no tardarás en ver que una ola más rápida sobrepasará a otra más lenta que tenga por delante. Ambas se fundirán y conformarán una única ola, más fuerte. El impulso de la más grande y rápida la empuja hacia la playa más rápidamente que a las otras olas, mojándose las puntas de tus tenis recién estrenados. Eso es interferencia constructiva.

Figura 4: Interferencia de onda



Mientras esa ola alcanza la playa, sumergiéndose los pies hasta los tobillos en una charca de agua de mar arenosa, mientras sueltas unos cuantos tacos entre dientes apretados, y las madres enloquecidas playa arriba y abajo intentando taparles los oídos a sus hijos, resulta que se encuentra a otra ola que llega. La fuerza de la ola saliente reduce la fuerza de la entrante, que pierde tamaño e impulso, por lo que no llega donde tú te encuentras. Pero ya no te fijas porque estás llegando donde dejaste el coche, mascullando y tratando de sacudirte con cada paso el agua de tus tenis. La pérdida de impulso de la segunda ola es un ejemplo de interferencia destructiva.

Los sistemas de sanación tradicionales como la medicina, la acupuntura, la terapia corporal y los procedimientos energéticos sutiles funcionan restableciendo el orden vibratorio. Cuanto más se sintoniza el tratamiento vibratorio con la vibración de la salud, más completa es la curación. A veces, sin embargo, el desorden puede en realidad haber sido creado por el tratamiento. Si éste sólo encaja parcialmente con la curación, como en el caso de la mayoría de los medicamentos que sólo se venden con receta, aparecen efectos secundarios. Por lo general, el sistema curativo funciona mejor al trabajar únicamente como ondas y vibraciones, que crean menos efectos secundarios. Y eso nos remite a la cuestión de la conciencia pura.

La conciencia pura nos es una vibración, sino el origen de la vibración. Es el orden y energía potenciales que subyacen tras toda forma. En teoría, si pudiéramos insuflar conciencia pura en un sistema desordenado, el resultado sería un orden perfecto sin efectos secundarios. ¡Pues resulta que es posible! A ese sistema lo llamamos Curación Cuántica.

Todo sistema, método o procedimiento curativo tiene por objeto proporcionar dirección, apoyo y orientación al practicante frente a posibles obstáculos que pudieran impedirle tener éxito en la tarea que realiza. Creemos erróneamente que el procedimiento es el responsable del éxito. ¡Pero no es así!

La conciencia pura no es una vibración, sino el origen de la vibración.

Es el orden y energía potenciales que subyacen tras toda forma.

Voy a revelarte otro secreto. En esta ocasión es gratis. El que realiza la curación no es el procedimiento curativo, sino la conciencia. Así es, la conciencia es el ingrediente mágico en todo empeño que quiera tener éxito. No importa si lo que haces es lavar el coche, trabajar en un problema de trigonometría o cortarte las uñas de los pies: la conciencia será siempre el ingrediente principal. No tienes más que comprobarlo y cortarte las uñas de los pies sin utilizarla. El panorama resulta desolador.

El que realiza la curación no es el procedimiento curativo, sino la conciencia.

Tu conciencia es quien insufla vida en aquello que haces. La técnica, por sí misma está muerta. La conciencia es el tren mientras que el procedimiento son las vías. Sin conciencia no hay movimiento. Sin conciencia nada se logra. Por ello es que puedes tomar una de las miles de formas de curación que existen y ponerte bien de todos modos. El proceso de la Curación Cuántica, pone el énfasis en la conciencia, no en el procedimiento. Como pronto experimentarás, la técnica en realidad no implica apenas esfuerzo alguno. De hecho, en realidad la CC empieza a funcionar cuando el proceso se detiene. Así es, cuando toda la estructura de la técnica de la CC se derrumba en la conciencia pura es cuando tiene lugar la curación. Como ves, el proceso de CC no es una técnica curativa, es el proceso de ser consciente de la conciencia pura. De hecho, la curación es un efecto secundario de ser consciente. Ello significa también que tú no eres el sanador, lo es la conciencia pura. Esta importante distinción se hará más evidente cuando comiences a practicar la Curación Cuántica.

Quien realiza la curación no es proceso curativo sino la conciencia.

Ello trae a colación una cuestión vital que debe siempre ser tenida en cuenta. Si no eres el sanador, no puedes atribuirte el mérito de ninguna curación llevada a cabo. Estás liberado de esa responsabilidad, eres libre de esa carga.

Digamos que se te pide que ayudes a aliviar una rodilla muy dolorida. No tienes por qué saber si la rodilla es artrítica, si se trata de un ligamento o de cualquier otra cosa parecida. No debes diagnosticar el problema. El orden infinito de la conciencia lo hará en tu lugar. No necesitas saber nada de la rodilla, sólo lo que quiere su propietario, que es este caso, es eliminar el dolor.

Únicamente has de iniciar el proceso de la Curación Cuántica y de todo el resto se ocuparan en tu lugar. En realidad no es tu lugar, sino por la persona que padece el dolor. Aparte del procedimiento inicial, no hay nada que debas hacer.

Antes de una sesión de CC, que puede durar entre quince segundos y varios minutos, deberás aprender a realizar una simple exploración para observar objetivamente la intensidad del dolor, la inflamación y otros síntomas. Después de la sesión realizarás la misma exploración, observando hasta qué punto se han aliviado esos síntomas. Como no estuviste implicado en la curación de la rodilla, no deberías tener un interés personal sobre cómo o hasta qué grado ha tenido lugar la curación. Eso te salva psicológicamente de salir malparado y le pone un bozal a tu ego. También permite que florezca totalmente la compasión y la alegría de ser humano. No está nada mal para unos pocos minutos de trabajo, ¿verdad?

Únicamente has de iniciar el proceso de la Curación Cuántica y de todo el resto se ocuparán en lugar.

La Curación Cuántica es simplemente un proceso que permite que la conciencia se expanda en la conciencia pura con propósitos curativos. Una vez que el iniciador del proceso de CC se da cuenta de la conciencia pura, la curación sucede instantáneamente. No obstante, aunque los elementos discordantes de cualquier enfermedad o estado se integren en un instante, los resultados tardarán algún tiempo en manifestarse por completo. La Curación Cuántica continuará operando durante mucho tiempo después de finalizar la sesión. Ésa es otra razón por la que no beberías preocuparte demasiado de los resultados iniciales. Digamos que la rodilla dolorida mejoró un 80% tras la primera sesión de CC. Dos minutos más tarde podría haber mejorado un 90% y dos días después tal vez desaparezca totalmente el dolor.

Una vez que el iniciador del proceso de CC se hace consciente de la conciencia pura, la curación sucede instantáneamente.

Así que todo lo que suceda será para bien. Es imposible perjudicar. El antiguo principio rector del sanador «Por encima de todo, no perjudicar», no es aplicable a la CC por dos razones: no estás curando y además la conciencia pura no puede hacer daño.

Pero tampoco es que quedes abandonado. La belleza del experimento de la Curación Cuántica es que cura tanto al compañero como al iniciador (nota: me refiero a la persona que recibe la CC como al «compañero» y a quien la lleva a cabo como el «iniciador»). Gracias al proceso de CC, el iniciador se desliza fácilmente en un sublime estado de conciencia pura y a continuación permite que la perfecta armonía de este estado sutil recree o reorganice la materia, ya sin desorden. Cuando se lleva a cabo de manera asidua, ese estado de conciencia interior empieza a sentirse externamente, organizando y curando todos nuestros pensamientos, palabras y actos. La experiencia es pacífica, edificante e inspiradora.

En los siguientes párrafos compararé y contrastaré de manera general la Curación Cuántica con otros sistemas curativos. Es para que lo comprendas. Por favor, no malinterpretes mis intenciones. No intento hacer comentarios acerca del valor de esos métodos, ya que todos los métodos curativos son muy valiosos y necesarios. No hay más que preguntar a los millones de seres cuya calidad de vida mejora a diario gracias a su uso. Me estoy refiriendo a una visión global de la salud, que va más allá del cuerpo y la mente para incluir todos los aspectos de interacción humana. Qué cierto es que estamos limitados por cadenas conceptuales que atan nuestras mentes y debilitan nuestros cuerpos.

La belleza de experimentar la Curación Cuántica es que cura al compañero como al iniciador.

Tal vez sólo quieras utilizar la Curación Cuántica para sanar un dolor físico o emocional. Está muy bien. No obstante, es algo más que un método para curar el cuerpo y la mente. La Curación Cuántica fluye fácilmente hacia el exterior para curar y enriquecer todos los empeños humanos y más allá. Y sucede automáticamente. Cuando se aplica asiduamente la CC, los ángulos afilados y las superficies duras de la vida se suavizan. El resultado es que vemos la vida como sustentadora, como una madre universal que protege, enseña y acaba satisfaciendo todas nuestras necesidades. Eso sucede rápidamente cuando nos elevamos de nuestro sopor para recibir el nuevo día con una sensación de alegría y asombro. La Curación Cuántica es el primer objeto de que sale el baúl de los juguetes, y el último que volverá a él.

No obstante, es algo más que un método para curar el cuerpo y la mente. La Curación Cuántica fluye fácilmente hacia el exterior para curar y enriquecer todos los empeños humanos.

Cuando jugamos diariamente con la CC, nuestras enfermedades particulares empiezan a curarse solas. Nuestra sanación se acelera. Comenzamos a depender cada vez menos de modalidades externas y nos interiorizamos con más facilidad para devenir cariñosos testigos de la vida según se manifiesta ésta a través de nosotros. Al igual que una bola de nieve rodando pendiente abajo, reunimos para nosotros la totalidad de la vida, aumentando el impulso de salud y vitalidad.

Pero no soy ningún purista y no creo que tú tampoco debas serlo. La Curación Cuántica tiene el potencial, y subrayo la palabra potencial, de ser la panacea para todo tipo de problemas. Te sorprenderás a ti mismo a diario llevando a cabo pequeños milagros. Esta experiencia alterará los cimientos sobre los que percibes este mundo. ¿Me estoy refiriendo a aprovechar la fuente creativa de todo el cosmos? Te desafío a que lo hagas y a que mantengas la actitud de siempre.

Te sorprenderás a ti mismo a diario llevando a cabo pequeños milagros.

Lo que distingue a la CC es que no se basa en medicamentos, modalidades ni actitudes mentales. Allí donde un sistema de salud tradicional utiliza la estructura, la CC busca disolverla. La disolución ordenada de estructuras abre la mente del practicante a la conciencia pura, que a su vez añade orden a la estructura.

Todos los métodos de sanación son valiosos. Ese valor aumenta al incrementarse la conciencia del practicante. La CC, como cualquier otra forma de sanación, está limitada por la mente del practicante. En un mundo ideal, sería todo lo que necesitaríamos para asegurarnos una salud y armonía perfectas en el cuerpo, la mente, las relaciones, el trabajo, la búsqueda espiritual, la educación y la diversión. Sí, la CC, restaura la armonía en todas esas áreas. El problema es que, al igual que todos los procedimientos curativos, está condicionada por las limitaciones del practicante. Lo bueno es que la práctica de la Curación Cuántica elimina precisamente esas limitaciones. En pocas palabras, cuanto más la practicas, más divertida y satisfactoria será tu vida. Ahora volvamos a poner atención en sus entresijos.

La Curación Cuántica no es un procedimiento energético sutil. No emplea interferencias de ondas ni intenta de manera alguna neutralizar energías aborrecibles mediante hierbas o medicamentos, trabajo corporal o manipulación, energías radiadas, energías sutiles ni ninguna otra modalidad. La Curación Cuántica, es única a este respecto y ahora veremos cuál es la razón.

El problema es que la Curación Cuántica al igual que todos los procedimientos curativos, está condicionada por las limitaciones del

practicante. Lo bueno es que su práctica elimina precisamente esas limitaciones.

Cualquier sistema curativo importante, sea de medicina tradicional, de energías sutiles o cualquier otro entre ambos extremos, requiere de un estudio y una práctica rigurosos bajo la orientación de un practicante cualificado a fin de aplicarlo con seguridad y eficacia. Lo más probable es que los sistemas evolucionarán a lo largo de muchos años de pruebas y tanteos antes de que se aceptasen como vitales. La mayoría de ellos siguen evolucionando. Son tanto arte como ciencia, y los resultados varían dependiendo de la capacidad del practicante. Todo este cuidado y atención a los detalles son necesarios porque esos sistemas pueden perjudicar si no se aplican correctamente. O, como poco, pueden resultar ineficaces.

Nada de todo esto es aplicable a la Curación Cuántica. Por una sencilla razón: porque en realidad el iniciador no hace nada. Sólo permite que la conciencia pura haga toda la labor. Recuerda, la conciencia pura es orden perfecto. Si hay algo que parece desordenado, ella lo arreglará. Sólo necesitamos al iniciador para que prepare el terreno, Lo prepara todo y luego desaparece. Es entonces cuando la conciencia pura disuelve la disonancia y la reajusta en un orden perfecto mientras el iniciador observa en un arrebatado de gozo.

¿Cuesta mucho aprender la Curación Cuántica? Es tan fácil como pensar. Su práctica no requiere de capacidades especiales y puede aprenderse con rapidez. De hecho, cuesta más leer sobre ella que practicarla. Así que si estás leyendo este libro, no cabe duda de que la podrás aprender y aplicar. Experimentarás en ti mismo los fenomenales efectos curativos de la conciencia pura.

¿Para qué es buena la Curación Cuántica? Si puedes pensar en algo, eso significa que la CC puede arreglarlo. Puede arreglarlo pero eso no implica que vaya a hacerlo. Lo hecho por la conciencia pura, que resulta ser todo, lo puede arreglar la conciencia pura. Eso tiene sentido, ¿no? La cuestión es que ella es la que arregla las cosas, no nosotros. No se ve obstaculizada por nuestras necesidades, aspiraciones, prejuicios, esperanzas, temores, objetivos o fracasos personales, ni por nada que nos dé vueltas por el cerebro. Nosotros, los seres humanos, percibimos un pedacito increíblemente pequeño de lo que es, ha sido o será. Nuestro problema es que creemos saber bastante bien qué es lo que hay que hacer en cualquier situación dada. La verdad es que no tenemos ni idea. En cualquier momento dado, nuestro mundo es un océano hirviente de causas y efectos. Toda causa actual es el resultado de infinitos actos interrelacionados que se remontan a incontables eones, a ese primer y suave pensamiento que engendró el origen de la creación. ¿Cómo es posible conocer las semillas primigenias que originaron el pensamiento que tuvimos en este preciso momento? ¿Sabes qué es lo que hace que tengas ese pensamiento, o el anterior a éste?

De hecho, cuenta más leer sobre CC que practicarla.

Si puedes pensar en algo, eso significa que la CC puede arreglarlo.

¿Tanto cuesta imaginar que no somos tan dueños de nuestro propio destino como imaginábamos? Piensa en alguien que lleve soltero toda la vida y que, de joven, saliera hacia la tienda un minuto más tarde porque no encontraba las llaves del coche. Llegó a la tienda un minuto más tarde y así se perdió el poder conocer a la única mujer a la que podía haber amado. Un minuto, un segundo puede cambiar toda una vida. Todos hemos especulado en alguna ocasión acerca de lo diferente que podría haber sido nuestra vida si hubiéramos comprado un décimo de lotería más o si no hubiéramos contrariado los deseos de nuestros padres y no hubiésemos acabado siendo mimos callejeros. ¿No están todos los minutos de nuestras vidas llenos de fuerzas más allá de nuestro control y que pueden alterar por completo nuestro futuro?

Hagamos una pausa y juguemos con una abstracción, ¿vale? Expandir los límites de nuestras mentes siempre está bien y resulta útil en particular cuando exploramos nuevos paradigmas curativos. Al menos le proporcionamos a la mente algo con lo que entretenerse. Al igual que una semilla, puede brotar y germinar, convirtiéndose en algo útil y, en última instancia, magnífico.

Nuestro mundo es un océano hirviente de causas y efectos.

Un minuto, un segundo puede cambiar toda una vida.

La física cuántica ha expuesto varias teorías acerca de los universos múltiples. Una cosa con la que estoy de acuerdo es que todos nosotros contamos con un número infinito de vidas. Que el tiempo no fluye no es sólo teoría, sino un hecho matemático. No existe tal y como solemos considerarlo. Nuestras mentes crean la secuencia que identificamos como tiempo. Dicho de otra manera, el tiempo es una creación humana que no existe fuera de nuestras mentes. Nuestra conciencia limitada es la que nos confina a un tiempo y una vida.

El tiempo es una creación humana que no existe fuera de nuestras mentes.

Es muy posible que existas en una vida paralela tal y como eres, con la excepción de un pequeño cambio. Por ejemplo, en una vida pudieras padecer artritis en los dedos, en otra sufrirla en los dedos y las rodillas, y en una

tercera no tener nada de nada. Piensa en ello, en infinitas expresiones de ti mismo existiendo en paralelo. ¿A que sería alucinante que pudieras trasladarte conscientemente de una vida a la otra? Tu experiencia vital se dilataría de una forma infinita, únicamente limitada por tu conciencia. Y ahora llegamos a lo más interesante.

¿Qué es lo que conecta a todos esos múltiples universos? Si cada una de tus vidas fuese una perla de un collar, ¿qué sería el hilo que las atraviesa y las une? El hilo unificador de los universos múltiples es el todo ilimitado de Bohm, el orden implicado de conciencia pura. Ésta es el portal a cada una de tus vidas. Puede que sea así como opera la Curación Cuántica, trasladando tu conciencia a través del portal de la conciencia pura a una vida paralela. Si padeces artritis en esta vida, te sumerges desenvueltamente en conciencia pura y regresas liberado de esa dolencia en otra existencia.

Eso me recuerda uno de los libros de las Crónicas de Narnia escritos por C.S. Lewis, en el que sus personajes podían sumergirse en un estanque en Inglaterra y aparecer en el mundo de Narnia. Da la impresión de que Lewis intuyó lo que en física cuántica se denomina universos múltiples.

Me gustaría que lo considerases como un CD de música. Cada pista de la superficie del disco representaría una vida. El rayo láser que lee la información barre el CD liberando la música de cada vida encerrada en esas pistas. El láser es como nuestra conciencia barriendo la pista que llamamos nuestra vida presente. Nuestra conciencia pasa del nacimiento a la muerte. Pero recuerda que en el tiempo no existe movimiento. Esto es un hecho. El tiempo es una ilusión creada por nuestra mente consciente. Todas nuestras vidas existen simultáneamente, igual que todas las pistas existen el mismo tiempo en el CD. Ahora bien, ¿y qué ocurriría si, en lugar del láser moviéndose de manera predecible de una pista a la siguiente, pudiéramos saltar a una pista paralela? Podríamos empezar a oírla, ¿no es así? La curación instantánea de cualquier enfermedad parece cosa de magia hasta que te das cuenta de que no haces más que sumergirte en la conciencia pura en una vida y emerger en otra, liberado de esa enfermedad limitadora.

Menciono esto por una muy buena razón. Las maravillas que podemos realizar están únicamente limitadas por nuestra conciencia. Todos somos limitados. Es algo inevitable. Pero sabiendo lo que ahora sabemos podemos empezar a deshacernos de las cadenas que atan nuestra conciencia y empezar a vivir más allá de nuestras actuales limitaciones. ¿Podría ser que curar nuestra artritis fuera algo tan sencillo como alternar pistas en un CD? Sí, si sabes cómo hacerlo y tu mente te lo permite- En el sencillo proceso de la Curación Cuántica está engrandando el mecanismo de la creación, y la capacidad de abrir nuestra conciencia a las infinitas posibilidades que la creación nos ofrece.

Las maravillas que podemos realizar están únicamente limitadas por nuestra conciencia.

Pero bueno, está muy bien jugar un rato con la teoría, que además tiene el potencial de expandir nuestras mentes más allá de sus presentes parámetros. Pero el hecho es que la Curación Cuántica funciona tanto con teoría como sin ella, funciona tanto si crees en ella como si no. Opera incluso cuando no comprendes cómo opera. Un niño puede realizar la CC con perfecta inocencia. De hecho, no funciona sin ella.

No es posible crear este cambio en la conciencia pura sanadora a través de una enorme fuerza de voluntad. Basta con que situemos nuestra inocente intención en el océano de la conciencia pura. Dónde conducen las corrientes de armonía y sanación es algo que está más allá de nuestra influencia. Podemos albergar el deseo de curar a alguien, pero ese deseo procede de nuestras limitaciones, anegadas en las sempiternas turbulencias del océano de la mente. Pudiera ser un deseo altruista nacido de la compasión por un ser que sufre. Pero no hay manera de que podamos saber cómo apoyará ese deseo el plan de acción cósmico. Desconocemos el complicado e intrincado curso de acontecimientos que ha llevado a esa discordancia aparente. Tampoco podemos saber de qué manera elegirá volver a expresar armonía. Cuando se lleva a cabo la Curación Cuántica siempre tiene lugar un cambio de estado. Es posible que una única sesión de CC pueda poner en movimiento fuerzas que reverberen a través del universo antes de que se realice dicha armonía. Como iniciadores, todo lo que podemos hacer es expresar nuestro deseo de hacerlo bien. El resultado, en cualquiera de las formas que pudiera tomar, será una expresión natural y perfecta de la conciencia pura. Solo hemos de aceptar lo que vemos con el conocimiento de que no nos es posible saber qué fuerzas están operando o cuándo se manifestarán.

Un niño puede realizar la CC con perfecta inocencia. De hecho, no funciona sin ella.

En una ocasión tuve una paciente que me pidió que la ayudase con varios problemas a la vez. Tenía jaqueca sinusítica, espasmo del músculo trapecoide a causa de su trabajo y además llevaba seis semanas anémica debido a complicaciones premenopáusicas. Había iniciado el proceso de la CC hacía unos minutos cuando noté una ligera indicación de que su cuerpo había recibido la influencia organizativa de la conciencia pura. Cuando le pregunté cómo se sentía dijo que exactamente igual que antes de la sesión. Le comuniqué que el proceso había sido un éxito y que por el momento no podía hacer nada más por ella. Me di cuenta de la desilusión que se dibujó en su rostro al disponerse a marcharse. Sin embargo, alrededor de una hora más tarde recibí una excitada llamada telefónica suya. Me contó que mientras conducía de vuelta a su casa, se abrieron repentinamente las compuertas de sus senos nasales, y que casi hubo de detener el coche para ocuparse de ellos, ahora totalmente abiertos y fluidos. Me dijo que después de llevar en casa unos veinte minutos se le relajaron los hombros, y que se sentía ligera y aliviada. La felicité y agradecí que se hubiese tomado la molestia de ponerme al corriente de su estado. Volvió a llamar a la mañana siguiente, en esta

ocasión todavía más agitada, para comunicarme que se había liberado por completo de todos los síntomas premenopáusicos.

Es posible que una única sesión de CC pueda poner en movimiento fuerzas que reverberen a través del universo.

En el momento en que se la aplicó, esta paciente no mostró ninguna indicación externa que demostrase que había funcionado. Yo sólo fui consciente de un ligero cambio en un único músculo de la región dorsal de la espalda. No sabía qué tipo de alivio cabía esperar –en caso de que tuviese alguno- Me salvó el hecho de no ser más que un espectador del proceso. Inicié la Curación Cuántica y me aparté del camino. Me alegré muchísimo del alivio de sus síntomas, no porque yo hiciese algo, sino por otra razón. Cada vez que tiene lugar una curación de esta manera es un testimonio de que la vida es más vasta de lo que creemos y más generosa de lo que imaginamos. Cuando inicio el proceso de CC, entro en contacto con algo que es más grande que yo y a lo que denomino mi Ser. Experimento una emoción que no es esperanza, en serio, sino un saber que todo está bien en mi mundo. Yo no realizo la CC sólo para que mi vida sea mejor. Lo hago para recordarme que la perfección ya existe, para crear ondas en el estanque de la inmortalidad y observarlas lamer juguetonamente las vidas de mis compañeros de viaje en este pedacito infinitesimalmente pequeño del universo.

9

Preparándose para curar

El alma nunca piensa sin una imagen mental.

ARISTÓTELES

*Piensa a izquierda y piensa a derecha,
Piensa arriba y piensa abajo. ¡Ah, lo de cosas
que podrías pensar con sólo intentarlo!*

DR. SEUSS

Prepararse para aplicar la Curación Cuántica no requiere hacer acopio de herramientas ni de técnicas; lo que hay que hacer es prepararse para no hacer nada. A quienes me conocen bien no les sorprende que descubriese y desarrollase la CC. No dudan en señalar que me he estado preparando para no hacer nada gran parte de mi vida. Está muy bien contar con amigos tan atentos y comprensivos.

Lo primero que me gustaría es que te demostrases a ti mismo el poder de la conciencia creando un cambio observable en tu propio cuerpo. Al realizar este sorprendente ejercicio no sólo comprenderás los principios básicos de la curación, sino que además podrás degustar la alegría y el deleite del estilo de sanación de la Curación Cuántica. ¿Preparado? Empecemos.

*Prepararse para aplicar la Curación Cuántica
no requiere hacer acopio de herramientas ni
técnicas, lo que hay que hacer es prepararse para
no hacer nada.*

TERCER EXPERIMENTO: EL EJERCICIO DEL DEDO QUE CRECE

Levanta la mano, con la palma mirando hacia ti, y halla la arruga o línea horizontal, que recorre el fondo de la mano por encima de la muñeca. Encuentra la misma arruga horizontal en la otra mano. Junta las muñecas de manera que ambas líneas se alineen exactamente entre sí. A continuación, y con cuidado, junta las palmas y los dedos. Las manos deben alinearse perfectamente, en la postura de oración.

Fijare en cómo se alinean tus dos dedos corazón. Tendrán la misma longitud o bien uno será más corto que el otro. Para este ejercicio elegirás el más corto. Si ambos son parejos, puedes optar por cualquiera de ellos.

Separa las manos y colócalas sobre la mesa o el regazo. Observa el dedo corazón elegido y piensa: «Este dedo crecerá». No lo muevas. Simplemente hazte muy consciente de él. Lo harás tanto con los ojos abiertos como cerrados, no importa. Míralo o imagínalo en tu mente. Concentra toda tu atención en ese único dedo; eso es todo. Sigue así durante un minuto entero. No tienes que volver a decirle que crecerá. Basta con una vez. Sólo has de proporcionar lo necesario para realizar la transición, atención o conciencia concentrada. Ese dedo concentra toda tu atención o conciencia concentrada. Ese dedo concentra toda tu atención durante un minuto entero.

Una vez pasado el minuto, vuelve a medir la longitud de tus dedos utilizando las líneas que cruzan las muñecas; igual que hiciste antes. Fíjate en la longitud de los dos dedos corazón, y... ¡el que recibió tu atención será más largo! Cuando te paras a pensar en ello resulta asombroso. Bienvenido al maravilloso mundo de la conciencia intensificada. Acabas de presenciar la manera en que la fuerza de la conciencia puede animar el cuerpo y prepararlo para curar desde dentro. Pero ¿cómo pudiste realizar ese número de magia? Veamos.

Los requisitos básicos para este ejercicio fueron intención y conciencia. Primero, tuviste la intención de que tu dedo más corto creciese. Luego concentraste toda tu conciencia, tu atención, en dicho dedo. Ese ejercicio nos transporta a las inmediaciones de la Curación Cuántica, pero no del todo. Sólo hemos de añadir un elemento adicional, la «eumoción», y estarás preparado para convertirte en una dínamo sanadora.

10

Emociones y «eumociones»

*La paz es una mariposa, que, cuando se ve perseguida,
escapa siempre más allá de tu alcance, pero que,
si te sientes tranquilo, puede venir a posarse sobre ti.*

NATHANIEL HAWTHORNE

¿Cuál es la diferencia entre cólera, orgullo, preocupación, pesar y otras emociones y las «eumociones» de paz, alegría y gozo? En pocas palabras, las emociones son condicionadas y las «eumociones» no. Las primeras vienen creadas por otras emociones, pensamientos y circunstancias. Las segundas surgen directamente de la pura consciencia. Cuando te encolerizas con tu esposa por dejarse destapado el tubo del dentífrico, estar triste porque alguien muy cercano a ti se ha ido o sentirte preocupado porque no puedes pagar las facturas pendientes. Todas las emociones tienen condiciones, tanto si somos conscientes de ellas como si no.

Las «eumociones» (abreviación de emociones eufóricas) son emociones incondicionadas. No tienen ni necesitan una razón de ser. Simplemente son. Por ejemplo, la paz existe allá donde estemos y siempre. Una vez que sabes cómo hallar paz, podrás encontrarla en el ojo de la tormenta, incluso en medio de un huracán emocional. Cuando eres consciente del Ser, de la consciencia pura, experimentas paz hagas lo que hagas o pienses lo que pienses. Es posible que puedas reconocer que siempre ha estado ahí pero que no te habías fijado. La paz es tu estado natural cuando no te hallas atrapado en el entorno de las emociones condicionadas cotidianas. Si no estás familiarizado con la consciencia pura, todo esto podría parecerte difícil de creer, pero dejará de ser así tras haber aprendido la Curación Cuántica. El proceso de la CC dirige tu consciencia cotidiana, de manera natural y fácil, hacia la consciencia pura y las «eumociones» que bullen en los recovecos más sutiles más allá de tu mente.

Las «eumociones» surgen directamente de la conciencia pura..

Las emociones condicionadas son creaciones mentales atrapadas en el tiempo. Sirven a las necesidades del ego de dividir y vencerás. Todas cuentan con opuestos, por ejemplo, la felicidad tiene la tristeza y el amor el aislamiento, Y están siempre asociadas al pasado o al futuro. Las «eumociones», sin embargo, carecen de opuesto. Son melodías etéreas de conciencia pura que lamén dulcemente las orillas más remotas de nuestras mentes. Siempre cantando pero apenas escuchadas, son las primeras y débiles articulaciones de la eternidad que somos.

La «eumoción» de paz primigenia también puede conocerse como silencio o sosiego, alegría, gozo y amor incondicional, éxtasis y la experiencia de sobrecogimiento de la unicidad. Cualquier «eumoción» contiene en ella todas las demás «eumociones». En la paz está la quietud. Si permaneces atento, descubrirás que la paz es jubilosa. Si te sientes especialmente sosegado también descubrirás ahí mismo la inocencia del amor ilimitado, dispuesto a envolverte en su abrazo sutil

Aunque las «eumociones» son autosuficientes, pueden producir emociones condicionadas en la mente. Por ejemplo, cuando experimentas puro disfrute podrían surgir emociones de placer o felicidad en la mente. La «eumoción» desde la cúspide de la mente se percibe como felicidad en el interior. En este caso la emoción condicionada de «felicidad» sigue necesitando una razón para existir. Esa razón fue la «eumoción» de disfrute. Las emociones condicionadas como la rabia y la lujuria producen otras emociones condicionadas, pero nunca pueden producir «eumociones»-

Una vez que sabes cómo hallar paz, podrás encontrarla en el ojo de la tormenta, incluso en medio de un huracán emocional.

Ésta es una cuestión muy importante sobre la que cabría reflexionar. Debemos discriminar entre emociones generadas en la mente para aplacar la necesidad del ego de disensión y las «eumociones» que apoyan la armonía y la paz infinitas. De no hacerlo, permaneceremos encadenados a la rueda en movimiento de la turbulencia emocional que ha llevado a nuestro mundo al umbral de la aniquilación. Una vez entendido, es fácil poner remedio. Primero hay que experimentar la armonía universal de la paz, la alegría, y el amor, y dejar que la curación se desarrolle de manera espontánea desde el interior.

Si la mente fuese una bombilla, la conciencia pura sería la electricidad que la ilumina y las «eumociones» la luz producida por la electricidad moviéndose a través del filamento. Las emociones condicionadas serían las alteraciones en el vidrio de la bombilla, como el color o las impresiones (60

W), o bien las distorsiones como burbujas o pliegues. Para seguir con la misma analogía, si te sintieses algo deprimido, tu bombilla podría ser azul, si estallaras en cólera, sería roja, etc. Incluso aunque el cristal de la bombilla fuese azul, la luz seguiría siendo pura y clara. No irradiaría luz azulada hasta que atravesase el cristal azul de la bombilla. Las «eumociones» son siempre claras y puras, y están presentes en todo momento, incluso cuando estamos deprimidos o nos encolerizamos. Si nos identificamos con nuestra «azulidad» estaremos pasando por alto la pureza de la paz que siempre reside en el interior.

Si la mente fuese una bombilla, la conciencia pura sería la electricidad que la ilumina.

No deberíamos seguir empleando la misma analogía, pero podemos utilizarla para subrayar otra importante cuestión. Cuando vemos a personas deprimidas, coléricas, irritables, insoportables, etc., tendemos a concentrarnos en el color que irradian. Nos concentramos en la emoción y pasamos por alto la pereza que hay tras ella. Cuando realizamos la Curación Cuántica, nos tornamos conscientes de las «eumociones» como parte de proceso. Aportan impulso a la creación. Con el tiempo, al continuar la práctica de la CC, nos familiarizaremos más con la pureza primigenia, antes de que tenga lugar el pensamiento o acto asociados. Ese conocimiento se derramará rápidamente por nuestra vida cotidiana y empezaremos a reconocer de manera espontánea la paz, la alegría el amor ilimitado que se esconden tras el comportamiento.

Como conocemos la conciencia pura en nosotros y la reconocemos en los demás, estamos menos influidos por el comportamiento negativo ajeno. Eso nos libera y nos permite disfrutar de cualquier «eumoción» que pudiera reflejarse en nuestra mente en ese momento, sea paz, alegría, gozo o amor ilimitado. No sólo nos tornamos más tolerantes y cariñosos hacia los demás, sino también para con nosotros mismos. Aceptar nuestras propias imperfecciones aparentes y el comportamiento resultante es una maravillosa liberación y una base perfecta desde la que vivir en paz cada día.

11

Las tres «P» de la intención de la CC

*El que elige el principio de un camino
elige el lugar al que conduce.*

HARRY EMERSON FOSDICK

El principal ingrediente, por llamarlo de alguna manera, de la CC es la conciencia pura, que la reflejarse en tu mente, crea un segundo ingrediente, una «eumoción». A fin de completar los tres pasos de la Curación Cuántica hemos de pasar a ver un componente más. El componente final es la intención.

La intención proporciona dirección a la conciencia pura. Revela a lo informe la forma que queremos que adopte. Cuando adquieres tu pedido en un tablero de menús, avanzas un poco hasta un mostrador y recoges el pedido. Lo que sucede en la zona interior del restaurante no es de tu incumbencia. La CC se parece mucho a pedir tus alimentos en uno de esos restaurantes de comida rápida. No tienes más que hacer el pedido, avanzar un poco por la conciencia pura y los resultados te estarán aguardando cuando llegues al mostrador o a la ventanilla de la vida. Sí, ya sé que es un ejemplo bastante malo, pero se entiende. La intención es la parte en la que haces el pedido. ¿A que es fácil?

La intención proporciona dirección a la conciencia pura.

En este mundo existen todo tipo de intenciones. Algunas son simples y otras más complicadas, hasta llegar al décimo decimal. Para el propósito que nos concierne, cuanto más sencillo mejor. En la CC la intención cuenta con tres partes. Cada una de ellas empieza con una «P», así de fácil.

Las tres «P» de la intención en la CC son:

Presente
Precisa
Positiva

«Presente» significa ahora, «precisa», que identificas con claridad lo que estás curando, y «positiva», que consideras ese estado como si ya estuviese curado. Una intención negativa adoptaría una postura contraria a algo, como eliminar el dolor o luchar contra células cancerosas. En el proceso de la CC no son necesarias las intenciones negativas. De hecho, resultarían contraproducentes.

No estamos librando una batalla contra el dolor ni contra nada. El dolor no es un enemigo, sino una aberración. Es como un niño travieso que necesita amor y orientación. La intención de la CC se parece a una invitación. Es una invitación a que la conciencia pura sea el huésped principal de nuestros lugares cuerpo-mente. Y, a cambio, la conciencia pura ama nuestros traviesos dolores y problemas. Toda discordia acaba disolviéndose en el cariñoso abrazo de la conciencia pura.

La CC se parece mucho a ordenar tu menú es un restaurante de comida rápida.

Echemos un vistazo a una intención en la Curación Cuántica. Si quieres que se cure un esguince en el tobillo, tu intención podría ser: «Un tobillo que funcione con normalidad, libre de dolor e inflamación». Fíjate primero en lo simple y concisa que es esta intención. Eso es todo lo que necesitamos. Esta sencilla intención basta para proporcionar el almacén en el que operará la conciencia pura, identifica el tobillo (precisa) como si en este mismo momento (presente) ya estuviese curado (positiva). Como descubrirás, sólo necesitas concentrarte en el producto acabado y la conciencia hará todo el trabajo. Parece la guía curativa de un vago. Pero sigamos hasta llegar al ingrediente final y más importante del proceso curativo en tres pasos de la Curación Cuántica: la conciencia pura.

12

Hallar la conciencia pura

*La conciencia es primordial; es el estado original,
inoriginado, infinito, incausado, infundado,
sin partes y sin cambios.*

SRI NISARGADATTA

*La conciencia no es selectiva. es el espacio
absoluto en el que sucede todo.*

KARL RENZ

La razón por la que la Curación Cuántica es tan sencilla y no obstante tan efectiva radica en que bebe en el infinito orden curativo de la conciencia pura. Sería razonable pensar que el iniciador del proceso de la CC debería saber lo que es la conciencia pura y cómo entrar en contacto con ella, o, de manera más precisa, ser consciente de ella. Se ha escrito mucho sobre la conciencia para a lo largo de los años. La mayoría de los que lo han hecho nos dicen que se trata de algo muy difícil de conseguir, que hace falta años de estudio y práctica para tenerlo claro. Pero yo afirmo que es imposible de realizar y que nunca lo tendrás claro. Y es porque ya la tienes. No puedes conseguir algo que ya es tuyo. No es que sea difícil, es que es imposible. Ésa es probablemente la razón por la que a tantos de nosotros nos resulta tan difícil realizar la conciencia pura. Creemos que es algo que podemos entender, algo que puede aprehenderse con la mente. Pero como la conciencia pura es esencialmente nada, no podemos aprehenderla con la mano ni con la mente. Ni siquiera podemos experimentarla. Y ésta también es una cuestión importante.

*No puedes conseguir algo que ya es tuyo. No es
que sea difícil, es que es imposible.*

El proceso que emplearemos es muy eficaz, pero algo más largo que el sencillo ejercicio de «detener los pensamientos» que hicimos en el capítulo 5. Necesitarás una silla, cómoda en un lugar donde no te interrumpan al menos durante veinte minutos. Las primeras veces no hagas este ejercicio acostado. La mente está mucho más atenta cuando el cuerpo permanece en posición vertical.

Hay varias maneras de poner en práctica la «técnica de la conciencia pura» (Pure Awareness Technique). Puedes descargártela gratuitamente (en inglés o en español) de mi sitio web: www.quantumentrainment.com (tu contraseña es *qe31*). Está en formato MP3, así que podrás escucharla en tu ordenador o reproductor de MP3, o bien crear un CD. Puedes también bajarla de la página web de Editorial Sirio www.editorialsirio.com, donde figura la información sobre este libro. Tu segunda opción es grabar el texto que viene a continuación y reproducirlo cuando estés preparado para el experimento. Una tercera manera de llevar a cabo este proceso es conseguir que alguien te lo lea, aunque en ese caso no debe existir comunicación entre tú y el lector una vez que éste empiece a leer. Al finalizar la lectura hay que guardar silencio durante dos o tres minutos antes de abrir los ojos. Llegados a ese punto, no te comuniques con el lector hasta después de que te des cuenta de la conciencia pura con los ojos abiertos. Finalmente, como último recurso, puedes leer las instrucciones un par de veces y llevar a cabo el ejercicio de memoria. Es una buena solución, pero tal vez debas intentarlo varias veces antes de que realices espontáneamente la conciencia pura.

No te preocupes, estoy aquí para ayudarte. Si tienes alguna pregunta o preocupación, puedes ponerte en contacto conmigo a través de la página «Contact Us» en www.quantumentrainment.com. Mientras la visitas, echa un vistazo al blog de CC (QE). Hallarás el vínculo en la página de inicio del sitio web de la Curación Cuántica. Ahí hallarás información y comentarios de otros practicantes de CC, y también podrás anotar tus propios pensamientos para que sean compartidos. De una u otra manera acabarás conociendo rápidamente la conciencia pura. Es probable que no necesites más ayuda que la que existe entre las tapas de este libro. Pero si deseas más orientación, estoy a tu disposición. Ahora sigamos con el asunto de hallar la conciencia pura.

Te asombrarás ante la fuerza que contiene tu conciencia. Pero has de saber que tú no posees esa fuerza. Tú eres esa fuerza. No tardarás en experimentarla en primera persona. Te deslizarás más allá de las barreras que has levantado con tanta meticulosidad a lo largo de las últimas décadas, para definir a tu pequeño yo. Esas barreras han confinado tu conciencia a pensamientos y cosas que han servido para reforzar tu concepto de «yo». La primera vez que experimentes la Curación Cuántica todo eso se dejará de lado.

Te asombrarás ante la fuerza que contiene tu conciencia. Pero has de saber que tú no posees esa fuerza. Tú eres esa fuerza.

CUARTO EXPERIMENTO: LA TÉCNICA DE LA CONCIENCIA PURA

Siéntate cómodamente en la silla con las manos separadas. Cierra los ojos y sé consciente de tu mano derecha. No la muevas, sólo sé consciente de ella. Pon mucha atención a lo que sientes en ella. Observa si puedes sentir el pulso o cualquier tensión muscular. ¿Sientes incomodidad o dolor? ¿Eres consciente de una sensación general de calor o frío, relajación u hormigueo? Mantén esa conciencia de tu mano derecha durante 30 segundos aproximadamente.

- A continuación, también durante 30 segundos, sé consciente de tu mano izquierda de la misma manera.
- Luego, durante 15 segundos, sé consciente de ambas manos a la vez.
- Y ahora, sé consciente simultáneamente de ambas muñecas durante diez segundos.

(A partir de ahora sólo se requieren 2 o 3 segundos de atención para cada parte del cuerpo).

- Ambos antebrazos.
- Los codos.
- La parte superior de los brazos.
- Los hombros.
- Sé consciente simultáneamente de los brazos, desde las yemas de los dedos hasta los hombros.
- Sé consciente de la región dorsal de la espalda.
- Ahora de la región central y lumbar.
- Ahora de toda la espalda.
- De los costados, desde las axilas hasta las caderas.
- Sé consciente del pecho.
- De la región abdominal.
- De la pelvis. Sé consciente de toda la región pélvica.
- Sé consciente de las caderas.
- De los muslos.
- De la parte inferior de las piernas.
- De los tobillos.
- Sé consciente de los talones.
- De los dedos de los pies.
- Ahora sé simultáneamente consciente de los dedos. Gordos de los pies.
- De los segundos dedos.

- De los terceros.
- De los cuartos.
- De los dedos pequeños.
- Sé consciente de tus piernas, brazos y torso.
- A continuación sé consciente del cuello.
- De la barbilla.
- De la mandíbula.
- De la oreja derecha.
- De la oreja izquierda.
- El labio inferior.
- El labio superior.
- Sé consciente de la línea entre los labios.
- Sé consciente de la fosa nasal derecha.
- De la izquierda.
- De la punta de la nariz.
- De toda la nariz.
- Sé consciente del párpado derecho.
- Del izquierdo.
- Del ojo derecho.
- Del izquierdo.
- De la ceja derecha.
- De la izquierda.
- Del espacio entre las cejas. Sé consciente del espacio que hay entre tus cejas.
- De la frente.
- De la nuca.
- De la coronilla de la cabeza.
- De toda la cabeza.
- Sé consciente, durante diez segundos, de todo el cuerpo. Sé consciente de todo tu cuerpo.
- Ahora, durante otros diez segundos, sé consciente de una zona de unos 30 cm alrededor de tu cuerpo, una zona que, como un óvalo o un huevo, rodea tu cuerpo.
- Ahora permite durante 5 o 6 segundos que tu atención se amplíe más allá del cuerpo.

(A partir de ahora, debemos mantener cada objeto en la mente durante 5 o 6 segundos).

- Sé consciente de tu consciencia llenando toda la habitación.
- Ahora expándela más allá de la habitación y sé consciente de tu consciencia en todo el edificio.

- Expandiéndote por encima del edificio, sé consciente de una zona alrededor del edificio.
- Expandiéndote con más rapidez, sé consciente de la zona alrededor de tu ciudad, del campo y ciudades vecinas.
- De toda la región y regiones vecinas.
- Sé consciente de toda Europa (o América, África, Asia... dependiendo de dónde te encuentres).
- De todo el hemisferio occidental (dependiendo del hemisferio en que te encuentres)
- De toda la Tierra. Sé consciente de toda la Tierra, girando silenciosa y con fuerza sobre su eje.
- Tu consciencia continúa expandiéndose, y la Tierra se hace cada vez más pequeña. La Luna pasa a ser un punto plateado.
- La Tierra se hace cada vez más pequeña hasta que no es más que una luz refulgente del tamaño de una estrella en el cielo.
- Tu consciencia continúa expandiéndose, para dejar atrás el Sol.
- Éste se hace cada vez más pequeño hasta alcanzar el tamaño de otras estrellas celestes.
- Te haces consciente de los millones y billones de estrellas que pueblan el cielo. Todas dentro de tu consciencia.
- Tu consciencia continua expandiéndose y las estrellas se convierten en nuestra galaxia, girando en espiral en silencio y con fuerza sobre su eje.
- Y no obstante, tu consciencia continúa expandiéndose y nuestra galaxia es cada vez más pequeña hasta ser del tamaño de una estrella en el cielo.
- Está perdida entre los millones y billones de otras galaxias en el cielo.
- Al mismo tiempo que tu consciencia abarca todas las galaxias, toda la creación adopta la forma de un óvalo o huevo suspendido y sostenido por tu consciencia.
- Toda la creación se halla contenida en este único y reluciente huevo cósmico en el interior de tu consciencia.
- Mientras tu consciencia continúa expandiéndose, el huevo de la creación se hace cada vez más pequeño.
- Tiene el tamaño de un pomelo.
- Ahora el de una naranja.
- De un limón.
- De un guisante.
- Del tamaño de una única estrella refulgente en el cielo.
- Mientras tu consciencia incluye toda la creación. Ésta se torna del tamaño de un brillante alfilerazo luminoso suspendido en tu consciencia ilimitada.
- Luego, toda la creación, ese alfilerazo luminoso, se apaga.
- Permanece así durante unos 30 segundos.

- Ahora, durante unos 15 segundos, vuelves a ser consciente de todo tu cuerpo.
- Sé consciente de que estás sentado en esta habitación repleta con tu consciencia. Todo lo que hay en la habitación está en tu consciencia (15 segundos).
- Sé consciente, otra vez de tu cuerpo, asentado en tu consciencia.
- A continuación, permanece 2 o 3 minutos sentado tranquilamente antes de abrir los ojos. Mientras, más adelante, empieces a abrir los ojos, debes mantener la consciencia expandida, durante un minuto aproximadamente.
- No tengas prisa. Tómate tu tiempo, dándote cuenta de que tu consciencia llena la habitación. (1 minuto).
- Con los ojos cerrados, empieza a mover ligeramente los dedos de las manos y de los pies, o bien a estirarlos. Sé consciente de que tu consciencia interpenetra tu cuerpo y llena la habitación. (30 segundos).
- Ahora, abre los ojos poco a poco mientras, durante 10 o 15 segundos, eres consciente de cómo tu consciencia llena toda la habitación.
- (Con los ojos abiertos), ¿Sigues siendo consciente de que tu consciencia llena toda la habitación? Observa cualquier objeto. ¿Eres consciente de tu consciencia entre tú y el objeto? Tu consciencia siempre ha estado ahí. Lo único que sucede es que ahora empiezas a ser consciente de ello fuera de ti mismo.
- ¿Cómo te sientes? (entre 5 y 7 segundos)
- ¿Sientes algo de paz o sosiego? ¿Ligereza o dicha? (entre 5 y 7 segundos).
- La tranquila soltura que experimentas es una eumoción. Es un reflejo de consciencia pura en tu mente. No importa si lo sientes como alegría, paz o sosiego, es el resultado de ser consciente de la consciencia pura.
- ¿Eres consciente de tu consciencia llenando la habitación ahora mismo? (entre 3 y 5 segundos).
- Fíjate, todavía está ahí. Siempre está ahí y ahora serás siempre consciente de ella vayas donde vayas, Vuelve a hacerlo. Sé consciente de tu consciencia en toda la habitación entre tres y cinco segundos.
- Ahora sé consciente de tu consciencia en todo el cuerpo durante otros segundos.
- ¡También está ahí! La consciencia pura está en todas partes. Es como la chaqueta que olvidas que llevas puesta. Todo lo que has de hacer es pensar en ello y te darás cuenta de que está ahí, manteniéndote siempre caliente. Siempre que pienses en la consciencia pura, es decir, siempre que seas consciente de ella, la descubrirás ahí, esperándote. Estés donde estés. Es como el hijito de una madre cariñosa. Cuando el niño echa de menos a la madre sólo ha de mirar a su alrededor para percatarse de que ésta le está observando.

- Sigue adelante. ¿Te está mirando mamá? Sé consciente de que tu consciencia llena toda la habitación, tu cuerpo y toda la creación (entre 5 y 7 segundos).
- No te costó nada, ¿verdad? No has tenido que hacer nada para hallar la consciencia, ¿no es así? Sólo te has hecho consciente de que está ahí. No necesitas ninguna técnica para descubrir la consciencia pura y no la pierdes al dejar de aplicar la técnica. Serás consciente de la consciencia pura para siempre y sin esfuerzo. ¡Qué bien!
- Una cosa más. Vuelve a cerrar los ojos y sé de nuevo consciente de tu consciencia llenando la habitación, durante 15 segundos.
- Ahora lleva tu atención a lo que sientes, a tu eumoción. Únicamente has de identificar si sientes paz, sosiego, tranquilidad o gozo, etc. Halla tu eumoción y obsérvala durante unos diez segundos.
- ¡A que está bien! Ahora abre los ojos. Sé consciente de la consciencia a tu alrededor e identifica de nuevo tu eumoción con los ojos abiertos. Puede ser la misma o distinta, no importa. Sólo has de permanecer atento a la eumoción que sientes en este momento (entre 8 y 10 segundos).

Me gustaría que al prepararte para crear un suceso curativo con la Curación Cuántica, de vez en cuando, y a lo largo del día, te hicieses consciente de la consciencia pura y de la «eumoción» asociada con ella en ese momento. Las primeras veces deberás iniciar el proceso en un entorno tranquilo y con los ojos cerrados. Pero al cabo de un par de veces serás consciente de tu «eumoción» incluso en plena hora punta. Recuerda que primero has de ser consciente de la consciencia pura. Luego, mientras la observas o la sientes, tu eumoción se manifiesta sin esfuerzo. Aunque todo esto no requiere esfuerzo, lo cierto es que a la mente le cuesta un poco de tiempo acostumbrarse a una buena emoción que no aparece asociada con alguna actividad. La «eumoción» es la actividad más sutil de la mente y cuesta una o dos veces conseguir que ésta, por lo general activa, se acostumbre a permanecer en ese nivel sosegado.

Bueno, pues eso basta por el momento. Estoy encantado de haberte acompañado en este recorrido. Ahora que te encuentras entre los recién despertados, saborea plenamente tu nueva consciencia y la alegría que te embargará.

13

Cómo curar en tres pasos

*Los milagros no suceden en contradicción con la naturaleza,
sino sólo en contradicción con lo que se conoce de la naturaleza.*

SAN AGUSTÍN

*Sólo hay dos maneras de vivir la vida.
Una es como si nada fuese un milagro.
La otra es como si todo fuese un milagro.*

ALBERT EINSTEIN

Curar con la Curación Cuántica es en realidad comprender que tú no estás curando. No creas energía positiva para superar la negativa. No estás invocando otras fuerzas o fórmulas para ganar la partida. Estás creando una atmósfera en la que sea posible la sanación. La CC aprovecha el campo, a falta de una palabra mejor, del orden perfecto. A partir de ahí uno no hace nada y todo se hace por sí mismo. Como hay que decir algo, hablaré en términos de que tú «curas» o de que yo «curé», pero no es exacto. Al llevar a cabo los preparativos para crear un suceso curativo, debemos adoptar el ángulo correcto de entrada a fin de tener éxito. Par mí, decir que nosotros no llevamos a cabo la curación no es una pose ni una filosofía. Es simplemente un hecho en la observación. Esa presencia sanadora no es una fuerza extraña que está más allá de ti, sino tu propia esencia, conciencia pura. Nada más y nada menos.

*La Curación Cuántica aprovecha el campo del
orden perfecto.*

Te asombrarás ante la fuerza que contiene tu conciencia. Pero has de saber que tú no posees esa fuerza. Tú eres esa fuerza. No tardarás en experimentarla en primera persona. Te deslizarás más allá de las barreras que has levantado con tanta meticulosidad a lo largo de las últimas décadas, para

definir a tu pequeño yo. Esas barreras han confinado tu conciencia a pensamientos y cosas que han servido para reforzar tu concepto de «yo». La primera vez que experimentes la Curación Cuántica todo eso se dejará de lado.

Te asombrarás ante la fuerza que contiene tu conciencia. Pero has de saber que tú no posees esa fuerza. Tú eres esa fuerza.

Ahora pongamos manos a la obra y preparémonos para crear un suceso curativo. Empecemos con un caso sencillo. Digamos que un amigo te ha pedido que le ayudes con un dolor en el hombro izquierdo y tensión muscular en la región dorsal y en el cuello. Con la CC no es necesario conocer la causa de ese estado. La curación tendrá lugar automáticamente a nivel causal. Como iniciador de la Curación Cuántica sólo has de saber qué es lo que se desea.. Obviamente, tu compañero desea aliviar el dolor del hombro y la tensión muscular. Eso es lo que trasluce. Ésa es también tu intención. Así que la intención declarada para esa condición podría ser *que tu compañero esté liberado del dolor del hombro izquierdo y de la tensión en la región dorsal y en el cuello*. ¿Te das cuenta de las tres «P» de la intención: presente, precisa, y positiva, que operan aquí? ¿Ves qué fácil es lo de la intención? Eso es todo lo que necesitas.

LISTO PARA CURAR

Antes de empezar has de hacer que tu compañero mueva el hombro, de manera que cree el dolor que quiere eliminar. Haz que te muestre cómo queda disminuida su capacidad de movimiento y cualquier otra cosa que demuestre que el cuerpo se ve afectado por esa circunstancia. Luego haz que evalúe la gravedad de su problema en una escala del 1 al 10, en la que 10 es «insoportable», y apunta ese número. Acostúmbrate a realizar una comprobación de antemano y a posteriori. Eso te proporcionará una retroinformación muy valiosa, sobre todo al principio, mientras te acostumbras al proceso de la CC. Si eres médico, utiliza las mismas pruebas y análisis que usarías en un tratamiento tradicional. Por ejemplo, un quiropráctico podría emplear exámenes ortopédicos y neurológicos, de palpación o incluso placas de rayos X para identificar objetivamente el problema y determinar la mejoría.

Acostúmbrate a realizar una comprobación de antemano y otra a posteriori..

Tómate unos segundos para formarte la intención con claridad en la mente. En este caso utilizaremos la intención «estar libre del dolor en el hombro izquierdo y la tensión en la región dorsal y en el cuello». Solo has de

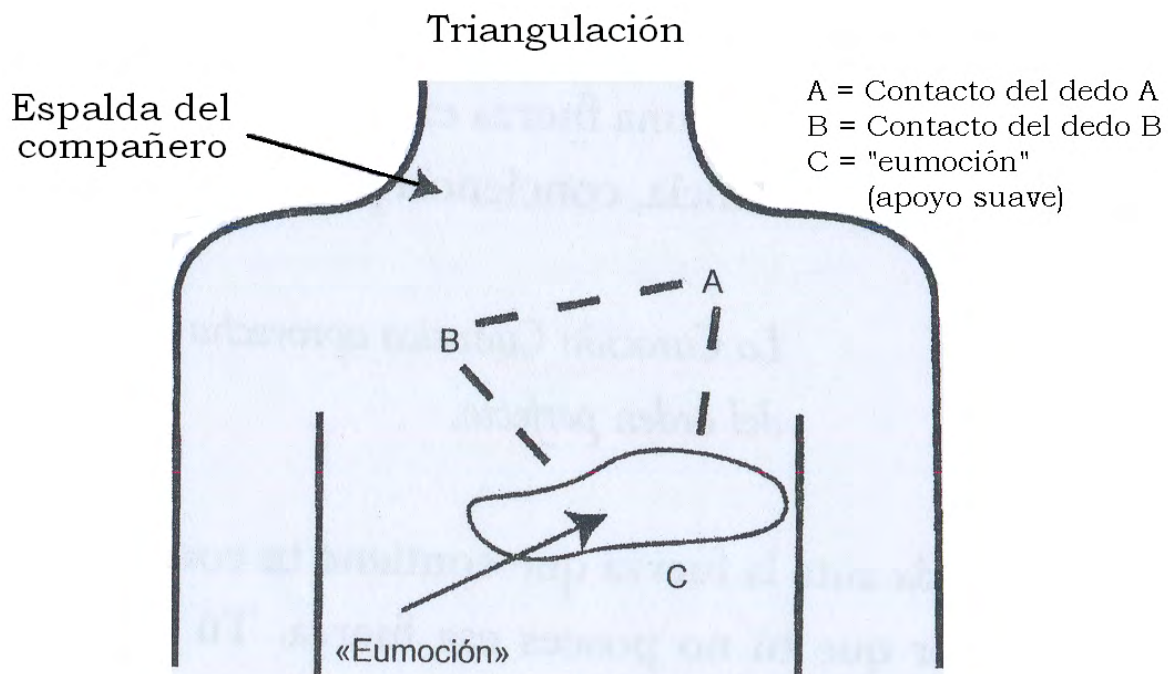
pensar la intención con claridad en una ocasión. La conciencia pura no es sorda. Sabrá lo que deseas. Ahora estamos listos para empezar.

TRIANGULACIÓN: EL PROCESO DE LA CC EN TRES PASOS

Observa la *figura 5*. En el hombro, zona superior de la espalda o cuello del compañero. Debería ser fácil descubrir un músculo que está rígido o resulta doloroso al contacto. Coloca el extremo de tu dedo índice (contacto A) sobre el músculo rígido. Aprieta con firmeza para comprobar lo duro o tenso que está dicho músculo. Luego relaja y suelta el dedo, dejándolo reposar ligeramente sobre el músculo rígido. A continuación pon con suavidad el dedo índice de tutora mano (contacto B) sobre cualquier otro músculo, que no debe ponerse rígido ni doler al contacto. Elige cualquier músculo y pon el dedo allí.

Después concentra toda tu atención en el primer dedo (contacto A) y hazte muy consciente de lo que sientes. Tómate el tiempo necesario para notar el calor de este músculo en la yema del dedo, así como la textura de la piel o la ropa, la rigidez del músculo que presiona contra tu dedo, etc. Sé consciente de todo lo que puedas allí entren en contacto el dedo y el músculo.

Figura 5: Triangulación



Luego sé muy consciente de la yema del segundo dedo (contacto B), igual que hiciste con el primero. A continuación, sé consciente de lo que sienten ambos dedos al mismo tiempo. Mantén esta conciencia de los dos dedos durante varios segundos. Después, mientras mantienes

simultáneamente la atención en ellos, notarás también una parte de ti separada que observa todo el proceso que tiene lugar. Tú, tu conciencia, eres consciente de ambos dedos. Hasta el momento, tienes conciencia del contacto A y del contacto B, y de que eres consciente de ambos al mismo tiempo. No importa si te das cuenta o no claramente de ese fenómeno, pues sucede de manera natural, sin esfuerzo.

Mientras mantengas tu conciencia en ambos puntos de este modo amplio, no hagas nada. Está bien así, límitate a poner atención a lo que sientes en las yemas de ambos dedos y detente ahí. Si pones atención simultáneamente a ambos contactos y no haces nada más, no tardarás en notar una sensación de quietud, sosiego e incluso paz. Se trata de una «eumoción» generada por tu conciencia expandida. Llegado a ese punto, has de ser consciente de tu «eumoción» a la vez que mantienes la conciencia en el contacto A y en el B.

Ahora cuenta con tres puntos de conciencia: el contacto A, el contacto B y la «eumoción». Mantener esos tres puntos en la conciencia se denomina «triangulación». Continúa siendo consciente de los tres hasta que sientas un cambio en el cuerpo del compañero, sobre todo en los músculos (eso puede requerir varios minutos cuando estás aprendiendo la Curación Cuántica). El cambio que experimentas puede ser un ablandamiento o relajación de los músculos bajo los dedos. Puedes sentir como si se te relajasen o disolviesen los dedos en los mismos músculos. O bien puedes sentir que tu compañero se relaja de manera general. Es posible que se le suelten los hombros o bien que suspire o respire hondo. Si estás de pie, igual notas que el compañero se contonea o que flexiona un poco las rodillas.

Todos esos cambios son indicativos de que el cuerpo del compañero está curándose. Se está reorganizando a fin de eliminar el dolor desordenado y la tensión. Una vez que notes cualquiera de estos indicadores, continúa triangulando y manteniendo la atención en los dos puntos de contacto y en la «eumoción» un poco más de tiempo. A continuación, aparta los dedos. Felicidades, porque has completado tu primera sesión de Curación Cuántica. Con tan sólo dos dedos y tu «eumoción» ¡has eliminado el dolor del compañero!

¿Qué hace él mientras tú creas este suceso curativo? No hace absolutamente nada. Los compañeros suelen preguntarme si deben relajarse, meditar o repetir su propia intención. Pues bien, no han de hacer nada. No deben intentar ayudar de ninguna manera. Si lo intentan lo único que conseguirán será retrasar o contrarrestar tus esfuerzos. La razón es que mientras su mente permanece ocupada con otras cosas está menos abierta a la influencia curativa que genera la CC. Una mente imparcial caerá de manera natural y fácil en las aguas sanadoras de la conciencia pura.

Has de conseguir que los compañeros se sientan cómodos. Si lo prefieren, pueden cerrar los ojos, pero ésa será toda la preparación que necesitarán. Si quieren ayudarte de alguna manera, puedes decirles que lo mejor que pueden hacer es dejar que su mente vaya allí donde le plazca, La Curación Cuántica opera muy bien bajo las circunstancias más difíciles. Tu

compañero puede estar sufriendo mucho dolor físico o emocional. Puede que incluso te sorprendas utilizando la CC en Urgencias, en un centro comercial atestado o en cualquier entorno desestabilizador, y no obstante la curación se llevará a cabo, Así que no creas que todo eso puede limitarte. Pero de poder elegir, resulta preferible un entorno tranquilo y un compañero colaborador.

LA SECCIÓN DE CC EN POCAS PALABRAS

- El compañero describe el dolor.
- Comprobación previa.
- Pensar la intención.
- Ser consciente del contacto A (músculo duro o dolorido).
- Ser consciente del contacto B.
- Ser consciente de A y b a la vez.
- Esperar la «eumoción».
- Ser consciente del contacto A, del contacto B y de la eumoción.
- El músculo bajo el contacto A se relaja (u otras señales de relajación).
- Comprobación del dolor.

14

Qué hacer tras una sesión de CC

*Fue un flechazo, un amor eterno, una emoción desconocida;
Inesperada, al menos conscientemente, que se apoderó totalmente de él,
y él comprendió, con un gozoso asombro, que aquello era para toda la vida.*

THOMAS MANN

Permite que te pregunte lo siguiente: ¿te sentiste relajado y tranquilo al finalizar la sesión de CC? La Curación Cuántica cura tanto al sanador como al sanado. Tanto tú como tu compañero seguramente os notasteis más sosegados, algo más en paz, más allá de cualquier agitación que pudierais haber sentido. La relajación es la reacción corporal ante la presencia curativa de la conciencia pura. La paz es el reflejo de la conciencia pura en la mente.

Asegúrate de que el compañero se sienta cómodo. La experiencia de la Curación Cuántica puede resultar desorientadora para algunas personas. El súbito influjo de conciencia pura podría sacarlos un poco de este mundo. Es posible que después necesiten algo de tiempo para que su cuerpo y su mente se reorienten en el aquí y ahora. De suceder algo así, sólo requeriría de unos escasos minutos. Dale espacio y tiempo hasta que estén listos para continuar.

*La Curación Cuántica cura tanto al sanador
como al sanado.*

A veces, sobre todo tras una sesión de Curación Cuántica ampliada, es posible que tu compañero necesite más tiempo para ajustarse a su nuevo cuerpo, o bien que se sienta cansado o tan relajado que no desee moverse. En caso de ser posible en esas circunstancias, asegúrate de que el compañero consigue descansar el tiempo necesario. Esa necesidad de descanso sólo significa que se ha liberado una gran cantidad de estrés físico y emocional, y

el reposo es la manera más oportuna de llevar a cabo esta transición. Después de todo, el descanso es el sanador universal, y la conciencia pura es el mayor descanso posible. Si tu compañero no puede descansar en ese momento, le puedes sugerir que se acueste pronto esa noche. Se despertará en un nuevo mundo, con más ímpetu en sus pasos.

El descanso es el sanador universal, y la conciencia pura es el mayor descanso posible.

El mejor momento para realizar la comprobación posterior es en cuando has finalizado la sesión de Curación Cuántica y el compañero se encuentra estable. Deberá hacer lo mismo que hizo antes de la sesión de CC y calificar su estado entre 1 y 10. Para el caso aquí mencionado, bastará con que lleve a cabo los mismos movimientos con el hombro y evalúe el dolor y la tirantez muscular, como antes. Se trata de una información que te es muy necesaria a fin de contar con una opinión más objetiva sobre la curación que ha sucedido en su cuerpo.

La CC cura con tanta rapidez y facilidad que da la impresión de que no sucede nada, Para muchos compañeros la comprobación a posteriori es una auténtica revelación. Nunca me canso de observar sus rostros cuando realizan la comprobación posterior y se dan cuenta de que el dolor o la incapacidad de movimiento que soportaban desde hacía treinta años han desaparecido en treinta segundos.

La CC cura con tanta rapidez y facilidad que da la impresión de que no sucede nada.

La CC opera de una forma que no siempre es la que desearíamos. Y es así porque la conciencia pura dispone de una visión más amplia de la situación y sabe con exactitud de qué manera ha de ocurrir la curación. Tras una sesión de CC casi siempre suele ocurrir la curación. Tras una sesión de CC casi siempre suele notarse un alivio importante de los síntomas. Si el problema no se ha eliminado por completo al principio, hará falta un poco más de tiempo para que el cuerpo se ajuste. La curación continuará sucediendo a lo largo del día siguiente, pero también puede notarse al cabo de semanas. Estoy acostumbrado, por ejemplo, a practicar la CC por la mañana, en uno de los participantes en un taller, y ver una caída de varios puntos en la comprobación posterior. Luego, durante el descanso, el dolor desaparece por completo. Aunque la verdadera corrección sucede inmediatamente mediante la conciencia pura durante la triangulación, a veces es posible que haga falta algo más de tiempo para que el cuerpo integre fisiológicamente esas correcciones. Hablaremos de ello más adelante.

No hay regla escrita alguna que diga que no pueda repetirse una sesión de Curación Cuántica para tratar el mismo estado. Si consideras que será de ayuda, repite la sesión. O incluso mejor, realiza múltiples aplicaciones

durante una única sesión. Mantén tu contacto A y traslada el dedo B a zonas distintas. O bien puedes mover ambos dedos, si así lo prefieres. Todo ello dependerá de lo que a ti te parezca más conveniente.

Lleva a cabo la CC todas las veces que te parezca. No puede perjudicar. Sin embargo, permite que te advierta respecto a una cosa: más no es mejor. De ninguna forma. Debes tener en cuenta que una sesión corta se encargará del problema a partir de ese punto. Más adelante te enseñaré como realizar la CC ampliada. Pero, por ahora, mantengámosla sencilla, muy sencilla. ¿Te parece?

A efectos prácticos, ya estás listo. Pero al principio, mientras mejoran tus capacidades en Curación Cuántica, no estaría de más que le hicieses unas cuentas preguntas al compañero. Pregúntale cómo se sintió durante la CC o si junto con el dolor original han desaparecido otros. Interésate por su bienestar emocional. Hazle cualquier pregunta que te parezca necesaria y que te sirva para comprender mejor el poder y el potencial de la CC.

Lleva a cabo la CC todas las veces que te parezca. No puede perjudicar..

Todo el proceso de la Curación Cuántica debe resultar agradable. Es normal que al principio te trabes un poco con las instrucciones. El proceso es impecable, pero lo cierto es que leer al respecto requiere bastante más esfuerzo que ejecutarlo. No tienes más que relajarte durante el proceso y seguir las instrucciones con una sensación de aventura y juego a la vez. Todo el mundo puede practicarla. Tú no eres diferente.

Aunque la Curación Cuántica es sencilla y tiene una eficacia inmediata, se trata de una nueva capacidad, y al principio necesitarás practicar a menudo. Recuerda que empezar bien es tener la mitad del proceso hecho, Cuanta más información recojas en esta etapa, más rápido será tu avance y tu competencia al aplicar la Curación Cuántica. Prácticala con todo el mundo, tus amigos, familiares, vecinos, incluso con tus mascotas. No tardarás en aprender la CC a distancia. Eso significa que ni siquiera necesitará que el compañero se halle presente. Te podrás sentar cómodamente en tu casa y crear un suceso curativo con tus amigos y familia repartidos por el mundo. Te sugiero que las primeras veces que la practiques, tanto tú como el compañero estéis de pie. La principal razón para ello es que de ese modo obtendrás una información más precisa por parte del compañero. Sobre todo, notarás su balanceo, una señal de que la conciencia pura está actuando. También te resultará más fácil darte cuenta de si respira hondo, otra indicación de que la CC está operando su magia. No es fácil notar esas señales cuando el compañero está sentado o tendido en el suelo.

Te recomendaría igualmente que al principio empieces a trabajar por detrás de tus compañeros, o al menos donde no puedan verte. Estar fuera de su campo visual les permite relajarse en lugar de mirarte. Ello no afecta para nada su sanación. La Curación Cuántica funcionará igual independiente-

mente del estado mental del compañero. Pero es por tu propia comodidad y concentración. Algunos iniciadores se muestran un poco tímidos al principio y pueden distraerse si sus compañeros observan todo lo que hacen.

La Curación Cuántica funcionará igual independientemente del estado mental del compañero.

Otra cuestión práctica: no tienes que tocar la zona motivo de la queja. Puedes tocar cualquier parte del cuerpo y curar otra zona, incluyendo órganos internos. En una ocasión acudí a una feria del libro a promocionar *Beyond Happiness: How You Can Fulfill Your Deepest Desire*, cuando se me acercó otro autor. Me dijo que le habían comentado que yo realizaba «algo raro» que hacía desaparecer el dolor. Le pregunté qué era lo que le molestaba. Llevaba cierto tiempo de pie y su rodilla artrítica se había empezado a inflamar. Le hice una simple comprobación inicial pidiéndole que se apoyase en la rodilla de una manera que aumentase el dolor. Luego le pedí que se sentase sobre una caja de libros. No quise tener que inclinarme para poner las manos en su rodilla, así que le puse los dedos en los hombros. Me miró de inmediato recordándome que eso no era lo que le dolía. Le aseguré que estaba trabajando en su rodilla. Formé la intención e inicié la triangulación en los músculos superiores de los hombros. Al cabo de menos de un minuto le pedí que se pusiera en pie e hiciese la misma prueba de apoyarse en la rodilla. Lo hizo y -nunca me canso de contar esta parte- abrió unos ojos como platos, mientras se le iluminaba el rostro de asombro. Liberado del dolor, regresó a su caseta, y vendió más libros que yo. Mis dedos entraron en contacto con sus hombros, pero la intención hizo que fuese la rodilla la que recibiese la curación.

A veces el dolor u otros síntomas empeoran antes de mejorar. Sólo has de asegurarle al compañero que se trata de algo normal. En ese momento, el cuerpo necesita agravar la situación durante un corto período para después curarla. Continúa triangulando, y el dolor disminuirá en poco tiempo. En alguna rara ocasión es posible que el paciente se sienta demasiado incómodo como para continuar. Llegados a ese punto has de interrumpirla CC. Tal vez podrías realizarla sobre otro problema o limitarte a sentarte tranquilo. Al cabo de unos pocos minutos has de realizar una comprobación posterior y cerciorarte de si la circunstancia que queríamos eliminar o mejorar sigue estando presente. De ser así, vuelve a hacer la Curación Cuántica. Es muy probable que el dolor acabe disolviéndose sin más.

Una última cosa: como tú no estás llevando a cabo ninguna curación, no puedes atribuirte ningún mérito por los resultados. Ésta es una cuestión muy importante. Si no te arrogas ningún mérito por los resultados, no puedes apegarte a ellos. ¿Te das cuenta de dónde quiero ir a parar? Si no te apegas a los resultados de tu sesión de CC, podrás aceptar todos los resultados que aparezcan, La aceptación completa de los frutos de tu sesión de CC, tanto si son mejores como peores de lo que esperabas, alivia la discordia mental. Una

mente libre de discordia es capaz ad reflejar «eumociones». Y éstas, como todos sabemos, son algo necesario para que tenga lugar la curación.

Si no te apegas a los resultados de tu sesión de CC, podrás aceptar todos los resultados que aparezcan.

Cuando mantienes expectativas estás disminuyendo tu capacidad para crear un suceso curativo. Por ejemplo, digamos que la cadena local de televisión quiere hacer una reseña sobre tu capacidad de curar basándose en varios éxitos notables. Cuando llega la periodista te pide que realices la CC, para la indigestión que sufre. Al sentir que, o bien haces una actuación estupenda o ésta será una entrevista muy corta, desarrollas un caso muy claro de miedo escénico. Al no querer quedar en mal lugar inicias los contactos A y B y esperas la «eumoción». Estás preocupado, intentando eliminar el malestar de la periodista y ya piensas en cómo aparecerás en las noticias. Tu «eumoción» no puede abrirse camino hacia la consciencia porque estás intentando curar con tus pensamientos. Cuando la eumoción no se presenta empiezas a insuflar energía y a repetir tu intención, como si tocases un tambor. De llegar a ese punto, más valiera que le ofrecieses sal de frutas Eno, porque tu mente dispéptica no puede ofrecerle alivio.

La CC es un potente complemento de las prácticas sanitarias tradicionales.

Es mucho más fácil iniciar una sesión de CC permitiendo que tu compañero sepa que desconoces la cantidad de curación que resultará. Puedes decir: «Aceptaremos lo que obtengamos». También deberías mencionar que no todo resultará obvio de inmediato y que la curación podría muy bien continuar durante varios días tras la sesión. Finalmente, puedes advertir que mejorar los resultados a veces requiere de sesiones de CC adicionales.

Ahora que sabes cómo crear un suceso curativo, creo que sería prudente por mi parte ofrecerte algunas ideas más que bien pudieran ayudarte a ampliar y profundizar tu experiencia curativa. Por ejemplo, apenas he mencionado la curación psicológica, y no obstante, éste es un campo en el que la Curación Cuántica destaca especialmente.

Pero antes de empezar, tal vez debería aprovechar la oportunidad para mencionar lo obvio. La Curación Cuántica puede utilizarse para cualquier tipo de sanción y siempre debe llevarse a cabo no en lugar, sino en conjunción con un tratamiento cualificado. La CC es un potente complemento de las prácticas sanitarias tradicionales. Lo que hará será reforzar los esfuerzos de otros sistemas curativos, aumentando la intensidad de la curación y acortando considerablemente el tiempo de curación total. En muchas ocasiones, si se lleva a cabo antes de visitar a un profesional de la

salud, los síntomas desaparecerán o disminuirán. Sin embargo, aunque esto ocurra, siempre hay que consultar a un profesional para estar seguros de que no existen etiologías subyacentes ni otros problemas adicionales ocultos.

Cuanto más practiques la CC más curación tendrá lugar en tu propia vida. Tu creciente familiaridad con la conciencia pura se extenderá por tu vida cotidiana, proporcionándote un nivel de satisfacción inimaginable. Equipado nada más y nada menos que con tu propia conciencia, podrás iniciar un suceso curativo allí donde vayas. Esencialmente lo que haces es aprender a amar. En realidad, no puedes aprender a amar, pues eres amor. La alegría eterna y el amor ilimitados no pueden ser creados. Ya están ahí, de otro modo no serían eternos ni ilimitados. Están esperando a que los descubramos. La conciencia pura es puro amor. Ser consciente es amor incondicional en movimiento. Hemos oído muchas veces que el amor lo conquista todo. Ahora disponemos de la oportunidad de demostrarlo. Si continúas iniciando la Curación Cuántica te deleitarás con la alegría de ayudar a los demás, recibiendo su gratitud con la alegría de ayudar a los demás, recibiendo su gratitud por compartir este proceso sencillo y transformador. Y eso que sólo estás rascando la superficie. Espera y verás lo que aparece.

15

La Curación psicológica

*Para ser atraído hacia la dimensión espiritual
has de haber fracasado profundamente
a algún nivel o haber experimentado una gran pérdida o dolor.
O tal vez tu propio éxito se ha vuelto vacío y carente de sentido,
convirtiéndose así en un fracaso.*

EKHART TOLLE

*Esa decepción que experimentas cuando las cosas no salen
como quieras.... ¡Sé consciente de ella! Eso es libertad.*

ANTHONY DE MELLO

Hasta el momento nos hemos concentrado en aplicar la Curación Cuántica a estados físicos. Por muy admirable que pueda parecer, lo cierto es que hay más. La CC emocional es una potente herramienta para sosegar el dolor psicológico. Al igual que la disonancia física, la discordancia psicológica también puede eliminarse instantáneamente. El dolor psicológico puede tener sus raíces muy hundidas en lo que la mente percibe como el pasado. La Curación Cuántica no reconoce el pasado, ni siquiera el futuro. Ambos conceptos son ilusiones y atan la mente a la espiral descendente de la entropía. Es decir, el fluir del tiempo es creado en la mente. Esta fijación por lo que fue y lo que será planta la semilla de la enfermedad psicológica. Esta semilla puede germinar y florecer bajo la atenta mirada del padre tiempo.

Según la física cuántica, el tiempo no fluye. Las agujas del tiempo apuntan en la dirección de la descomposición. Las manecillas señalan pero no se mueven, de manera muy parecida a como la aguja de la brújula señala hacia el norte pero no se mueve en esa dirección. Lo que crea la ilusión del tiempo en el barrido de nuestra conciencia. Esto es lo que quiero decir.

*La CC emocional es una potente herramienta
para sosegar el dolor psicológico.*

Me encanta ir al cine. Durante un par de horas me sumerjo por completo en la ilusión que se desarrolla en la pantalla. Cuando entro en la sala dejo mi vida cotidiana atrás. Aunque la película sea únicamente un parpadeo de luz y sombra, representa la gran ilusión que denominamos «vida real» que no espera al otro lado de las puertas del cine.

La ilusión de movimiento se crea en nuestras mentes cuando el pensamiento oscila entre pasado y futuro. Los pensamientos sobre el pasado y el futuro construyen un puente mental que cruza por encima del eterno presente de conciencia pura. Nuestra conciencia revolotea de pensamiento en pensamiento saltándose la conciencia pura en medio. Es como ver una película. La película es una larga tira de imágenes o viñetas. En un único segundo se proyectan veinticuatro imágenes fijas sobre la pantalla. Es una velocidad superior a la velocidad con que nuestros cerebros pueden procesar cada imagen y por lo tanto nos da la impresión de que esas imágenes fijas tienen movimiento. Es muy curioso. Vemos movimiento donde no existe. Ésa es la ilusión que produce una película.

Nuestra conciencia revolotea de pensamiento en pensamiento saltándose la conciencia pura.

De la misma manera, el tiempo es la ilusión que la mente produce. Los pensamientos son como las imágenes de la película. Como recordarás, aquellos se separan de la conciencia pura y llegan a nuestra pantalla de conciencia. Lo hacen con tal rapidez que dan la impresión de moverse, igual que las imágenes de una película. Esa ilusión de movimiento es lo que denominamos tiempo.

Cuando pensamos acerca de acontecimientos futuros nos estamos trasladando hacia delante en el tiempo. Cuando repasamos nuestros recuerdos nos atrasamos en el tiempo. Todo este movimiento tiene lugar en la mente. No existe en ningún otro lugar del universo excepto en ella. Aunque dé la impresión de ser de otro modo, tu tiempo, tu futuro y tu pasado no son compartidos por nadie más.

El proyector cinematográfico funciona según un principio muy simple. Se emite una potente luz blanca a través de la película, creando una imagen en la pantalla del cine. El movimiento de la película, imagen tras imagen a través de la luz, crea en la pantalla la ilusión de movimiento. La audiencia presencia con satisfacción el desarrollo de la trama y a los actores, olvidando que no son más que luz y sombras creadas por la potente fuente de luz emitida a través de la película en la parte de atrás del cine. Reímos y lloramos como si la ilusión fuese real.

Nuestra vida es igual que una película. Se desarrolla pensamiento a pensamiento, minuto a minuto, año tras año. Nosotros, la audiencia, nos absorbemos totalmente en el drama de nuestra propia vida. Nos preocupamos por las cuentas pendientes de pago, nos encanta la casa nueva, vemos crecer a los niños y contemplamos nuestra propia muerte. Al igual

que en una película, nuestras vidas son una ilusión, un juego de luces y sombras. No me malentiendas. Nuestras vidas existen, pero no de la manera en que las imaginamos. Esa identidad equívoca causa un sufrimiento abrumador que no hace más que aumentar con cada generación.

Nuestra vida es igual que una película. Se desarrolla pensamiento a pensamiento, minuto a minuto, año a año.

La Curación Cuántica emocional detiene la mente en seco. Hace que ponga atención al aquí, arrebatándole su preocupación por el pasado y el futuro, quitándole su culpabilidad y su rabia, su ansiedad y su miedo. Cuando triangulamos disonancias psicológicas emitimos sobre ellas la resplandeciente luz de la conciencia pura. Ello nos saca inmediatamente de nuestra película. Nos aparta momentáneamente de la pantalla y nos coloca en la audiencia. Desde allí podemos observar las emociones y sucesos discordantes con una calma y claridad sanadoras. La película de nuestra vida continúa desarrollándose como antes pero sin la influencia de esas emociones perjudiciales y angustiantes.

La película de nuestra vida continúa desarrollándose como antes pero sin la influencia de esas emociones perjudiciales y angustiantes.

CÓMO FUNCIONA LA CC EMOCIONAL

Eliminar el dolor psicológico es tan fácil como eliminar el dolor físico, tal vez incluso más sencillo. Ni siquiera hemos de saber qué es lo que causa la desazón emocional a nuestro compañero. De hecho, recomiendo vivamente que le permitas mantener sus preocupaciones emocionales para sí. Esta práctica es importante por dos razones. La primera es que permite que el compañero goce de un nivel de privacidad muy conveniente, sobre todo si no te conoce mucho o si quiere mantener su vida interior para sí mismo. La segunda es que te evita tener que lidiar con emociones ajenas, algo que pudiera resultar perjudicial para tus propias emociones. Y, además, te ahorrará tiempo.

La CC emocional es totalmente segura. No se trata de una terapia de ningún tipo. No requiere de análisis ni de formación porque el iniciador no hace nada. La curación se logra porque el compañero baña su desazón emocional en las aguas curativas de la conciencia pura. El iniciador no hace más que comenzar el proceso. No has de perder el tiempo en un agitado mar de emociones crudas. Deja eso para los profesionales.

*Eliminar el dolor psicológico es tan fácil como
eliminar el dolor físico, tal vez incluso más
sencillo.*

Hablando de profesionales, si eres psiquiatra, psicólogo o psicoterapeuta, puedes utilizar en tu práctica la CC emocional, y obtendrás una gran eficacia. Puedes considerar llevarla a cabo justo después de tu análisis inicial. Son muchas las angustias que pueden eliminarse con poco escuerzo, para luego concentrarse en el resto con técnicas más tradicionales. La CC emocional también obra maravillas en pacientes antiguos. A veces puede ayudar a romper bloqueos que llevan ahí mucho tiempo, acelerando el proceso curativo en general.

En una ocasión tuve una compañera que era psicóloga con veinticinco años de experiencia. Pude iniciar en ella un cambio que modificó toda su vida en tal solo unos pocos minutos. Llevaba arrastrando ese trauma desde su infancia. Había buscado solucionarlo desde muchos ángulos distintos y con bastantes terapeutas a lo largo de su carrera profesional. Esos pocos minutos de CC emocional finalizaron hace seis años y sigue estando emocionalmente liberada de su problema, que no regresará.

La sanación que tiene lugar mediante la CC emocional es permanente. El miedo es la emoción de base de la que surgen todas las demás emociones negativas. El miedo, como recordarás, se crea cuando el ego parece separarse de la conciencia pura y adopta una identidad individual. No importa si el compañero experimenta rabia, ansiedad, culpabilidad o tristeza. En el fondo de todo ello está el miedo a la separación de la pura conciencia. La CC emocional inunda el miedo con plenitud, devolviendo el ego a los brazos de mamá. El recuerdo queda en una onda de conciencia, pero la emoción debilitadora es incorporada a un océano de gozo.

*La curación que tiene lugar mediante la CC
emocional es permanente.*

CÓMO APLICAR LA CC EMOCIONAL

Primero has de hacer saber al compañero que no tienes por qué estar al corriente de los detalles de su dolor psicológico, que la curación va a ser obrada por la conciencia pura. Tú sólo inicias el proceso. Él puede mantener su desazón emocional para sí.

Pídele que piense en el incidente que ha creado la angustia. Si no existe un incidente claro, pídele que identifique la emoción en privado. Luego anímale a permitir que sus emociones se hagan más intensas. Cuando no puedan serlo más, pide a tu compañero que puntúe la desazón emocional entre 1 y 10, donde 10 es la correspondiente a insoportable. Recuerda la puntuación que ha aparecido en la comprobación inicial.

Continúa tal y como hiciste al eliminar problemas físicos con CC («Triangulación: el proceso de CC en tres pasos», en el capítulo 13). En primer lugar, encuentra un músculo rígido o tenso para el contacto A. Luego localiza el contacto B. Sé muy consciente del contacto A y luego del B, y después de ambos a la vez. Espera a que emerja la «eumoción» y mantén la conciencia de los tres hasta que sientas que los músculos del compañero se relajan con tu contacto.

Una vez finalizada la sesión concede algo de tiempo a tu compañero para que se reubique. A veces, la CC emocional requiere de algo más de tiempo que la aplicada a afecciones físicas. En cuanto el compañero esté preparado, haz que vuelva a manifestar el mismo incidente y que lo clasifique entre 1 y 10. Por lo general, ni siquiera pueden recordar la emoción mentalmente. Los hay que dicen: «Lo intento, pero todo lo que obtengo es un 1 o un 2». Comprobarás que se les ha relajado los músculos faciales y que su voz suena serena.

La CC emocional elimina emociones incómodas incluso cuando desconocemos su existencia. La conciencia pura es capaz de llagar a la raíz sin percepción consciente. Tal vez el compañero recuerde el suceso molesto y lo mencione durante la sesión. Suele ocurrir así sobre todo cuando descubre un trauma infantil profundamente enterrado. No le des demasiada importancia. Pídele que permanezca en silencio y cierre los ojos, si así lo desea. Para cuando el compañero recupere ese recuerdo, la memoria horrible estará neutralizada. No vale la pena dedicarle más tiempo. Puedes sentirte satisfecho por haber inspirado una curación del conflicto emocional del compañero, y de que nuestro atribulado mundo cuente con algo más de luz.

La CC emocional elimina emociones incómodas incluso cuando desconocemos su existencia.

16

Curación Cuántica a distancia

*Quien sabe más sabe lo poco que sabe.
Quien no sabe nada está más cerca de la verdad...*

THOMAS JEFFERSON

*Resulta fácil comprender todas las verdades una vez que se descubren;
la cuestión es descubrirlas.*

GALILEO GALILEI

La Curación Cuántica a distancia es realizar la CC con compañeros sin tocarlos. Puedes hacerla a distancia desde el otro lado de la habitación o desde el otro extremo del mundo. Hace poco tuve ocasión de trabajar con una compañera de Salzburgo, Austria. A vuelo de pájaro, existe una considerable distancia entre Salzburgo y mi despacho en Sarasota, Florida.

María, una estudiante de Salzburgo, experimentaba ansiedad y siempre parecía tener prisa. Me dijo: «Desde que me levanto hasta que me voy a dormir me siento como si estuviese estudiando para un examen final». Nos comunicábamos por correo electrónico. Nunca hable en persona con ella ni sé qué aspecto tiene. Todo lo que intercambiamos fueron palabras electrónicas en un correo.

Puedes hacer CC a distancia desde el otro lado de la habitación o desde el otro extremo del mundo.

María deseaba hallar alivio para su constante ansiedad. Quería una energía más dirigida para sustituir a la agitación errática que definía su vida. Realicé la CC a distancia por la noche en Sarasota, alrededor de las 4:00 de la madrugada en Salzburgo. Cuando encendí mi viejo y fiable portátil a la mañana siguiente, encontré la respuesta de María, La incluyo aquí un poco modificada gramaticalmente, aunque tal vez debería haber eliminado algunos de los signos de exclamación.

Querido Frank:

¡¡¡Le agradezco muchísimo su ayuda!!! Quiero decirle que cuando me desperté esta mañana, fue la primera vez en un largo período en que sentí que «poseía toda la energía del mundo».

Sentí muchísima energía y fuerza, y también cuando hice jogging esta mañana tuve muchos pensamientos positivos y energía. ¡¡¡¡As que algo cambio y sigo disfrutando de ello ahora!!!!

¡¡¡GRACIAS!!!!

Espero que entienda que mi inglés no es perfecto:-)

Vielen Dank y mucha alegría y saludos desde Salzburgo.

María.

La entidad que es María está formada por la misma materia que la entidad Frank. La conciencia pura no está limitada por el espacio ni el tiempo. Inspiré un suceso curativo en la entidad María al percibir que somos lo mismo, y dejando de lado cómo diferimos. La identidad es conciencia pura. Cuando practicas CC operas desde el nivel de identidad esencial a fin de efectuar cambios curativos en el mundo de las diferencias.

Inspiré un suceso curativo en la entidad María percibiendo que somos lo mismo, y dejando de lado cómo diferimos.

En la física cuántica esta interacción a distancia e instantánea se denomina entrelazamiento. Sin embargo, el entrelazamiento no puede transmitir información a una velocidad superior a la luz. No puedo decir si la información curativa que le fue transmitida a María resultó más rápida que la velocidad de la luz. Se trata de un tema fascinante, pero que se sale del ámbito de esta breve obra. La verdad es que, para lo que al tema de este libro concierne, no tiene importancia. Sea como fuere, la información curativa halló su camino, recorriendo 8.000 kilómetros hasta el umbral de la casa de María, sin tener que detenerse para preguntar la dirección, Con eso me basta.

Otra cosa que me gustaría mencionar antes de que aprendamos CC a distancia; si la Curación Cuántica a distancia te parece difícil de creer, no te preocupes. A pesar de ello podrás emplearla, independientemente de lo que

creas. Se trata de un procedimiento científicamente reproducible. Es real. No es necesario creer en ella para que funcione. Y si no te lo crees, pregunta a cualquier mascota que no sufra ningún dolor si le pidieron que creyese en la Curación Cuántica antes de que la curasen.

La Curación Cuántica es un procedimiento científicamente reproducible. No es necesario creer en ella para que funcione.

CÓMO PRACTICAR CC A DISTANCIA

Básicamente, deberás triangular igual que has hecho en las otras formas de Curación Cuántica. Lo básico es igual, con unas pocas adaptaciones. Obviamente, hemos de compensar la ausencia física del compañero, aunque la CC a distancia es infinitamente más fácil de aprender que otras actividades en las que se necesita un compañero. Por alguna oscura razón me viene a la mente el tango. Bueno. Éstas son algunas sugerencias.

Utilizar un sustituto

Un sustituto es un suplente, alguien que ocupa el lugar de nuestro compañero. Para ello servirá cualquier cuerpo caliente: tu esposa o niños, el repartidor del periódico, el tipo del cubículo de al lado... No tienes más que iniciar la CC a distancia en el sustituto físicamente presente como si tu compañero ausente estuviese ahí, delante de ti. Asegúrate de que tu intención incluye el nombre, imagen o idea del compañero ausente.

También puedes emplear una mascota como sustituto. Por lo general son buenos suplentes porque no hacen preguntas. Están acostumbradas al extraño comportamiento de sus dueños y probablemente se someterán a la experiencia de buena gana mientras sepan que al final de la sesión les caerá una golosina. Claro está, si tu única mascota es una piraña voraz, deberás ser rápido con los dedos y disponer de un camión de tiritas. La ventaja es que ella obtendrá la «golosina» durante la sesión de CC en lugar de al final.

Un tercer tipo de suplente podría ser una muñeca o un muñeco de peluche. En realidad, lo cierto es que incluso podrías dibujar una figura en un papel y usarla así. O te bastará con escribir el nombre del compañero. Todas esas sustituciones funcionarán. Prueba. Quedarás gratamente sorprendido.

Imaginación

Si cuentas con una imaginación bastante activa, puedes suscitar una imagen mental del compañero y triangular esa imagen. Tus dedos no tocarán carne de verdad, así que eso también habrás de imaginarlo. ¿Cómo sabrás

cuándo parar? Sentirás la relajación o reblandecimiento bajo tus dedos imaginarios igual que ocurre con los físicos,

Es posible realizar la CC imaginativa de dos maneras. Puedes imaginar que estás donde se encuentra tu compañero Imagínalo sentado en tu silla favorita mientras aplicas la CC a distancia. Otra opción es acercártelo. Imagínalo justo ahí, frente a ti, mientras tú operas tu magia. O también puedes encontrarte con él en cualquier lugar, Literalmente puede decirse que sólo te limita tu imaginación.

CC imaginaria

Ya sabes lo de la guitarra de aire o guitarra imaginaria: cuando uno se imagina que toca una guitarra «de aire» frente al espejo. Pues bien, la CC imaginaria es igual. Imagina al compañero frente a ti, de pie o sentado. Dependerá únicamente de ti el que quieras mantener los ojos abiertos o cerrados. A continuación, mueve físicamente tu cuerpo y alarga las manos para colocar los dedos sobre tu compañero ausente. Hazlo todo como si él estuviese ahí. No dejes que tu esposa o esposo entre en la habitación en medio de la sesión si no quieres tener que buscar una explicación plausible.

La Curación Cuántica a distancia es una manera maravillosa de integrar toda la práctica de CC que necesitas. Yo hago una sesión nocturna antes de acostarme. Suelo tener una lista de personas que me han pedido ayuda durante el día. También incluye compañeros que necesitan cuidados continuados, que padecen enfermedades crónicas o críticas, como Alzheimer o cáncer, Los amigos que solían pensar que la Curación Cuántica era algo estrafalario ahora suelen llamar y pedirla a distancia.

Mi hija menor es agente de policía en una ciudad deprimida económicamente y plagada de delincuentes. Siempre está metida en alguna reyerta. Ya no me sorprende cuando recibo una llamada y me dice: «Hola papá, estaba metiendo en el coche patrulla a una mujer que iba de “polvo de ángel” hasta las cejas cuando me arrancó un poco de carne de la pierna de un mordisco. ¿Puedes “Cuanticurarme” esta noche?. O «Me disloqué el hombro en una persecución a pie. ¿Qué tal si te ocupas del dolor y de la amplitud de movimientos por mí? ». Ah, las alegrías de ser padre...

Con la práctica, no tardarás mucho en poder practicar CC a distancia en cualquier rato que tengas. Yo lo he hecho incluso mientras el compañero describe su problema. Para cuando acaba de contármelo ya le ha desaparecido el dolor. Resulta absolutamente maravilloso estar tan cerca de la fuerza creativa y observarla obrar sus maravillas. Nuestros únicos límites son nuestras mentes inconscientes. Y la Curación Cuántica puede arreglar esa cuestión.

CÓMO REALIZAR CC EN TI MISMO

Ya sabes cómo obrar las maravillas de la Curación Cuántica en ti mismo. No tienes más que elegir uno de los métodos ya descritos y aplicártelo. Claro está, ayuda contar con un manual de contorsionismo si lo que quieres es trabajar físicamente en tu espalda u otros sitios difíciles de alcanzar. Pero recuerda, no tienes por qué entrar en contacto con la zona afectada. Si sientes dolor en la región dorsal, puedes obrar físicamente en la rodilla o el pecho y resultará igualmente efectivo. También puedes pensar en utilizar una de las técnicas de la CC a distancia mencionadas anteriormente.

Wade, un practicante de CC, ha descubierto que ésta le resulta muy útil en su práctica de yoga. Nos explica comp.: «Desde que aprendí sobre la Curación Cuántica, la he utilizado conmigo mismo mientras practico yoga. He descubierto que puedo profundizar más en los asanas (posturas), y pasar con más rapidez a una forma de quietud o conciencia sosegada. En lugar de utilizar las manos para triangular sobre mi cuerpo, empleo la conciencia para conectar los tres puntos. A continuación no tengo más que relajarme en la conciencia pura durante unos segundos. Tras ello, mi cuerpo parece reorganizado, renovado, relajado y reforzado. Esta aplicación de la Curación Cuántica puede utilizarse en cualquier situación y facilitar un cambio de identificación, pasando de una limitada conciencia cuerpo-mente a la infinita y pura conciencia».

El potencial de la CC sólo tiene el límite de tu imaginación. Expandirnos y crecer es nuestra naturaleza. Ponte las gafas de CC y echa una mirada. Experimenta, juega con distintas ideas, pero sobre todo diviértete.

El potencial de la CC sólo tiene el límite de tu imaginación.

ANIMALES Y OBJETOS INANIMADOS

Cómo la Curación Cuántica bebe de la más básica y penetrante conciencia pura, debería funcionar en animales e incluso en objetos inanimados. ¡Y lo hace! En realidad, cuando pienso en ello, no parece tan raro. Damos medicamentos y proporcionamos ajustes quiroprácticos a nuestras mascotas. Pero cuando se trata de los denominados objetos inanimados, parece de locos pensar que podemos vaciar una lata de Red Bull en la batería del coche para conseguir que funcione, Y digo los «denominados» objetos inanimados porque toda la creación vibra de vida al nivel más sutil. En última instancia, nada es inanimado. Y en el interior de la vibración más sutil existe su causa, la conciencia pura. Por tanto, cuando se trata de una batería de coche agotada, la CC es más barata que el Red Bull, y encima no hay que reciclar ninguna lata.

En última instancia, nada es inanimado.

Alguien que se graduó en nuestros talleres informó de que se había encontrado con que la batería de su coche no funcionaba. Hizo varios intentos infructuosos de arrancar el vehículo girando la llave de contacto. Luego aplicó CC a la batería. El motor encendió enseguida y ronroneó, volviendo a la vida. Cuando llevó el coche al mecánico, éste le dijo que sí, que era la batería. Es probable que no le confiase al mecánico que las pinzas de arranque que utilizó fueron sus dedos.

La Curación Cuántica ejerce una influencia universal y eso incluye los electrodomésticos. Me encanta esta historia sobre una túrmix que cuenta una entusiasta de la CC. «Quise compartir mi experiencia sobre la Curación Cuántica después de asistir al taller. El domingo me desperté hambrienta. Así que apliqué la CC a mi hambre, y ésta desapareció. No obstante, decidí que quería prepararme un batido de yogur y fruta. Cuando estaba a punto de mezclarlo, falló el motor de la túrmix. Estaba muerto. Así que decidí aplicarle la CC. Trabajé en ello unos cuantos segundos y ... nada. Lo intenté otra vez, en esta ocasión soltando por completo cualquier deseo acerca de un resultado. ¡¡¡Y funcionó!!! La túrmix volvió a ser la que era, y yo pude disfrutar de mi batido, totalmente atónita ante la experiencia. A mi compañera de habitación también le chiflan los batidos, y se asombra cada vez que pongo en marcha la túrmix».

Como el compañero no tiene por qué creer en la CC para obtener resultados, los animales responden de maravilla a ella. Aplicada a los problemas de tu mascota, o incluso a indeseables como los mapaches demasiado inquietos, a perros o a osos molestos. En una reciente firma de libros en el I Am Healing Arts Center, a cargo de la autora del superventas *Sopa de pollo para el alma de la mujer*, Jennifer Hawthorne, los aparatos de aire acondicionado no funcionaban y tuvo que abrir las puertas. Sin mucho interés en que les firmasen un ejemplar; alrededor de una docena de moscones enormes y negros entraron derechos hacia un enorme cuenco de sopa de pollo que había en la mesa de los aperitivos. Rob, el gerente del centro, salió corriendo hacia una cercana sala de meditación y aplicó CC a los moscones. Cuando salió de la habitación, al cabo de pocos minutos sólo quedaba una única mosca, que salió zumbando al ver a Rob materialmente procedente de la habitación.

Los animales responden de maravilla a la Curación Cuántica.

Los alimentos ofrecen una esfera de exploración para los entusiastas creativos de la CC. Puedes integrar tus comestibles, el agua y los suplementos alimenticios. Tu intención podría ser potenciar los ingredientes beneficiosos, eliminar las toxinas o mejorar la digestión y la asimilación. Si bendices la mesa antes de comer, añade la Curación Cuántica al final de tu oración. De este modo, la oración se convierte en tu intención y la CC utiliza esa intención, depositándola a los omnipresentes pies de la conciencia pura.

17

CC ampliada

Quienes quieren cantar siempre encuentran una canción.

PLATÓN

La alegría no está en las cosas, sino en nosotros..

RICHARD WAGNER

La CC ampliada es muy valiosa en tratamientos de salud crónicos, prolongados y graves como diabetes, enfermedades cardíacas, alzhéimer o cáncer. También es especialmente efectiva a la hora de apaciguar y curar conflictos emocionales profundos. Cuando una dolencia no responde al cabo de varios minutos o tras varios intentos de Curación Cuántica, es una candidata a la CC ampliada.

Como podría implicar el nombre, lo que hacemos es ampliar el tiempo normal de aplicación de la CC, aumentando profundamente de esta manera los beneficios tanto para el compañero como para el iniciador. Cuando se realiza la CC ampliada, la conciencia se mantiene en las profundidades de la conciencia pura, y el mundo común de coches, estrellas, gente e incluso espacio se sobresa de conciencia pura. Ésta parece casi tangible, como un bálsamo de vibrante renovación.

*La CC ampliada es muy valiosa en
tratamientos de salud crónico, prolongados y
graves.*

Hace algunos años, cuando empecé a desarrollar la Curación Cuántica, me llamó un conocido, también quiropráctico, que quería que quedásemos para comer. Me dijo que tenía que pedirme un favor así que cuando llegué al restaurante me acerqué a su mesa con cierta expectación. Cuando miré los

ojos castaños de Mark, normalmente muy energéticos, vi una profunda tristeza. Nos saludamos y mientras esperábamos a la camarera intercambiamos cumplidos y nos pusimos al día sobre lo que hacían nuestros colegas. Pedimos, y mientras llegaban los platos, él se quedó pensativo. Empezó a hablar, se detuvo y luego miró su ensalada. Yo esperé. Levantó la cabeza con los ojos anegados en lágrimas. Le miré, y le animé a continuar con la mirada. Volvió a empezar: «Mi esposa lleva luchando con el cáncer desde hace más de un año. Ha hecho todo lo que ha podido, pero ayer hubo que ingresarla en el hospital. Tiene dos tumores malignos. El del útero es del tamaño de una nuez. El del hígado es tan grande como un pomelo. No es probable que vuelva a casa.

«Sé que tú practicas un tipo de curación por fe o meditación, o algo por el estilo -dijo-, y me preguntaba si podrías ayudar a Jillie». Yo nunca llegué a conocer a su esposa pero estuve de acuerdo en ir al hospital a última hora de la tarde y conocerla. Le pedí que hablase con las enfermeras para ver si era posible contar con una hora interrumpida a solas con ella. También le pedí que durante la última hora de visitas, cuando yo pensaba llegar, no hubiese familiar presente. Estuvo de acuerdo. Acabamos de comer casi en silencio y regresé a mis pacientes de aquella tarde.

Ese anochecer volví a reunirme con Mark fuera de la habitación de su esposa. Me dijo que las enfermeras se habían resistido un poco a la idea de que yo hiciese algo «raro», pero que estuvieron de acuerdo en concedernos el tiempo que necesitábamos. Me detuve fuera de la habitación y luego abrí la pesada puerta, para entrar en un lugar oscuro y triste.

Lo primero que recuerdo fue el olor. No era el olor de la muerte, sino del morir. No puedo describirlo, pero penetra en la mente y empapa el espíritu. Jillie dormía. Era una mujer pequeña, cuyo pelo rubio y débil aparecía enredado sobre la almohada. No la desperté pero empecé de inmediato con la CC ampliada.

No habían pasado cinco minutos cuando entró una enfermera a comprobar las constantes de Jillie, hizo algunas cosas y luego salió. Volvió al cabo de diez minutos y de nuevo diez minutos más tarde, sin más razón aparente que asegurarse de que todo estaba en orden, Yo llegué a pensar que había descubierto un encantamiento inadvertidamente que hacía que se materializasen enfermeras de la nada en un hospital tan lleno como aquél. Finalicé mi hora con Jillie, que se despertó de vez en cuando para volverse a dormir. Aunque Mark le había dicho que yo iba a ir, no creo que me reconociese, ni tampoco tuviese idea de lo que estaba haciendo allí.

Regresé a la noche siguiente, y el personal repitió sus apariciones, pero Jillie estaba más despierta y mantuvimos varias conversaciones a lo largo de la hora. A pesar de las interrupciones, pude conservar la conciencia pura durante gran parte de esa hora. Me marché sintiéndome más ligero y algo inspirado.

Cuando llegué la tercera noche, hallé una nota manuscrita en la puerta de Jillie que decía: «No entrar», e iba firmada por la supervisora del turno de noche. Lo primero que pensé fue que un personal hostil me echaba a causa de

su ignorancia sobre una curación «alternativa» no alopática. Sentí que ese prejuicio sería perjudicial para la paciente y que no había que permitirlo. Me dirigí a la oficina de enfermería y pregunté sin rodeos: «¿Por qué se me impide ver a Jillie? ».

La respuesta me cogió por sorpresa. La enfermera sonrió amablemente y me dijo que la nota era en beneficio mío y de Jillie. La habían puesto para que nadie molestase. Me contó que las enfermeras de todos los turnos habían observado un importante cambio en el estado de Jillie. No sabían si la razón era lo que yo hacía, pero me aseguraron que tendría mi tiempo con ella y que nadie nos interrumpiría. Y cumplieron su palabra. Resultó que los prejuicios eran míos.

Continué realizando la CC ampliada con Jillie cada noche, después de visitar a mis pacientes. Su habitación perdió la sensación y el olor a muerte. Jillie estaba más atenta y, aunque hablamos poco, utilizando frases cortas y amables, empezamos a desarrollar un vínculo no verbal de conocimiento íntimo. La práctica regular y continuada de la vigilia cuántica también tuvo beneficios para mí. Descubrí que mi vida se llenaba de más paz y compasión. Sentí que estaba floreciendo, despertando a cierto tipo de inmortalidad, liberado del miedo a la muerte.

La mañana siguiente a mi octava visita recibí una llamada de Mark. Me dijo que ya no tendría que visitar a Jillie en el hospital porque le iban a dar de alta. Me contó que el tumor en el útero había desaparecido y que el de tamaño de pomelo en el hígado era ahora como una nuez. Le pregunté si querría que fuese a su casa para continuar con la CC ampliada. Me contestó que Jillie había dicho que creía que era mejor que yo descansase un poco. Que ella se las podría arreglar a partir de entonces.

Liberada de la cama hospitalaria, Jillie dedicó su vida por completo a su familia. Fui invitado a formar parte de ella y asistí a un par de reuniones, pero fuimos perdiendo el contacto. Con el paso del tiempo el cáncer fue reapareciendo. Me ofrecí a reemprender nuestras sesiones de Curación Cuántica, pero Jillie no quiso. Sus palabras me sorprendieron pero su voz me indicó que estaba en paz. Falleció tranquilamente en casa, rodeada de su familia. Mark me contó más tarde que Jillie creía que su «segunda vida» fue un don divino y el tiempo más feliz de su estancia en este mundo.

La CC ampliada es extraordinariamente potente. Y sobre todo es importante recordar que la conciencia pura sabe lo que hay que hacer. A causa de la naturaleza humana, sentimos la necesidad de un intenso deseo y esfuerzo cuando trabajamos con estados terminales. Es fácil olvidar que somos iniciadores con una sencilla intención y que eso es todo. La curación sucederá o no sucederá. Está fuera de nuestro alcance saberlo. La gravedad del estado no implica que tenga que haber intenciones más fuertes o un mayor esfuerzo. Lo único que se requiere es una inocencia sencilla, nada más.

La CC ampliada es extraordinariamente potente.

CÓMO APLICAR LA CC AMPLIADA

Una sesión de CC ampliada puede durar entre cinco minutos y alrededor de una hora. Veinte minutos parece ser lo adecuado en la mayoría de mis sesiones, aunque, dependiendo de la necesidad, puedo alargar o acortar los tiempos.

Empieza una sesión de CC ampliada exactamente igual que iniciarías otra de uno o dos minutos. A mí me gusta empezar de pie y luego hacer que el compañero se siente al cabo de un par de minutos, La Curación Cuántica ampliada también puede hacerse tendido en el suelo, sobre todo si el compañero está bastante enfermo.

Hay que tener en cuenta unas cuantas diferencias menores en la CC ampliada. Para empezar, mantén los puntos de contacto y espera la «eumoción». Una vez que logras la relajación inicial o la sensación de disolución que señala el final de la CC normal, continúa manteniendo la «eumoción». Puedes olvidarte de ser consciente de tus dedos de contacto y simplemente serlo de la «eumoción». De vez en cuando la mente vagará. Cuando te percastes de que se encuentra en otra parte, vuelve a tomar conciencia de la «eumoción». Es probable que la «eumoción» original cambie. Al principio podrías experimentar sosiego o paz, dando paso a gozo o alegría, o incluso éxtasis. Sea cual fuere la «eumoción», sé consciente de ella.

Cada pocos minutos, cuando te sientas inclinado a hacerlo, mueve los dedos de contacto a otros lugares del cuerpo del compañero. Los más comunes en la CC ampliada son la frente, las sienes, el corazón y el plexo solar, aunque cualquier zona apropiada del cuerpo también sirve. En cuanto tus dedos encuentren su nueva posición, regresa a tu «eumoción» y cálmate durante los siguientes minutos.

Durante la sesión prolongada puedes reafirmar o reformular la intención. Eso mantiene la mente despierta y concentrada. También es posible que veas con tu «visión interior» cómo opera la intención. Puedes ver articulaciones sanando o pulmones abriéndose para recibir un aire revitalizador. O bien ver o sentir a otras fuerzas curativas operando. No te impliqués. Sea lo que fuere lo que presencias, deja que se desarrolle por sí mismo. Estás en primera fila, observando cómo se elevan los impulsos curativos de la conciencia pura, tomando forma. Eres el testigo inocente de la creación y recreación. No hay nada que puedas hacer para mejorarlo. Has de saber que este momento es especial y que tienes la suerte de ser un testigo silente.

También podrías ver símbolos geométricos o el fluir y arremolinarse de energías abstractas operando en tu interior y en el cuerpo del compañero. Podrían abrirse los cielos y derramarse una luz dorada sobre vosotros. Igual los ángeles cantan y soplan sus pífanos para aumentar la curación inminente. ¿Qué debes hacer? Aceptarlo. No te dejes atrapar por el simbolismo o la sintomatología que se presente. Limitate a estar ahí y disfruta de la presencia curativa de la conciencia pura.

Has de saber que este momento es especial y que tienes la suerte de ser un testigo silencioso.

Cuando se acabe la sesión de CC ampliada, reserva dos o tres minutos para que tu compañero abra los ojos y retorne a la actividad. Eso como mínimo. Puede que llegue a necesitar de cinco a diez minutos o incluso tenderse en el suelo, Asegúrate de que le has explicado que si más tarde, a lo largo del día, se siente cansado, es necesario que descansa y desde luego ha de dormir bien.

Al igual que en la Curación Cuántica breve, la sanación que se ha iniciado durante la CC ampliada continuará uno o dos días después. A veces el compañero puede sentirse cansado o «eumocional» al día siguiente. Es una señal de que está teniendo lugar una curación muy profunda y, de ser posible, debería descansar, comer bien y hacer algo de ejercicio.

En mi práctica de asesor psicológico utilizo mucho la CC ampliada. Es un potente purificador de emociones y sanador corporal. Y, claro está, me encanta también lo que hace en mí. Continuaré confiando en ella hasta que experimente el giro final de paradigma que me permita atravesar las paredes o flotar en el aire como una pluma. Hasta que eso suceda -y puedes estar seguro de que te lo haré saber- me quedo con la Curación Cuántica y todas sus variaciones.

18

Paz mundial fácil de usar

*Todas las sociedades, a través de su propia manera de vivir
y de la manera de relacionarse, sentir y percibir,
desarrollan un sistema de categorías que determina
las formas de conciencia*

ERICH FROMM

*Existe un hecho notablemente importante respecto
a la Astronave Tierra, y es que no tiene manual de uso.*

BUCKMINSTER FULLER

Sólo quiero disponer de unos minutos para agradecerte que hayas pasado por aquí y el tiempo que has estado conmigo. Tu presencia, al igual que la de miles de personas que como tú han abierto sus mentes a la posibilidad de lo imposible, me inspira continuamente. Quiero que la Curación Cuántica funcione para ti. He iniciado CC sobre este libro con esa intención. Quiero que tengas éxito, pero no creas que es una acritud totalmente generosa por mi parte. Cada vez que practicas CC yo me beneficio, todo el mundo se beneficia. Si no lo tienes claro ahora no te preocupes, no tardarás en hacerlo. Mi desafío, mi ruego, es sencillo: practícala y difunde el poder curativo de la conciencia pura rápida y totalmente entre tus semejantes. Tú, al hallarte más cerca del fuego de la conciencia, cosecharás grandes beneficios. Pero todos nosotros nos beneficiaremos de tu sencillo esfuerzo. Y cuantos más seamos los que utilicemos la Curación Cuántica, más éxito tendremos personalmente y más satisfechos estaremos en todos los sentidos. Vivimos tal y como pensamos, Pensar con un enfoque poco convencional debería ser la norma. De hecho, pensar basándonos en la infinitud ha de convertirse en algo corriente a fin de garantizar la seguridad y cordura de nuestra raza. No es ninguna novedad decir que la humanidad está luchando para sobrevivir. Llevamos generaciones avanzando lentamente hacia el olvido. Cada pensamiento discordante que creamos es como un grano más de arena que añadimos a las arenas movedizas que nos van

engullendo. Eso, desde luego, es una insensatez. Ya sabes, insensatez, demencia: hacer lo mismo y esperar resultados diferentes. Nuestro nuevo mundo no saldrá de documentos y proclamas. No puede desplegarse a partir de la conciencia común y colectiva que ha dominado el pensamiento humano hasta el momento. No vendrá de fuera, sino de lo más profundo, donde aguarda la conciencia perfecta.

Cada pensamiento discordante que creamos es como un grano más de arena que añadimos a las arenas movedizas que nos van engullendo.

Ya sé que parece un tanto grandilocuente sugerir que un simple proceso curativo puede salvar nuestro pellejo colectivo, pero así es, pues no es el proceso en sí mismo el que cuenta con el poder total, sino la conciencia que aportamos a la labor. Lo has comprobado por ti mismo. La conciencia cura. Cuanto más conscientes somos más curación se desarrolla en nosotros y a nuestro alrededor. Lo hace de manera natural, espontánea y sin esfuerzo.

Nosotros, colectivamente conocidos como raza humana, hemos de aprender una sencilla lección: ser conscientes. Se nos recuerda continuamente que «vivamos en el presente». Pero qué significa eso? ¿Quiere decir que dejemos de planear de cara al futuro o que renunciemos a nuestros recuerdos? Claro que no, Vivir en el «ahora» es vivir en conciencia pura. Ésta extingue el tiempo psicológico, liberando a la mente de la necesidad de hacer, permitiéndole reflejar un orden atemporal y perfecto, Una mente consciente es organizada, energética y creativa. Una mente consciente es pacífica. No puede hacer daño.

Nosotros, colectivamente conocidos como raza humana, hemos de aprender una sencilla lección: ser conscientes.

El inconsciente colectivo de Carl G. Jung y, más recientemente, el campo mórfico de Rupert Sheldrake ilustran una cuestión vital acerca del ser humano. Resulta que no somos entidades aisladas dando tumbos sin orden ni concierto en un cuerpo-mente. Mantenemos una relación infinitamente íntima con todas las demás almas de este planeta. Cada uno de nuestros pensamientos y acciones influye a todos los demás seres vivos.

Los pensamientos son nubes cargadas que atraen otros pensamientos de carga similar. Cuanta más gente tenga pensamientos parecidos, más impulso tomarán esas nubes de conciencia. Eso es lo que Sheldrake denomina campo mórfico. No solo nos alimentamos en esos campos mórficos, sino que también nos influyen. Ya ves que lo que pensamos y experimentamos es muy importante, Si alguna vez te has preguntado por qué la gente pone en práctica una y otra vez el mismo comportamiento perjudicial, hallarás tu respuesta en el campo mórfico.

El campo mórfico más potente y sustentador de la vida es el creado por los individuos que experimentan la conciencia pura. Eso nos conduce a un tema que me interesa mucho: la paz mundial fácil de usar. La Curación Cuántica cuenta con un valor enorme como proceso curativo, pero esto no es más que la punta del iceberg. Cuando cierto número de personas –aunque sea pequeño– se hace realmente consciente, influye de manera positiva en las mentes y vidas de todas las demás, incluso de las que no reflejan conciencia pura. Es cierto: incluso un 1% de una población que refleje la coherencia de la conciencia pura puede provocar profundos efectos en su entorno más próximo, desde donde se extenderán para despertar a todo el mundo. No se trata de una filosofía fantástica, sino de hechos científicos.

Empezando a principios de la década de 1960, la organización de la Meditación Trascendental (MT) demostró el «efecto uno por ciento». Pudieron confirmar que si solo ese porcentaje de la población de una ciudad experimentaba la coherencia de la conciencia pura, la tasa de delitos descendería. Para ello utilizaron un número pequeño de practicantes de MT, los llevaron a una ciudad y, como grupo, sólo tuvieron que hacerse conscientes. Utilizando las estadísticas del FBI sobre delitos en veintidós ciudades, el grupo pudo reducir significativamente la tasa total de delincuencia en un 24% de promedio! Desde entonces se han realizado numerosos estudios con objeto de demostrar que la conciencia concentrada puede mejorar nuestras vidas.

En su libro *El experimento de la intención*,** Lynne McTaggart presenta algunos sólidos estudios científicos que respaldan esta afirmación. McTaggart incluso nos proporciona el número de personas conscientes que haría falta para crear una onda de coherencia en Estados Unidos y el resto del mundo, ¿Estás listo para leerlo? Para crear inmediatamente un sistema de vida más saludable, limpio y afectuoso para todos los habitantes de Estados Unidos, bastaría con 1.730 personas conscientes. Para contar con paz y prosperidad en todo el mundo sólo necesitaríamos que practicasen conscientemente 8.084 individuos. Lo cierto es que parece que disponemos de la tecnología para salvar nuestro mundo al alcance de la mano.

Parece que disponemos de la tecnología para salvar nuestro mundo al alcance de la mano.

El proceso de la Curación Cuántica cuenta con el poder de curar tu mundo local. Pero esa influencia no puede limitarse a ti y tus intereses inmediatos. Cuando la practicas, tu influencia sosegadora se irradia de inmediato hacia el exterior para ayudar a curar los males de todo el mundo. No recuerdo el nombre del filósofo francés que dijo que el simple acto de inclinarse y coger una flor cambia el centro de gravedad de todo el universo. Ocurre lo mismo cuando creas un suceso curativo de CC. Cada vez que inicias la Curación Cuántica, estás plantando una semilla que producirá una flor de enorme rareza. Al igual que sucede al tirar una piedra en un estanque

* Publicado en español por Editorial Sirio.

tranquilo, tu toque sanador enviará ondas pacíficas que lamerán con suavidad las distantes orillas de todos los universos. Cada vez que creas un suceso curativo de CC estás convirtiendo el mundo en un lugar mejor para vivir.

Claro está, la Curación Cuántica no es el único camino hacia la conciencia. Existen miles de caminos hacia la paz interior y la armonía externa. Sólo estoy expresando un ruego para que todos nosotros nos hagamos más conscientes, a diario, tan a menudo como nos sea posible. La CC es sencilla, instantánea y divertida. Tiene efectos prácticos inmediatos así como duraderos en el cuerpo, la mente y el entorno. No requiere que dispongas de un lugar y tiempo para practicar. Puedes hacerlo en cualquier momento y en todas partes. Además, la Curación Cuántica no te pide que te sientes conscientemente. Te enseña a moverte a través de la totalidad, ampliando su profundidad y estableciéndola rápidamente en su cotidianidad. Esas ventajas convierten a la CC en la práctica perfecta para el monje, el magnate o la madre soltera con tres hijos. Practica la Curación Cuántica a lo largo del día, todos los días. Hazlo por sí misma o añádela a otros sistemas de autoconocimiento a fin de aumentar su efectividad. Añade CC al final de tu meditación o tu oración, tus reuniones de trabajo, mientras estás en un embotellamiento o esperando en la cola de la caja rápida en el súper con las manos llenas con las compras de última hora para la cena. Haz esta cosa tan simple y observa de primera mano la transformación tan milagrosa que operará en tu vida.

Si no crees posible lo que estoy diciendo, debes aceptar el desafío. Imagina que estoy equivocado, los seres humanos nos hemos metido en un callejón sin salida, así que no tienes nada que perder probando. Como mínimo dispondrás de una buena herramienta para sanar esguinces, indigestiones, corazones rotos y cosas por el estilo. Pero imagina que tengo razón: serás uno de los primeros en entrar en la humanidad de una vida de prosperidad y paz. Sólo hay una cosa que te lo impide: creer que no puede ser. La única creencia que has de superar es la que te impide dar el primer paso. Después es fácil. Recuerdo una corta conversación entre Alicia y la Reina Blanca, en *A través del espejo*, de Lewis Carroll.

- No tiene sentido probar –dijo Alicia–; uno no puede ir creyendo en cosas imposibles.
- Me atrevería a decir que no has tenido mucha práctica –dijo la Reina–. Yo a tu edad, siempre lo hacía media hora cada día. A veces, antes de desayunar, ya había creído en al menos seis cosas imposibles.

No te estoy pidiendo que cambies tus creencias. Las creencias no cambian nuestro mundo, pero la conciencia sí. Así que si lo deseas mantén intactas tus creencias. La conciencia te permitirá mantener las creencias que funcionan y disolver poco a poco las que no te sirven a ti y a la vez al mundo.

Practica la Curación Cuántica a menudo, con una emoción de propósito festivo. Sé unió al explorar tu mundo, y mantén los ojos bien abiertos. ¿Cuándo fue la última vez, en este mundo febril, en que te abandonaste a la magia del momento? ¿Recuerdas la alegría de tumbarte en la hierba observando la manera en que las nubes blancas se desplazan perezosamente a través de un cielo azul saturado? Tal vez no reconociste la conciencia pura que engendró en ti una profunda emoción de paz y alegría. Ahora que la conoces, deja que te envuelva totalmente en tus brazos. Sírvete aquello que realmente te pertenece. Sana tu mundo y así sanarás nuestro mundo, alma a alma.

Comunícate con Frank en
www.quantumentraiment.com

Así podrás estar al corriente de las últimas novedades y acontecimientos relacionados con la Curación Cuántica (QE; *Quantum Entrainment* es el nombre en inglés del proceso); pide una cita para una sesión particular de CC ampliada con Frank, o adquiere un ejemplar de su primer libro, *Beyond Happiness: How You Can Fulfill Your Deepest Desire*. No pases de largo del globo y descubre la manera en que otros están utilizando la Curación Cuántica para crear armonía y curación en sus vidas. Mientras sigues ahí, puedes hacer preguntas y compartir tus pensamientos y experiencias sobre la CC. Nos encantaría saber de ti. A partir de entonces dejarás de ser un desconocido. Visítanos a menudo y entra a formar parte de este dinámico y emocionante movimiento que crea paz mundial a través de la paz individual.