

PONIŻSZY TEKST JEST TŁUMACZONY Z ORYGINAŁU PRZEZ CHROME:

*Wykorzystaj swoje zdolności psychiczne:*

*praktyczny przewodnik po parapsychologii*

*Evelyn Monahan*

*z*

*Terry Bakken*

*Nelson-Hall*

*Company, Chicago*

*1973 II Druk*

*Betty C.Reaid,*

*która była największym źródłem*

*inspiracji i zachęty*

*dla Evelyn Monahan.*

*Czworo dzieci Terry'ego Bakkena*

*– Shari, Jima, Lori i Karen –*

*które dorosną, by odziedziczyć świat,*

*który stał się lepszy dzięki nauce parapsychologii.*

*Spis treści*

*Przedmowa – IX*

*1. Jasnowidzenie i psychometria – 1*

*2. Telepatia – 21*

*3. Aura ludzka – 29*

*4. Psychokineza – 37*

*5. Średniowieczność – 47*

*6. Reinkarnacja – 61*

*7. Dermaoptyka – 77*

*8. Medytacja – 95*

9. Wizualizacja – 109

10. Etyka – 125

Indeks – 133

\* \* \*

## Przedmowa

*Celem tej książki jest udostępnienie jej Czytelnikom wiedzy faktograficznej dotyczącej parapsychologii i zjawisk parapsychologicznych. Oprócz prostych faktów przedstawiono tu sprawdzone metody, którymi jednostka może się posługiwać w celu rozwijania własnych zdolności psychicznych – bo te zdolności nie są darami wybranych, ale należą do każdego z nas, jako integralna część naszej własnej ludzkiej natury.*

*W trakcie nauczania parapsychologii na Georgia State University i podczas lat studiów poprzedzających moje doświadczenie dydaktyczne, uświadomiłem sobie, że zdecydowana większość książek dotyczących parapsychologii, ESP i zjawisk psychicznych dotyczyła wyłącznie osobistych doświadczeń jednostki. i nie zrobił nic, by nauczyć czytelnika nawiązywania kontaktu z własnymi umiejętnościami. To nie jest taka książka. Zawarte tutaj ćwiczenia zostały zbadane i okazały się niezwykle skuteczne w rzeczywistych warunkach uczenia się przez ponad dwa lata. Nie są magiczne formuły, ale techniki oparte na nauce i psychologii wychowawczej, które pozwolą człowiekowi rozwinąć własny potencjał.*

*Jeśli czytelnik poszukuje prawd absolutnych i gwarantowanego panaceum, to nie jest to książka dla niego. Informacje są tu prezentowane z postawą szacunku dla prawa jednostki do własnych wniosków. Moim zdaniem każdy ma obowiązek zapoznać się o faktach, które umożliwią mu dojście do tych wniosków w oparciu o wiedzę, a nie emocje. Moim celem nie jest przekonywanie, ale rozbudzanie ciekawości intelektualnej i dostarczanie metod rozwijania indywidualnych zdolności. To właśnie poprzez tę*



*ciekawość intelektualną człowiek potencjał można rozpoznać i rozszerzyć.*

*Wyruszymy więc razem w tę podróż, ponieważ jak powiedział wieki temu pewien bardzo mądry człowiek: „Początkiem mądrości jest cud!”.*

X

\* \* \*

*Uruchom swoje moce psychiczne:  
Praktyczny przewodnik po parapsychologii*

\* \* \*

— — —

## *1 Jasnowidzenie i psychometria.*

*Jasnowidzenie fascynowało ludzkość od wieków. Dosłowna definicja jasnowidzenia to jasne widzenie lub jasne widzenie. Termin jasnowidzenie obejmuje nie tylko przyszłe, ale także przeszłe zdarzenia oraz te, które zachodzą w tym samym momencie i czasie, ale w innym miejscu.*

*Aby w pełni ocenić jasnowidzenie jako potencjalną zdolność tkwiącą w człowieku, należy przyjrzeć się dawnym naukom na ten temat oraz badaniom naukowym, które wciąż są prowadzone w tej dziedzinie. Starożytni byli świadomi, że nieliczni wybrani mają zdolność patrzenia w przyszłość. Joga od wieków uczy, że człowiek może odłożyć na bok swój świadomy umysł i dostroić się do tak zwanej uniwersalnej nieświadomości lub umysłu kosmicznego. Joga postulowała również istnienie zapisów Akaszy, które uważano za uniwersalny eter, przechowujący zapisy z całego cyklu świata – nie*



tylko z przeszłości, ale także z teraźniejszości i przyszłości. Jogini nauczają, że zaawansowany jasnowidz lub inni, którzy posiadają tego rodzaju okultystyczne moce, mogą dostroić się do uniwersalnego eteru i „czytać” przeszłość, teraźniejszość, teraźniejszość, i przyszłość całego cyklu światowego. Uważają, że zapisy kończą się dopiero wraz z końcem określonego cyklu światowego, do którego się odnoszą.

W greckiej historii wyrażano wiele wiary w wyrocznię delficką. Wyrocznia, uważana za arcykapłankę, była konsultowana przez wielu władców w związku z osobistymi wydarzeniami, wojnami i strategiami bitewnymi. Hipokrates, ojciec medycyny, napisał kiedyś: „Udręka ciała, dusza widzi z zamkniętymi oczami”.

Dziś jesteśmy świadkami nowego nacisku, nowego nie tylko w czasie, ale także w tym, że naukowcy zaczynają interesować się jasnowidzeniem. Lista tych, którzy badali ten temat, jest imponująca i stale się powiększa. Dr William McDougall, który wykładał na Harvardzie i Oksfordzie, był odpowiedzialny za sprowadzenie w latach dwudziestych dr. JB Rhine'a i jego żony dr Louisy Rhine na Uniwersytet Duke'a, aby studiowali i eksperymentowali z zjawiskami paranormalnymi. Książki i czasopisma donoszą dziś o pracach rosyjskich naukowców związanych z jasnowidzeniem i innymi dziedzinami parapsychologii. W czechosłowackim czasopiśmie Periscope z 1966 r. podano, że czeska armia w 1925 r. wydała swojej armii podręcznik Jasnowidzenie, hipnotyzm i magnetyzm autorstwa Karla Hejbalika.

Zwykle łatwo jest zaakceptować możliwość spojrzenia w przyszłość, aby przewidzieć przyszłe wydarzenia. Często nieco trudniej jest zaakceptować fakt, że osoba, która rozwinęła wrodzone zdolności jasnowidzenia, może również sięgać w przeszłość, być może do dawno zapomnianego wydarzenia, i podać konkretne informacje o konkretnym wydarzeniu z życia danej osoby. Pomysł, że przeszłość jest martwą kwestią, jest kwestionowany, ponieważ ktoś wrażliwy na przeszłość sięga nawet do wczesnych lat dzieciństwa i szczegółowo opisuje dom tej osoby w czasie zdarzenia, kolory w domu, historię medyczną i rozmowy które mogły mieć miejsce 20, 30 lub więcej lat temu.

Fakt, że tego rodzaju opis rzeczywiście miał miejsce i nadal się dzieje, stoi w sprzeczności z ludzką koncepcją samego czasu. Einstein powiedział, że czas jest względny. Strefy czasowe dzielą świat i mieszkańców Stanów Zjednoczonych każdego roku poprzez



instytucję czasu letniego, interweniują i porządkują wydarzenia, zmieniając sam czas na określony czas. Jeśli czas jest rzeczywiście względny i jest jedynie kwestią interwencji człowieka w celu zapisania zdarzeń w kolejności ich występowania, nietrudno zaakceptować, że umysł jest zdolny do przekroczenia samego czasu.

Aby ogólnie zastanowić się nad jasnowidzeniem, czytelnik musi zapoznać się z ideą, że wszechświat jest wypełniony obiektami i wydarzeniami, które wibrują z różnymi częstotliwościami. Kuchenki mikrofalowe, które gotują jedzenie w ciągu kilku sekund za pomocą wibracji dźwiękowych, są konkretnym przykładem istnienia wibracji. Sam ludzki mózg działa i emituje elektryczne impulsy magnetyczne – impulsy, które są uwalniane do otaczającej atmosfery i trzymane w niewoli przez obiekty materialne, z którymi się stykają. Uczniowi przypomina się tutaj, że każdy obiekt, bez względu na to, jak solidny może wydawać się obserwatorowi, w istocie składa się z milionów atomów, elektronów, neutronów i neutronów. Niezajęta przestrzeń istnieje nawet w najbardziej pozornie solidnym obiekcie.

Jasnowidzenie wydaje się zatem być ściślej związane z fizyką i elektrotechniką niż z psychologią. Aby odkryć naturalne prawa odpowiedzialne za działanie zjawisk obecnie uważanych za pozazmysłowe, musimy spojrzeć na te nauki, jak również na naturę ludzkiego umysłu. Próbuując wyjaśnić zdolność jasnowidzenia, możemy porównać mózg emitujący elektryczne impulsy magnetyczne do radia. Oznacza to, że można dostroić się do różnych częstotliwości, tak jak obraca się pokrętło radia, aby wybrać konkretną stację. Prawo zachowania energii mówi, że energia nie może być ani stworzona, ani zniszczona, a jedynie zmienia się z jednej postaci w drugą. Jeśli to prawo zostanie zaakceptowane jako fakt, to znowu łatwiej będzie pojąć umysł”

To, czy piec podczas pracy emituje ciepło, można łatwo określić, otwierając drzwiczki pieca. Gdy piec jest wyłączony, ciepło pozostaje w pomieszczeniu, mimo że jego przyczyna nie jest już obecna. Widzimy więc po raz kolejny, że efekty uwalniane do otaczającej nas atmosfery utrzymują się i mogą być postrzegane nawet wtedy, gdy przyczyna inicjująca nie jest już obecna.

Jedną z najprostszych metod wywoływania jasnowidzenia u każdego człowieka jest psychometria. Psychometria, nazywana czasem odczytywaniem obiektów, opiera się na założeniu, że przez długie okresy czasu, a nawet stulecia, wibracje są pochłaniane i



utrzymywane przez obiekty materialne. Pamiętaj, że przedmiot będzie zawierał nie tylko wibracje swojego właściciela, ale także wibracje tych osób, które są istotne w życiu właściciela. Za pomocą psychometrii, podobnie jak w przypadku zwykłego jasnowidzenia, można cofnąć się w czasie do dzieciństwa danej osoby, aby poradzić sobie z obecnym okresem życia lub w przyszłość.

To, że wibracje osób znaczących w życiu właściciela również znajdują się na przedmiocie, jest czasami zastanawiające dla kogoś, kto po raz pierwszy zapuszcza się w to pole. Należy tutaj wziąć pod uwagę możliwość, że w jakimkolwiek znaczącym związku zachodzi wymiana energii wibracyjnej. Częściowo utożsamiamy się z osobą znaczącą. Do pewnego stopnia własna esencja w polu wibracyjnym zostaje zabarwiona przez znaczącą wymianę z inną osobą.

Psychometria jest jednak możliwa nie tylko w przypadku przedmiotów będących w posiadaniu, ale także może być wywołana przez użycie pełnego imienia i nazwiska osoby oraz poprzez kontakt osobisty, jak trzymanie za rękę. W każdym przypadku można powiedzieć, że dana osoba ma do czynienia z luźnym końcem sznurka, który prowadzi go w przeszłość, teraźniejszość i przyszłość. Nauczyciele okultyzmu mówią o nici Aka, którą można wizualizować poprzez analogię do pająka, który tka sieć, gdy przemieszcza się od obiektu do obiektu. Uważa się, że te wątki są liniami komunikacji, podobnie jak plik indeksu w bibliotece, który może kierować osobę do poszukiwanych informacji.

W odniesieniu do psychometrii jako sposobu wykorzystania zdolności jasnowidzenia należy pamiętać o kilku ważnych faktach. Pierwszym i najważniejszym jest to, jak długo obiekt był związany z jego właścicielem i czy właściciel był jedynym posiadaczem obiektu. Komplikacje mogą powstać, jeśli obiekt należał do kilku różnych osób, z których żadna nie jest dobrze znana obecnemu właścicielowi. Osoba, która używa przedmiotu jako punktu kontaktowego, może dzięki wibracjom poprzedniego właściciela wychwycić niezwykle dokładne i konkretne zdarzenia zarejestrowane na przedmiocie – na przykład zegarek na rękę lub pierścionek. Jeśli osoba nosząca biżuterię nie jest dobrze zaznajomiona ze szczegółami z życia poprzedniego właściciela, dokładne i konkretne informacje mogą zostać uznane za nieprawdziwe;

Po drugie, osoba, która posługuje się zdolnością jasnowidzenia z pomocą przedmiotu lub bez, staje przed problemami interpretacji.



Wrażenia przychodzą na wiele różnych sposobów. Jedna osoba może oglądać zdjęcia; inny może widzieć symbole; inni mogą słyszeć głosy; inni zgłaszają wiedzę poprzez uczucia. Można się spodziewać dowolnej kombinacji tych różnych form odbioru wrażeń. Często informacja jest otrzymywana tak szybko, że podczas gdy wrażliwy opowiada o jednym wydarzeniu z życia człowieka, w oczach umysłu uformowało się już zupełnie inne wrażenie.

Proces jest jeszcze bardziej skomplikowany, ponieważ bliskie relacje emocjonalne są trudne do odróżnienia od rzeczywistych więzów krwi. Następnie dodaj, że silne pragnienia są często nie do odróżnienia od dokonanych wyczynów i łatwiej jest dostrzec, że sama sprawna interpretacja wymaga czasu i praktyki.

Psychometria jest szczególnie korzystna przy próbie demonstracji jasnowidzenia z konkretną osobą w zatłoczonym pomieszczeniu. Pamiętaj, że każda osoba w pokoju emituje energię wibracyjną; więc użycie przedmiotu, który należy do danej osoby, działa jak urządzenie skupiające, co ułatwia ignorowanie krzyżowych prądów wibracji od wszystkich innych osób w pokoju.

Jeśli do psychometrii używa się imienia, a nie przedmiotu, należy użyć pełnego imienia, na przykład John Joseph Smith, Jr. Zamężna kobieta powinna podać swoje nazwisko panieńskie, na przykład Mary Anne Kelly Jones. Zamieszanie może spowodować, że w nazwisku osoby, która próbuje przeprowadzić demonstrację, nie ma młodszego lub starszego tytułu. Takie pominięcie skutkuje zwykle wyłapaniem określonych informacji zarówno o ojcu, jak i o synu. Pamiętaj, że im bliższa więź emocjonalna lub im ważniejsza druga osoba, tym silniejszy będzie wibracyjny efekt tej znaczącej drugiej osoby w polu energetycznym podmiotu.

Fotografie umożliwiają również wywoływanie jasnowidzenia poprzez psychometrię. Warto tutaj zauważyć, że wiele prymitywnych plemion nie pozwalało na robienie zdjęć, wierząc, że aparat uchwycił część duszy jednostki. W przypadku fotografii nie jest konieczne, aby wrażliwi widzieli obraz. Obraz może być wręczony mu twarzą do dołu i po prostu trzymany w obu rękach w celu uzyskania informacji. Pamiętaj, że informacje zostaną zebrane o każdej osobie na zdjęciu, o ważnych osobach w ich życiu, a często o osobie, która zrobiła zdjęcie. W takich przypadkach możliwy jest również rzeczywisty opis zawartości fotografii.

Wielokrotnie podmiot nie może bezpośrednio odnieść się do podanych informacji i musi poprosić osoby blisko z nim związane o



*pomoc w ewentualnej weryfikacji. We wszystkich przypadkach niezwykle ważne są szczegółowe informacje i weryfikacja faktów. Zajmować się ogólnikami to niczego nie demonstrować w dziedzinie badania jasnowidzenia. W miarę możliwości demonstracje należy nagrywać na taśmie i/lub pisać w celu późniejszej weryfikacji. W żadnym wypadku faktów nie należy przekręcać ani w inny sposób odwracać w celu dopasowania do sytuacji lub wydarzenia z życia podmiotu.*

*Żaden zawód w dzisiejszych czasach nie może domagać się absolutnej doskonałości i nie jest to możliwe w dziedzinie jasnowidzenia. Osoba, która przeprowadza demonstrację jasnowidzenia, dobrze by pamiętała i przypominała obecnym podczas demonstracji, że w przypadku radzenia sobie w tak specyficzny sposób z wydarzeniami jasnowidzenia w życiu danej osoby, szanse nie wynoszą 1 do 10, 1 do 100 ani nawet 1 do 1 1000. Jeśli chodzi o konkrety, na przykład: „Twoja lewa noga została złamana w wieku siedmiu lat podczas upadku z frontowych schodów domu twojej ciotki” – szanse są nieskończone.*

*Jasnowidz powinien poinstruować wszystkich obecnych i obecnych obserwatorów, aby nie robili uwag ani słowem, ani mową ciała – na przykład gestów twarzy czy zdziwionych spojrzeń – dopóki jasnowidz nie skończy całkowicie z informacjami, które zamierza przekazać do weryfikacji. Jasnowidz nie powinien patrzeć na przedmiot, gdy relacjonuje otrzymane wrażenia jasnowidzenia. Im mniej temat i obserwatorzy powiedzą przed demonstracją, tym lepiej. Miej się na baczności przed jakimkolwiek rzekomym jasnowidzem, który zasypuje cię pytaniami i obserwuje każdy twój ruch pod kątem jakichkolwiek oznak reakcji podczas demonstracji. W interesie badań naukowych należy przedsięwziąć wszelkie środki ostrożności, aby informacje otrzymane i oznaczone jako wiedza jasnowidzenia nie mogły zostać przekazane żadnymi powszechnie akceptowanymi środkami komunikacji.*

*Dość trudno jest zademonstrować jasnowidzenie w przeszłości z tematem, który demonstrant dobrze znał od dłuższego czasu. Jasnowidz musi wtedy postarać się określić przedział czasowy i podać najdrobniejsze szczegóły, aby rozwiązać wszelkie wątpliwości dotyczące ewentualnej dyskusji na temat tych wydarzeń przed demonstracją. Zawsze łatwiej jest zademonstrować jasnowidzenie z kimś, kto w ogóle nie jest znany lub którego przeszłe życie nie jest znane.*



*Kiedy mamy do czynienia z czasem przyszłym, jasnowidzeniem lub prekognicją, ten brak wiedzy o przeszłych wydarzeniach nie jest tak ważny. We wszystkich prekognitywnych demonstracjach należy jak najdokładniej określić okres, a wydarzenie opisać konkretnie, a nie ogólnikowo. W celu weryfikacji jasnowidzenia w przyszłości, podmiot może zostać poproszony o poinformowanie jasnowidza po upływie przewidywanego okresu czasu, czy zdarzenie rzeczywiście miało miejsce. Jasnowidz również powinien zachować zapis przewidywanych wydarzeń, łącznie z czasem, w którym miały nastąpić. Następnie jasnowidz może skontaktować się z obiektem, aby zachować dokładniejszy zapis trafień i chybień.*

10.

*Ćwiczenia jasnowidzenia.*

#### **JASNOWIDZENIE PRZY UŻYCIU KART ESP.**

*Talia ESP (dostępna w Fundacji Badań nad Naturą Człowieka, Durham, Karolina Północna) składa się z 25 kart z 5 symbolami: kółko, znak plus (+), gwiazda, 3 faliste linie, kwadrat. Każdy symbol pojawia się na pięciu kartach w talii. Metoda w dół.*

*W tym ćwiczeniu karty tasuje się i przecina trzykrotnie metalową krawędzią. Następnie talię odkłada się na bok i na przygotowanej wcześniej kartce badany zapisuje numerami od 1 do 25, w kolejności, w jakiej, według niego, układają się symbole w talii. Dla dokładności należy wykonać co najmniej cztery przebiegi. Statystycznie można się spodziewać, że przypadkowo trafi się pięć trafień. Wielkość odchylenia od pięciu będzie miarą wykazanej zdolności jasnowidzenia. Po zakończeniu czterech przebiegów badany powinien dodać liczbę trafień w każdym przebiegu. Oczekiwana szansa trafień w 4 rundach wynosi 20; więc około 28 trafień przekraczałoby szanse 20 do 1. Jeśli podmiot zdobył 32 lub więcej*



trafić w 4 rundach, jego szanse na wystąpienie szansy wynosiły 250 do 1.

*Dla swojej wygody temat powinien podzielić stronę na kolumny. Kolumna po lewej stronie ma nagłówek Call; prawa kolumna ma nagłówek Kard. Tester zapisuje swoje wrażenia z symboli w talii, od 1 do 25, w kolumnie Call. Następnie przechodzi przez talię, po jednej karcie naraz, odnotowując symbole w ich rzeczywistej kolejności, od 1 do 25, w kolumnie kart. Ta metoda pozwala na szybką weryfikację. (Wstępnie wydrukowane formularze można uzyskać w Fundacji Badań nad Naturą Człowieka, Durham, Karolina Północna)*

## 12.      Technika podstawowa.

*druga karta może być umieszczona na wierzchu pierwszej wylosowanej karty, tak aby podmiot zgromadził drugi stos kart. Po zarejestrowaniu wszystkich wrażeń podmiot odwraca nowy stos kart i rejestruje rzeczywisty wygląd symboli w Kolumna karty. Ponieważ talia została odwrócona, karty pojawią się odkryte w kolejności od 1 do 25. Po zakończeniu czterech rund, kursy podane powyżej również będą miały tutaj zastosowanie.*

-----  
-----  
-- -- --

## 13.

### Ogólne ESP.

*W tym eksperymencie biorą udział dwie lub więcej osób. Talia jest tasowana i cięta jak poprzednio. Jedna osoba obsługuje talię, podczas gdy druga lub inne rejestrują jego wrażenia. Ponieważ technika ta może obejmować zarówno jasnowidzenie, jak i telepatię, osoba wyznaczona do obsługi talii nazywana jest nadawcą.*

*Nadawca bierze z talii jedną kartę na raz i trzyma ją tak, aby tylko on mógł fizycznie zobaczyć symbol na karcie. Nadawca utrzymuje w umyśle obraz tego symbolu przez 10 sekund. Podmiot zapisuje swoje wrażenia; następnie nadawca bierze następną kartę z talii i postępuje zgodnie z tą samą procedurą, co w przypadku pierwszej*



wyciągniętej karty. Aby wskazać postęp w temacie, nadawca po prostu mówi „numer dwa”, zanim zacznie utrzymywać swoje wrażenia myślowe przez 10 sekund. Druga dobrana karta jest następnie kładzona zakrytą na wierzchu poprzedniej karty. Trzecia karta jest dobierana i jego numer (trzy) ogłoszony, a wizualny obraz symbolu jest ponownie przytrzymywany przez 10 sekund. Następnie trzecią kartę kładzie się zakrytą na dwóch poprzednich kartach. Procedura ta trwa, dopóki nadawca nie ogłosi numeru 25, a podmiot zarejestruje swoje wrażenie. Następnie nadawca odwraca nowo uformowany stos i podaje głośno rzeczywisty wygląd symboli – na przykład numer jeden, kwadrat; numer dwa, kółko – podczas gdy podmiot zapisuje tę kolejność w swojej kolumnie Karta. Ponownie po czterech cyklach dodawana jest liczba trafień w każdym cyklu i wydajność jest mierzona zgodnie z danymi statystycznymi podanymi powyżej.

W pierwszych dwóch ćwiczeniach testowane jest tylko jasnowidzenie, ponieważ nikt nie widział rzeczywistej kolejności symboli w talii. W trzecim ćwiczeniu telepatia lub jasnowidzenie mogą być odpowiedzialne za trafienia powyżej przypadku, ponieważ nadawca przechowuje w pamięci obraz symbol tak, jak widnieje na karcie.

14. Techniki ułatwiające jasnowidzenie i telepatię za pomocą kart ESP. 1. Technika oddechu jest niezwykle ważna. Badani powinni wziąć głęboki wdech, wyciągając przeponę i wizualizować, jak oddech przemieszcza się w okolice szczytów (na czole pomiędzy i tuż nad brwiami). Ta technika oddechu powinna być powtórzona trzy razy, zanim badany spróbuje zarejestrować jakiegokolwiek wrażenia.

2. Dla niektórych osób pomocne może być zamknięcie oczu i wizualizacja ekranu projekcyjnego. Wtedy na ekranie pojawi się symbol.

3. Warto przyrzeć się talii i, w pierwszym ćwiczeniu, rozszerzyć w myślach swój wzrok, aby rzeczywiście przejść przez karty i zobaczyć lub poczuć obrazy na ich twarzach. W pierwszym ćwiczeniu wzrok



rozciąga się po jednej karcie na raz, po zarejestrowaniu odcisku poprzedniej karty. Ta sama technika może być zastosowana w drugim ćwiczeniu, ale tutaj konieczne jest rozszerzenie pola widzenia tylko na jedną kartę na raz.

W trzecim ćwiczeniu zarówno nadawca jak i badany wykonują wstępne ćwiczenia oddechowe. Nadawca bierze dodatkowy głęboki oddech za każdym razem, gdy dobiera kartę z talii i utrzymuje jej mentalny obraz w swoim umyśle. Podmiotowi wtedy można pomóc, wizualizując obraz symbolu, który faktycznie wpada do jego głowy. Pomocną techniką rozróżniania pięciu symboli jest użycie rozszerzonej percepcji zmysłowej, aby być świadomym uczucia, jakie daje każdy symbol. Kwadraty wydają się być ciężkie; koła wydają się być lekkie; gwiazdy wydają się być ostre lub spiczaste; faliste linie oddają uczucie ruchu; Znaki plus przekazują połączenie ostrości z pustą przestrzenią. Wraz z praktyką podmiot stanie się świadomy tego, jak każdy symbol czuje do niego mentalnie; wtedy jego liczba trafień powyżej szansy znacznie wzrośnie.

16.

#### ESP Z REGULARNYMI KARTAMI DO GRY.

Ze zwykłej talii kart do gry cztery asy są usuwane i umieszczane obok siebie na górze stołu. Podmiot tasuje pozostałe 48 kart, a następnie trzykrotnie przecina talię metalową krawędzią. Następnie wybiera wierzchnią kartę i kładzie ją zakrytą po jednej stronie talii. Wykorzystując techniki rozszerzonej percepcji zmysłowej, próbuje umieścić tę kartę według koloru na właściwym asie; na przykład, jeśli ma wrażenie, że karta jest karo, kładzie ją zakrytą pod asem karo, tworząc kolumnę podczas dodawania kart. Ta procedura jest kontynuowana, karta po karcie, dopóki podmiot nie dopasuje wszystkich 48 kart do swoich asów. Aby uzyskać istotność statystyczną, konieczne są dwie pełne próby lub przebiegi przez pokład. Gdy podmiot zakończy bieg, układając 48 kart w kolumnach, następnie odwraca karty, po jednej kolumnie; na przykład, wszystkie karty pod kolumną asów karo są odwracane, a trafienia są rejestrowane jako liczba karo faktycznie umieszczonych w kolumnie. Każda kolumna jest rejestrowana w ten sam sposób.

Po zarejestrowaniu liczby trafień w 2 rundach są one sumowane i oceniane zgodnie z następującymi statystykami dla 2 rund: wynik



szansy dla 2 rund wynosi 96 kart z 24 trafieniami; 32 trafienia dadzą szanse 20 do 1. Trafienia 35 i wyższe dają szanse 100 do 1 na ich przypadkowe wystąpienie.

17.

### *Techniki pomocy podmiotowi.*

Wstępne techniki oddychania opisane w poprzednich ćwiczeniach również mają tutaj zastosowanie. Poprzez rozszerzoną percepcję zmysłową podmiot może nauczyć się być świadomym wyraźnych różnic w czterech kolorach. Czerwień daje uczucie lekkości i ciepła. Czerń ma ciężkie, lekko przygnębiające uczucie; diamenty i piki mają ostre odczucie po dotknięciu dzięki rozszerzonej percepcji sensorycznej. Aby odróżnić diament od szpadla, trzeba mieć świadomość uczucia lekkości lub ciężkości, które towarzyszy odczuciu ostrości. Kierki i trefle mają zaokrąglone lub gładkie uczucie. Ponownie podmiot musi rozważyć lekkość lub ciężkość związane z przedłużonym uczuciem okrągłości lub gładkości. Wraz z praktyką podmiot odkryje, że może stać się całkiem biegły w rozróżnianiu zakrytych kart.

17.

### *JASNOWIDZENIE PSYCHOMETRYCZNE.*

*(Jasnowidzenie stymulowane psychometrią podczas trzymania przedmiotu).*

1. Trzymaj przedmiot między rękami. Zegarek lub pierścionek są często najlepszym przedmiotem do wykorzystania w demonstracjach psychometrycznych, ponieważ ich związek z podmiotem zwykle był długotrwały i miał codzienny kontakt. Weź trzy głębokie oddechy, za każdym razem wyciągając przeponę i wizualizując oddech skoncentrowany w okolicy szyszynki (pomiędzy i tuż nad brwiami). Pamiętaj, aby po każdym oddechu rozluźnić mięśnie brzucha.

2. Nie patrz na temat ani nie otrzymuj żadnych informacji zwrotnych, dopóki demonstracja nie zostanie zakończona.

3. Wypowiadaj swoje wrażenia bez cenzury. (Ktoś powinien już



zostać wyznaczony do zapisania twoich wypowiedzianych wrażeń na piśmie; wtedy możesz je zweryfikować na zakończenie demonstracji.) Niezwykle ważne jest, aby twoje pierwsze wrażenia, bez względu na to, jak głupie mogą ci się wydawać, zostały wypowiedziane bez interwencji logicznego rozumowania. Kiedy wchodzi logiczne rozumowanie, odchodzi stan zmienionej świadomości związany z jasnowidzeniem. Pierwsze wrażenia, jakie otrzymujesz, mogą dotyczyć różnych zmysłów i mogą przedstawiać się Tobie na różne sposoby.

Kiedy ustaje swobodny przepływ wrażeń, nadszedł czas, aby mentalnie poszerzyć swoje zmysły o konkretne informacje. Na przykład, jeśli opis domu osoby nie nadszedł w okresie swobodnego przepływu wrażeń, zadaj sobie w myślach bycie świadomym domu tej osoby. Rozszerz swój zmysł wzroku, aby być świadomym architektury, rozmieszczenia mebli, koloru, obrazów na ścianach i wszelkich nietypowych przedmiotów w pomieszczeniu. Wypowiadaj te wrażenia tak szybko, jak do ciebie przychodzą. Jeśli wydaje się, że dana osoba ma fioletową sofę w pomarańczowe kropki i żółte paski, powiedz to. Nie daj sobie myśleć, że nikt przy zdrowych zmysłach nie posiadałby takiej sofy. Możesz być zaskoczony, jak wiele pozornie absurdalnych wrażeń zostaje zweryfikowanych po zakończeniu demonstracji.

4. Następnie rozszerz inne zmysły, aby otrzymać konkretne informacje na temat innych pytań. Zmysły słuchu, smaku, węchu i dotyku mogą być rozszerzone dokładnie tak, jak zmysł wzroku. Na przykład, jeśli chcesz wiedzieć, jakie jest ulubione jedzenie badanego, powinieneś zadać sobie pytanie mentalnie, poszerzając zmysł węchu i smaku, aby uzyskać pożądaną informację. Możesz odczuwać w ustach bardzo słony lub bardzo słodki lub kwaśny smak. Może się również okazać, że ze słonym smakiem w ustach wiąże się uczucie kruchości na języku. Wrażenie wytworzone z tych wrażeń może być takie, że podmiot rozkoszuje się chipsami ziemniaczanymi. Jeśli trudno jest wyobrazić sobie czyjąś radość z chipsów ziemniaczanych, ponownie nie powinieneś pozwolić, aby logiczne rozumowanie lub osobiste preferencje wkroczyły w tę sytuację.

5. Możesz potrzebować informacji o konkretnym okresie życia podmiotu. Na przykład, chociaż jesteś osobą dorosłą, możesz potrzebować informacji dotyczących tematu w ósmym roku życia. W tej sytuacji rozszerz swoje zmysły w czasie, pamiętając, że to, co



*było, nigdy nie jest całkowicie stracone. Zapytaj siebie mentalnie, jakie konkretne wydarzenia miały szczególny wpływ na badanego w wieku ośmiu lat. Po tym mentalnym pytaniu może nastąpić okres swobodnego przepływu wrażeń. Odnieś te informacje w miarę ich pojawiania się. Teraz zadaj sobie w myślach świadomość domu badanego podczas jego ośmiu lat. Rozszerz wszystkie zmysły jak wyżej. Ta technika zadawania pytań w celu uzyskania konkretnych informacji może być stosowana w nieskończoność.*

*6. Przeszłość medyczna często jest cennym obszarem, w którym można wykazać specyfikę tej techniki. Zapytaj siebie w duchu o informacje na temat fizycznego, emocjonalnego i psychicznego stanu podmiotu, jaki był w przeszłości i jaki istnieje teraz. Pojawią się informacje o swobodnym przepływie. Następnie możesz zadać mentalne pytanie: „Czy ta osoba ma jakieś blizny lub możliwe do zidentyfikowania ślady, które są przykryte ubraniem?” Jeśli chcesz uzyskać informacje medyczne z określonego okresu życia, wystarczy zadać mentalne pytanie: „Co to było stan fizyczny, emocjonalny i psychiczny osoby w 21. roku życia.”*

*7. Jak powinno być już oczywiste, informacje mogą być tak szczegółowe i konkretne, jak tylko sobie tego życzysz, po prostu zadając sobie nakreślone mentalne pytania i rozszerzając swoje zmysły, aby być świadomym odpowiedzi.*

20

## *2 Telepatia.*

*Prawie każdy człowiek w pewnym momencie doświadczył spontanicznej telepatii. Incydent mógł dotyczyć dwóch osób, które wypowiedziały identyczne słowa w tym samym momencie. Albo dana osoba mogła o kimś pomyśleć, odebrała telefon i odkryła, że osoba dzwoniąca była tą samą stroną, o której się myśli.*

*Pomysł, że jeden umysł może komunikować się z innym umysłem lub rzeczywiście. z wieloma umysłami jednocześnie oczarowywał i*



zadziwiał człowieka od początku opowiadanej historii. Twórcy pisarze, pisarze science fiction. a poeci często używali jako tematu idealnej formy komunikacji, kontaktu umysł-umysł, bez słowa wypowiedzianego.

Nauka badała ideę telepatii za pomocą nowoczesnych instrumentów naukowych, takich jak elektroencefalograf. Rosjanom udało się zademonstrować telepatię między dwojgiem ludzi, jedną w Moskwie, a drugą w Leningradzie. Naukowcom w Rosji udało się również wykazać za pomocą elektroencefalografu dokładny moment, w którym komunikacja telepatyczna opuszcza nadawcę i moment, w którym wchodzi do umysłu odbiorcy.

Telepatia ma do zaoferowania ludzkości możliwość, że pewnego dnia głusi i niemi będą mogli komunikować się telepatycznie. Dla tych, którzy potrafią wypowiadać swoje myśli i słyszeć komunikaty głosowe, telepatia oferuje możliwość otwartej komunikacji w sytuacjach zagrożenia, jak również w życiu codziennym.

Skuteczność angażowania zmysłów w komunikację telepatyczną została udowodniona na przestrzeni dwóch lat na zajęciach i eksperymentach przeprowadzonych na Georgia State University w Atlancie w stanie Georgia. Zastosowano różne techniki do oceny warunków uczenia się sprzyjających zarówno wysyłaniu, jak i odbieraniu komunikacji telepatycznej. Techniki te zaczynały się od wysłania przez nadawcę tylko słowa, tytułu książki lub karty do gry ze zwykłej talii 52 kart i stopniowo angażowały zmysły w kolejności sekwencyjnej.

Na przykład początkowe eksperymenty wymagały jedynie, aby nadawca skoncentrował się na słowie kwiat. Wtedy nadawca próbował nie tylko przekazać słowo kwiat, ale także zawrzeć konkretny obraz czerwonej róży. Stwierdzono, że dodanie wizerunku czerwonej róży do myśli o słowie kwiat było chętniej przyjmowane.

Ponieważ każdy nowy zmysł był zaangażowany w przekazywaną wiadomość, dokładność odbioru wzrastała fenomenalnie. Produkt końcowy, wiadomość wysłana telepatycznie przy użyciu każdego z powszechnie akceptowanych zmysłów, może wyglądać następująco. Nadawca, chcąc przekazać mentalny obraz kwiatu jednemu lub kilku podmiotom, wyobrażałby sobie czerwoną różę, aby była wyraźnie widoczna okiem umysłu. Dodawał do tego zapach kojarzący się z rozkwitającymi różami, a potem w myślach bardzo lekko przesuwiał ręką po kwiatku, aby w swoim mentalnym obrazie zawrzeć miękkość i ciernie kojarzone z różami. Aby zaangażować



zmysły słuchu i smaku, nadawca przypominał sobie w myślach odgłosy pszczoł unoszących się nad różanym ogrodem i dotykał w myślach płatka róży na języku.

Pełne wykorzystanie wszystkich zmysłów pobudza przekaz telepatyczny, który telepatycznie trafia do odbiorcy przez pięć drzwi jednocześnie. Im większe bombardowanie i zaangażowanie zmysłów, z którymi odbiorca jest dobrze zaznajomiony, tym większa jest jego dokładność w odbiorze telepatycznym.

Eksperymenty telepatyczne nie ograniczały się do ludzi. Dr Karlis Osis intensywnie pracował nad telepatią u kotów, a jedno z pierwszych przedsięwzięć badawczych dr IB Rhine w dziedzinie parapsychologii dotyczyło konia, który miał mieć zdolności telepatyczne. Co ciekawe, dr Rhine i jego współpracownicy nie mogli znaleźć logicznego wytłumaczenia sposobu, w jaki zwierzę wykonywało polecenia mentalne, i pozostawiono im telepatię jako jedyny sposób interpretacji zachowania zwierzęcia.

Ponieważ czytelnik dowiedział się już, że mózg działa na impulsy elektryczne, pomyśl, że myśl jest w rzeczywistości wzorowaną energią, nie powinien być zbyt trudny do zaakceptowania. Ludzki umysł wydaje się zdolny do wysyłania myśli na dużą odległość lub do kogoś w tym samym pomieszczeniu. Należy tutaj pamiętać, że aby potwierdzić komunikację telepatyczną, należy być w stanie wykluczyć możliwość jakichkolwiek zwykłych bodźców zmysłowych. Nie można przecenić nacisku na ścisłe ramy naukowe. Wszystkie eksperymenty telepatyczne muszą być poprzedzone praktycznymi sposobami wykluczenia jakiejkolwiek możliwości komunikacji innej niż umysł-umysł.

W telepatii, podobnie jak w jasnowidzeniu i psychometrii, ważne jest, aby czytelnik zdał sobie sprawę, że nie robi nic więcej niż tylko rozszerzanie swoich normalnie akceptowanych zmysłów. W rzeczywistości, wysyłając telepatyczną wiadomość, im bardziej nadawca jest w stanie zaangażować swoje zmysły w myśl, którą chce przekazać, tym łatwiej będzie odbiorcy odebrać i zinterpretować wiadomość.



## Ćwiczenia telepatii.

1. To ćwiczenie może obejmować dwie lub dowolną liczbę osób. Osoba wybrana jako nadawca zabiera odbiorców w wyimaginowaną podróż. Mówi głośno: „Zabiorę cię na zakupy” lub „Zabiorę cię w miejsce, które wiele dla mnie znaczy”.

Nadawca następnie wypowiada linię, pozostawiając puste oświadczenie, które odbiorca musi wypełnić po otrzymaniu telepatycznej wiadomości. Na przykład: „Idę do sklepu określonego typu. Wchodząc do sklepu jestem szczególnie świadomy zapachu, który zdaje się przenikać otoczenie. Mam zamiar doświadczyć tego zapachu i przekazać go wam. Rozszerzcie ze mną swoje zmysły i zapiszcie, nie komunikując się między wami, zapach, który czuję, że próbuję wam przekazać.” „Przechodzę teraz po sklepie. Mój wzrok przykuwa konkretny artykuł; kolor robi na mnie wrażenie i dotykam artykułu. Teraz przekażę wam poprzez myśl kolor i fakturę, które doświadczam”. „Poszerz swój wzrok i zmysł dotyku i podziel się moim doświadczeniem. Tak jak poprzednio, bez komunikacji między sobą, zapisz swoje wrażenia”.

To ćwiczenie można kontynuować, włączając 10 oddzielnych doświadczeń w wyimaginowanej podróży. W każdym doświadczeniu czytelnik powinien starać się zaangażować jak najwięcej zmysłów.

2. To ćwiczenie może również obejmować dwie lub dowolną liczbę osób. Mogą znajdować się w tym samym pomieszczeniu lub mogą być fizycznie odsunięte od nadawcy na dowolną odległość. Ćwiczenie polega na telepatycznej komunikacji rysunku lub szkicu, który odbiorca ma powielić.

Na początku można użyć prostych figur geometrycznych. Można również użyć prostych przedmiotów, takich jak filiżanka i spodek lub domek. Pomysł polega na tym, aby odbiorca jak najdokładniej powielił szkic, który nadawca rysuje i komunikuje. Wraz z rozwojem większej biegłości można stosować bardziej szczegółowe rysunki. Na przykład zamiast uproszczonego obrazu domu, nadawca może umieścić w domu określoną liczbę okien, drzew otaczających dom lub określony rodzaj drzwi. Powodzenie eksperymentu ponownie będzie zależać od tego, jak bardzo szkic odbiorcy będzie przypominał oryginalny szkic nadawcy.



3. To ćwiczenie polega na użyciu talii zwykłych kart do gry. Po przetasowaniu i pocięciu talii nadawca bierze górną kartę i próbuje przekazać odbiorcy lub odbiorcom numer i kolor wybranej karty. Znowu trzeba wprowadzić do gry zmysły.

Dzięki eksperymentom stwierdzono, że ludzie postrzegają kolor czerwony jako ważący mniej niż czarny. W ten sposób odbiorca mógł rozróżnić te dwa kolory, pozwalając sobie na uświadomienie sobie lekkości lub ciężkości.

Przy określaniu koloru karty wykazano, że kiery i trefle są postrzegane jako okrągłe obiekty. Serce można odróżnić od maczugi po stopniu ciężkości związanym z okrągłym kształtem. Diamenty i piki odbierane są jako ostre przedmioty, uczucie ostrości. Tutaj znowu stopień ciężkości pozwala odbiorcy odróżnić skafander. Wizytówki są odbierane jako zatłoczone wzory, uczucie pełności.

Gdy odbierający ustali, że w grę wchodzi karta z figurami, musi tylko wrócić do wspomnianego powyżej ćwiczenia w celu rozróżnienia koloru. Sugeruje się, aby to ćwiczenie wykonać ze wszystkimi 52 kartami. Jeśli uczestnicy nie mają czasu na przejrzenie całej talii, talię należy odłożyć na bok w dwóch stosach – jeden stos na karty już wysłane i ułożone w kolejności ich pojawiania się, drugi stos na niewysłane karty, który jest układany na bok, bez naruszania kolejności kart lub patrzenia na karty w celu ustalenia ich kolejności w talii. Weryfikacja łączności telepatycznej nie może nastąpić, dopóki cała talia 52 kart nie zostanie wysłana. Ukończenie pozwala, aby statystyki dla każdego dokładnego trafienia (króla kier) pozostały 1 do 52, a 2 lub więcej trafień można było łatwo obliczyć na podstawie tej podstawy prawdopodobieństwa.

### 3 Ludzka aura.

Ludzka aura jest silnie naładowanym polem magnetycznym, które otacza i przenika ludzkie ciało. Chociaż można nauczyć się widzieć aurę w ciągu 5 lub 10 minut, większość ludzi nie zdaje sobie sprawy z jej istnienia, prawdopodobnie z powodu funkcjonalnej ślepoty.



Ludzie często widzą selektywnie patrząc na przedmiot; mogą więc być nieświadomi wielu szczegółów w przedmiocie, ponieważ zajmowali się tylko pewnymi cechami.

Przeprowadzono wiele badań związanych z ludzką aurą. Dr Walter I. Kilner, lekarz w szpitalu St. Thomas Hospital w Londynie, przeprowadził pierwsze znane eksperymenty naukowe w określaniu metodami laboratoryjnymi natury aury. Eksperymenty te rozpoczęto w 1908 roku, kiedy dr Kilner po raz pierwszy zauważył mgłę wokół ludzkiego ciała. Zainteresował się badaniem możliwości, że ta mgła lub aura może odzwierciedlać stan fizjologiczny człowieka i rzeczywiście odkrył, że określone kolory i wzory w aurze towarzyszą pewnym chorobom w ciele. W 1920 roku dr Kilner opublikował swoją książkę, *Human Atmosphere*, po której nastąpiła *Human Aura*. To była opinia dr Kilnera, że 95 na 100 osób z niewspomagany widzeniem może być wyszkolonych, aby widzieć i interpretować aurę.

W Rosji forma fotografii, metoda Kirlianowska, umożliwiła naukowcom fotografowanie i ocenę pola magnetycznego otaczającego wszystkich żywych ludzi. Niedawno na Uniwersytecie Stanforda amerykańscy naukowcy powielili rosyjski wyczyn, fotografując ludzką aurę w kolorze. Inny badacz z Cornell, dr Otto Rahn, odkrył po szeroko zakrojonych badaniach, że najsilniejsze ludzkie promieniowanie emanuje z opuszków palców prawej ręki. To odkrycie było od dawna znane osobom zajmującym się uzdrawianiem psychicznym.

Dowody na to, że aura była widziana od wieków, chociaż jej dokładna natura nie była znana, można znaleźć na obrazach religijnych przedstawiających aureole wokół ciał świętych i proroków. Dzięki wysiłkom wielu badaczy jesteśmy teraz w stanie formułować konkretne, weryfikowalne wypowiedzi na temat ludzkiej aury. Pole magnetyczne, które bezpośrednio otacza ciało i rozciąga się na około 1/8 cala wokół wszystkich części ciała, w tym włosów, jest zwykle nazywane ciałem eterycznym lub bioplastycznym. To wąskie pasmo jest wrażliwe na dotyk i bez trudu można nauczyć się być świadomym jego istnienia. Kilku badaczy odkryło, że ta wewnętrzna aura reaguje na magnes; może być przyciągany do magnesu, ale sam nie jest magnesem. Więc aura ma masę, prawdopodobnie z powodu obecności cząstek żelaza.

Aura rozciąga się dalej wokół takich wypustek jak sutki i palce niż od bardziej płaskich powierzchni. Warto tutaj zauważyć, że ten stan



dotyczy również przewodnika naładowanego elektrycznie.

Naukowcy z Rosji, Stanów Zjednoczonych i Anglii odkryli, że za pomocą aury możliwe jest przekazanie korzystnej myśli, być może niewielkiego ładunku energii elektrycznej. Im jaśniejsza aura danej osoby, tym silniejszy ładunek elektryczny, który jest w stanie przekazać innej osobie. Używając technik oddechu, osoba może nauczyć się zwiększać energię w aurze i kierować ją dowolnie przez i do danego punktu.

Kiedy ktoś po raz pierwszy staje się świadomy aury, może nie być jednocześnie świadomy jej różnych kolorów i wzorów. U wielu ludzi zdolność widzenia kolorów i wzorów w aurze wydaje się być funkcją czasu i praktyki; inni widzą kolor od razu; jeszcze inni donoszą, że tęcza światła była świadoma od dzieciństwa. Chociaż pole interpretacji kolorów związane z aurą wciąż wymaga wielu badań i udoskonaleń, można poczynić kilka stwierdzeń w odniesieniu do związku pomiędzy obecnością pewnych kolorów a stanem fizjologicznym, emocjonalnym i psychicznym osoby. Większość zebranych do tej pory dowodów miała charakter empiryczny; sam obszar jest otwarty na znacznie głębsze badania w interpretacji poszczególnych odcieni i odcieni.

Oto kilka ogólnych interpretacji poszczególnych kolorów aury. Czerwony zwykle reprezentuje witalność i energię.

Eksperymentalnie stwierdzono, że gdy osoba wpada w gniew, w polu aury dominuje kolor czerwony. Kolor niebieski koreluje najczęściej z dążeniami filozoficznymi. Wiele badań pozostaje do zrobienia w odniesieniu do konkretnych odcieni niebieskiego. Żółty koreluje z taką aktywnością umysłową, jak logiczne rozumowanie i krytyczna analiza. Stwierdzono, że czerń koreluje z nastrojami złośliwości, nienawiści i ciężkiej depresji. Kolor biały wymaga znacznie więcej badań. Jogini i inni okultyści uważają to za oznakę wysoce rozwiniętej istoty, takiej jak mistrz lub guru. Wokół i w pobliżu chorych narządów znaleziono brązowe plamy, a szarość wydaje się korelować z negatywnymi emocjami, takimi jak strach, łagodna depresja, i ogólnie negatywne nastawienie. Stwierdzono, że żółtawo-zielona limonka koreluje z oszustwem. Spokojna, głęboka zieleń często spotykana jest wśród ludzi, którzy bardzo kochają spędzanie czasu na świeżym powietrzu. Uczeń musi pamiętać, że wiele pozostaje do odkrycia na temat koloru i wzoru w ludzkiej aurze oraz tego, jak odnosi się on do człowieka w życiu codziennym.



32      Ćwiczenia z ludzką aurą.    OGLĄDANIE AURY INNYCH.    1. Wybierz pomieszczenie ze ścianą bez wzoru.    2. Oświetlenie powinno wystarczyć, aby osoby znajdujące się w pomieszczeniu mogły rozróżnić cechy osoby, której aura ma być oglądana.    3. Widzowie powinni patrzeć na czoło obiektu (obiekt ustawiony przed neutralną ścianą). Widzowie powinni pozwolić swoim spojrzeniom wędrować po głowie i reszcie ciała.

4. Aby wzmocnić energię w aurze, podmiot powinien zostać poinstruowany, aby wziął głęboki oddech, upewniając się, że rozciąga przeponę podczas wdechu. Osoba badana powinna wtedy wyobrazić sobie i będzie robić wdech na sam czubek głowy. Podczas tego procesu osoba powinna rozluźnić mięśnie brzucha.

5. Gdy badany nabierze oddechu i zmusi go do czubka głowy, widz powinien skoncentrować wzrok na obszarze głowy, a zwłaszcza na czubku głowy. Aura zwykle jest postrzegana jako zmieniająca się lekka mgła lub zamglenie (tj. wielu ludzi opisuje wygląd aury jako podobny do fal ciepła, które wznoszą się z ziemi w bardzo gorący dzień).

6. Aby dodatkowo potwierdzić, że przyciąganie energii w aurze może być kontrolowane, podczas gdy widzowie koncentrują się na czubku głowy, podmiot powinien wziąć kolejny głęboki oddech i ponownie skierować ten oddech na obszar głowy. Widzowie powinni wtedy być w stanie zobaczyć wzrost jasności aury i być świadomym jej fluktuacji pod kontrolą woli.

7. Obiekt powinien teraz wyciągnąć rękę, dłoń skierowaną w stronę widzów, palcami skierowanymi w stronę sufitu. Głęboki wdech powinien być tak jak poprzednio, ale tym razem badany powinien wyobrazić sobie oddech skoncentrowany w dłoni.



Widzowie są instruowani, aby byli świadomi aury i jej fluktuacji, szczególnie na wyciągnięcie ręki.

8. Wpatrywanie się nie jest konieczne i nie jest zachęcane. Jeśli widz ma jakiegokolwiek wątpliwości co do tego, co obserwuje, powinien na chwilę odwrócić wzrok, a następnie ponownie spojrzeć na obiekt.

9. Zdolność widzenia kolorów w polu aurycznym może być od razu obecna u widza lub może być rozwijana poprzez praktykę.

10. Za pomocą dużego magnesu można przeprowadzić prosty eksperyment, który da dowód na to, że aura ma masę.

11. Należy wybrać osobę, która stanie w pobliżu obiektu, trzymając w ręku magnes. Magnes powinien znajdować się w odległości około półtora do dwóch stóp od ciała obiektu.

12. Obiekt ponownie bierze głęboki oddech, a widzowie powinni zwrócić szczególną uwagę na obszar, w którym trzymany jest magnes. Aura pobiegnie do magnesu.

35.

#### PODGLĄD WŁASNEJ AURY.

1. Wybierz pomieszczenie z lustrem naprzeciw neutralnej ściany. Łazienka w większości domów czy mieszkań bardzo dobrze sprawdza się w tym celu.

2. Wyłącz światło w pomieszczeniu, w którym przeprowadzasz eksperyment, upewniając się, że światło na zewnątrz pomieszczenia emituje wystarczającą ilość światła, abyś mógł odróżnić swoje cechy w lustrze.

3. Weź głęboki oddech i wyobraź sobie oddech wypełniający głowę.

4. Powinieneś szybko zorientować się w aurze w okolicy głowy.

5. Można wziąć dodatkowy wdech i ponownie skierować go na głowę, aby zwiększyć intensywność pola aury i uwydatnić jego fluktuacje.

6. Tak jak podczas oglądania aury innych, twoja własna aura pojawi się jako lekka mgiełka lub zamglenie.

7. Rozróżnianie kolorów aury może być możliwe natychmiast lub rozwinie się wraz z praktyką. **DOŚWIADCZANIE AURY POPRZEZ DOTYK.** Temat ćwiczenia powinien zwiększyć energię w aurze poprzez opisane wcześniej techniki oddechowe. Ci, którzy biorą udział w ćwiczeniu, powinni stać bezpośrednio przed badanym,



*jedna osoba na raz, i umieszczać ręce w odległości około sześciu cali z każdej strony głowy badanego. Uczestnik powinien wtedy zamknąć oczy i pozwolić sobie na umieszczenie całej świadomości w swoich rękach. Podmiot następnie bierze kolejny głęboki oddech z przepony i mentalnie wyobraża sobie, jak oddech wypełnia i opuszcza jego głowę.*

*Uczestnik prawdopodobnie odczuje uczucie ciepła i ruch wokół dłoni. Technika ta okazała się bardzo skuteczna w umożliwieniu niewidomym doświadczenia ludzkiej aury.*

36

#### **WPŁYW MAGNESU NA AURĘ.**

*Kiedy podmiot ustawi się przed neutralną ścianą i podniesie poziom energii w swojej aurze poprzez oddychanie, jak opisano wcześniej, uczestnicy umieszczają duży magnes w kształcie podkowy, w przybliżeniu cztery cale po obu stronach głowy podmiotu. Uczestnicy przekonają się, że umieszczenie magnesu w tej pozycji podczas oglądania aury daje ciekawy efekt. Wewnętrzna aura biegnie lub rozciąga się na spotkanie z magnesem. Magnes można umieścić w tej samej odległości od ciała w dowolnym innym miejscu i uzyskamy ten sam efekt. Ten eksperyment wskazuje, że aura posiada masę i może być wykorzystana jako cenny przykład w odpowiedzi na pytanie o magię po.*

36

#### **4 Psychokineza.**

*Ze wszystkich dziedzin objętych parapsychologią psychokineza jest prawdopodobnie najbardziej fascynującym i obiecującym*



obszarem ludzkiego potencjału. Psychokineza, zwykle określana jako PK, opisuje koncepcję, zgodnie z którą umysł faktycznie może wywierać wpływ na zewnętrzne obiekty materialne. PK był używany eksperymentalnie do kontrolowania rzutu kostką i hamowania wzrostu kultur chorób roślin. Stosowano go również do przyspieszania wzrostu roślin i przywracania przytomności uśpionych myszy na długo przed normalnym zniknięciem efektów znieczulenia.

Pomysł, że umysł może przemierzać przestrzeń i sprawiać, by jego skutki były odczuwalne przez obiekty materialne, może na pierwszy rzut oka wydawać się zdumiewający. Jednak naukowcy nie próbują już udowadniać możliwości takiego zdarzenia, lecz szukają praktycznych zastosowań dla zjawiska, które zostało już eksperymentalnie udowodnione. Badania przeprowadzone w Związku Radzieckim przez dr Pavla Naumova i w Stanach Zjednoczonych przez dr JB Rhine i dr Louisa E. Rhine wykazały ponad wszelką wątpliwość, że PK – zdolność umysłu do wpływania na obiekty materialne – jest rzeczywistością. Większość badanych Rhines'a nie uważała, że mogą kontrolować zdarzenia zewnętrzne czystą siłą umysłu, ale większość z nich wykazywała wyraźne zdolności psychokinetyczne. Wszyscy badani wykazywali zdolność PK w różnym stopniu.

Pytanie, jaka siła lub energia jest odpowiedzialna za efekt PK, naturalnie staje przed logicznym umysłem. Chociaż obecnie nie są dostępne żadne odpowiedzi na pat, kilka teorii zostało przedstawionych zarówno w Rosji, jak i w Stanach Zjednoczonych.

Po przestudiowaniu Mikailovej i innych przeszkolonych w celu rozwijania tego ukrytego talentu, radzieccy naukowcy zaproponowali teorię, że psychokineza obejmuje przemianę energii fizycznej w energię psychiczną, która jest następnie przekształcana w energię kinetyczną, która opuszcza podmiot i wywiera swoją siłę na obiekty materialne. Głównym powodem tego wniosku jest to, że Mikailova i inne osoby tracą od trzech do czterech funtów podczas sesji eksperymentalnej.

JB Rhine wysunął teorię, że PK ma swoje podstawy w relacji między umysłem a ciałem. Uważa, że energia musi być wykorzystywana do kierowania energią; dlatego PK zaczyna się od użycia bezpośredniej energii nerwowej, a energia nerwowa przekształca się w energię mięśniową. Ta energia mięśniowa lub kinetyczna kieruje następnie ruchem obiektów materialnych.



Kluczem do zrozumienia podejścia Rhine'a jest uświadomienie sobie, że dla niego umysł nie jest uwięziony w fizycznym ciele, ale może przemierzać przestrzeń, a być może nawet sam czas.

Ważnym faktem, o którym należy pamiętać, jest to, że PK można badać i mierzyć naukowo. Trzeba też pamiętać, że PK to forma energii, która wymaga znacznie więcej badań.

Praktyczne zastosowania PK są liczne i różnorodne. Naród, który wykształcił w swoich obywatelach zdolność odbijania igły kompasu na ogromne odległości w kosmosie, może zyskać broń strategiczną. Kompas statku na morzu, kompas samolotu w powietrzu lub kompas jednostki w terenie można odchylić samą siłą myśli. Eksperymenty wykazały, że PK może być również używany do dezorientacji żyroskopu – mechanizmu kierującego międzykontynentalnymi pociskami balistycznymi.

Psychokineza z pewnością będzie miała znaczący wpływ na biologię i fizykę. Biolodzy tradycyjnie uważali, że skutki fizyczne są wytworem przyczyn fizycznych. Eksperymenty PK wykazały, że możliwe jest użycie umysłu do kontrolowania tempa bicia serca – a nawet zatrzymania bicia serca – do kontrolowania ciśnienia krwi oraz do utrudniania lub przyspieszania wzrostu roślin w zależności od woli osoby przekazującej energia psychokinetyczna. Biologia jako nauka nie może długo ignorować eksperymentów, które tak bardzo na nią wpływają. Ponieważ fizyka jako nauka zajmuje się energią, psychokineza naturalnie mieści się w jej sferze. Być może fizycy będą musieli odpowiedzieć na pytanie parapsychologa: „Jaka jest natura energii psychokinetycznej?”

Bez względu na to, z jakiej dyscypliny pochodzi odpowiedź na to pytanie, eksperymentów, które doprowadziły do tego pytania, nie można i nie wolno ignorować. Odkrycie natury psychokinezy i rządzących nią praw może być odpowiedzią na to, co często mówi się o wyczerpywaniu się energii w przyszłości.

40            ćwiczeń psychokinezy.            KONTROLA UPADKU KOŚCI.    1. Zacznij od użycia pary kostek. Po kilku godzinach ćwiczeń można dodać więcej kości, aby zmniejszyć liczbę rzutów niezbędną do uzyskania statystycznie istotnych wyników.    2. Wykonaj ćwiczenia oddechowe opisane w Rozdziale 1.    3. Ważne jest, aby mieć w umyśle wyraźny obraz twarzy kostki, którą chcesz być na szczycie, gdy kostka zatrzyma się.



4. Zaczynij od wybrania liczby od 1 do 6. W celu ilustracji użyjemy liczby 3 w omówieniu tego ćwiczenia. Kości powinny być rzucone z kubka, a nie z dłoni.

5. Mając w pamięci wybraną liczbę, weź głęboki oddech, wyobraź sobie, że kostki już spadły z żądaną liczbą na odwróconych ściankach i wyrzuć kostkę z kubka. Należy używać tablicy i rzucać kostkami tak, aby uderzały i odbijały się od jej powierzchni.

6. Przy użyciu dwóch kostek sugeruje się wykonanie sześciu przebiegów, aby ustalić istotność statystyczną powyżej średniej oczekiwanej szansy. Każdy rzut powinien składać się z sześciu rzutów dwiema kośćmi, ponieważ średnia oczekiwana szansa dla dowolnej liczby rzutów wynosi jedną szóstą całkowitej liczby kości rzuconych przez przypadek. W 6 seriach po 6 rzutów, sam przypadek dawałby 12 trafień. Dlatego 17 trafień dałoby szanse 20 do 1; 18 trafień dałoby szanse 100 do 1. Oznacza to, że szansa wyliczyłaby taką liczbę trafień tylko raz na 100 prób.

7. Poniższe statystyki dotyczą użycia dwóch kości, sześć rzutów w każdej próbie. W 12 rundach średnia oczekiwana szansa to 24 trafienia; 30 trafień daje szanse 20 do 1, a 32 trafienia 100 do 1.

8. Możesz zmniejszyć liczbę przebiegów niezbędnych do uzyskania istotności statystycznej, rzucając jednocześnie sześcioma kośćmi. W tym przypadku potrzeba 10 przebiegów, każdy składający się z 24 rzutów. Ponieważ całkowita liczba rzutów wynosi 240, średnia oczekiwana szansa wyniesie 40 trafień lub jedną szóstą całkowitej liczby rzutów. **PRZEKIEROWANIE IGŁY NA KOMPASIE POPRZEZ PK.** 1. Kompas nie musi być drogi, ale powinien cechować się akceptowaną niezawodnością. 2. Wykonaj ćwiczenia oddechowe opisane w Rozdziale 1. 3. Umieść kompas na płaskiej powierzchni przed sobą, usuwając wszystkie inne obiekty w



*bezpośrednim sąsiedztwie. Upewnij się, że kompas jest ustawiony tak, aby był skierowany na północ, a igła nie poruszała się.*

*4. Weź kolejny oddech. Czy krążenie oddechu jak opisano wcześniej. Skieruj oddech na opuszki palców i oczy. Wyobraź sobie, że palce wydłużają się w wyniku projekcji energii opuszczającej twoje palce. Umieść ręce nad kompasem, chcąc, aby energia oddechu przepłynęła przez dłonie, jak gdyby faktycznie pchała igłę w pożądanym kierunku za pomocą energii przechodzącej przez palce.*

*5. Wizualizuj tę samą energię wychodzącą przez oczy. Wyobraź to sobie jako dwa promienie światła, które wychodzą z twoich oczu, stykają się z igłą kompasu i przesuwają ją w żądanym kierunku.*

*6. Wykorzystaj wyobraźnię i wolę, aby przedstawić w swoim umyśle rzeczywiste rezultaty, które chcesz osiągnąć. We własnym umyśle zobacz, jak igła się porusza i zaakceptuj fakt jako już dokonany.*

*7. Skoncentruj się na promieniach energii opuszczających palce i oczy, popychając igłę w pożądanym kierunku zmiany. Na początku pomocne może być poruszanie rękami w przód i w tył nad kompasem, dzięki czemu energia nabierze rozpędu, gdy pole energii wokół samego kompasu zostanie zakłócone przez wprowadzaną do niego energię PK. Najczęściej igła na początku będzie się kołysać na wschód i zachód małym łukiem, który będzie się zwiększał w miarę powtarzania ćwiczeń oddechowych i rozszerzania energii na igłę.*

*8. Gdy ten ruch łuku będzie już w toku, jesteś gotowy do rozpoczęcia kontroli określonego kierunku, w jakim przyjmie igła. Na przykład, jeśli chcesz, aby igła przesunęła się na wschód o 20 stopni, przenieś obie ręce nad rzeczywistą północ i przesun je szybko w kierunku wschodnim, pozwalając energii z twoich oczu na pchanie igły, dodając dodatkowego pędu do jej ruchu kierunkowego.*

*9. Zwiększanie stopni ugięcia jest kwestią praktyki, a ci, którzy poważnie chcą rozwinąć tę umiejętność, będą ćwiczyć pół godziny dziennie. Ćwiczenia oddechowe, wizualizacja energii i siła woli są*



kluczowymi czynnikami w celowym wykorzystaniu energii psychokinetycznej. **RUCH MAŁYCH OBIEKTÓW POPRZEZ ENERGIĘ PK.**

1. Wykonaj ćwiczenia oddechowe z rozdziału 1.
2. Wybierz lekki przedmiot, taki jak zapalka lub spinacz do papieru, aby rozpocząć ćwiczenie.
3. Trzymaj ręce nad obiektem, jak pokazano w poprzednim ćwiczeniu. Obiekt należy przykryć szkłem, aby zapobiec interferencji prądów powietrza.
4. Postępuj zgodnie ze wskazówkami podanymi w poprzednich ćwiczeniach, wybierając kierunek, w którym chcesz, aby obiekt się poruszał i kierując swoją energię tak, aby popychała obiekt w tym kierunku.
5. Ponownie, poważna praktyka musi obejmować co najmniej pół godziny każdego dnia.

45

## 5 Średniowieczność.

Ze wszystkich dziedzin związanych z parapsychologią, medium to ten, w którym najczęściej spotyka się nieuczciwych praktyków. Ważność mediumizmu – to znaczy bezcielesnej istoty, komunikującej się z żywymi istotami poprzez żywą osobę zwaną medium – była kwestionowana od czasu zapisanej historii.

Sama śmierć jest niewiadomą. Kwestię przetrwania duszy czy osobowości po śmierci można znaleźć w każdej kulturze, od jaskini do współczesności. Grecka wyrocznia delficka jest historycznie określana jako arcykapłanka z mocą działania jako pomost między tym światem a następnym. Królowie i państwa narodowe konsultowali się z nią w takich sprawach, jak strategia bitewna,



przewidywanie pogody i dobro duchów zmarłych.

Można by pomyśleć, że człowiek przeszedł długą drogę od czasów wyroczni delfickiej, ale warto zauważyć, że archaiczne prawo angielskie, które głosiło, że wszystkie media i czarownice są włóczęgami, zostało uchylone dopiero w 1951 roku. niewiele, by odwieść ludzi od szukania sposobów komunikowania się ze zmarłymi. Czytelnik może być zaskoczony odkryciem, że na przestrzeni dziejów osoby, które przewodziły w swoich dziedzinach i były uważane za niezwykle inteligentne, nie tylko wierzyły, że taka komunikacja jest możliwa, ale także próbowały zademonstrować jej możliwość.

Jednym z takich pionierów był Thomas A. Edison. W wieku 73 lat Edison udzielił wywiadu „Scientific American” na temat swojej pracy przy budowie maszyny, która pozwoliłaby żywym komunikować się ze zmarłymi. W wydaniu „Scientific American Edison” z 30 października 1920 r. przedstawił swoje poglądy na temat możliwości życia po śmierci i opowiedział o swojej pracy nad komunikacją ze zmarłymi. Mniej więcej w tym samym czasie American Magazine (20 października 1920 r.) zamieścił artykuł „Edison pracujący nad komunikacją z przyszłym światem”. Każdy czytelnik, który uważa, że aby przyjąć wiarę w medialność, wykazuje brak inteligencji, wystarczy zadać sobie pytanie: czy człowieka, który wynalazł gramofon i baterię alkaliczną, można uznać za nieinteligentnego.

Emanuel Swedenborg, znany uczony i filozof XVII i XVIII wieku, był entuzjastycznym zwolennikiem teorii życia po śmierci i możliwości porozumiewania się ze zmarłymi. Na przełomie XVIII i XIX wieku tacy ludzie jak Arthur Schopenhauer i Immanuel Kant zajęli się kwestią przetrwania duszy i komunikacji z tamtym światem. Kant, najbardziej znany z opublikowanej w 1781 r. krytyki czystego rozumu, również napisał książkę, do której niewiele się dziś odnosi na lekcjach filozofii. Książka *Dreams of a Ghost Seer*, opublikowana w 1776 roku, dotyczyła głównie pracy Swedenborga w dziedzinie średniowiecza.

William McDougall napisał *Body and Mind* w 1911 roku. Książka była apelem graniczącym z żądaniem, aby nauka zbadała możliwe przetrwanie ludzkiej osobowości po śmierci. McDougall wykładał w Oksfordzie i Harvardzie, a później zajmował stanowisko na Uniwersytecie Duke'a, gdzie w 1927 r. zaangażował doktorów JB Rhine i Louise E. Rhine do utworzenia laboratorium parapsychologii do badania pola psychicznego, w tym medium.



Znany psycholog Carl G. Jung również wyraził przekonanie, że ludzka osobowość przeżywa śmierć cielesną. Jung, którego prace są dziś studiowane w college'ach i na uniwersytetach, opowiadał, że rozmawiał z duchami bezcielesnymi i czuł, że szczególna bezcielesna działa jako jego przewodnik w chwilach stresu. Co ciekawe, prace i przekonania Junga w takich dziedzinach są rzadko, jeśli w ogóle, przywoływane na zajęciach z psychologii. Jak to możliwe, że ta dyscyplina kładzie tak duży nacisk na jego wkład w psychologię, a jednocześnie całkowicie ignoruje czas i energię, które poświęcił parapsychologii?

Dodaj do tej listy uznanych geniuszy nazwisko Sokratesa, który również rozmawiał z bezcielesnymi duchami, a logiczny wniosek jest taki, że niezwykle inteligentni i kreatywni ludzie rozważali możliwość komunikacji ze zmarłymi i błagali i żądali aktywnego udziału nauki w badanie przetrwania duszy i komunikacji po śmierci.

Przeciętny człowiek zwykle nie zdaje sobie sprawy, że mediumizm przejawia się w wielu różnych formach. Najbardziej powszechną koncepcją mediumizmu i formą najczęściej używaną w telewizji i filmach jest medium fizyczne, które charakteryzuje się wytwarzaniem takich zjawisk fizycznych, jak pędzący wiatr, lewitacja stołu, dźwięki, światła i ogólne zaburzenia fizyczne – wszystko to zostało zgłoszone. być manifestacją bezcielesnych duchów. Ze wszystkich form mediacji ta jest najbardziej podatna na oszustwa i oszustwa. Z pewnością nie byłoby trudno osobie pozbawionej skrupułów wytworzyć takie zjawiska fizyczne bardzo zwyczajnymi, choć podstępными metodami.

Telewizja i filmy również przedstawiały bezpośrednie medium głosowe. W tej formie duch bezcielesny powinien faktycznie przemawiać przez medium, tak aby ci obecni, którzy znali bezcielesnego przed jego śmiercią, byli w stanie rozpoznać głos zmarłego przyjaciela lub krewnego.

Nieco mniej dramatyczna forma nazywana jest mediumizmem mentalnym. W tej formie medium rzekomo widzi i słyszy zmarłe duchy i przekazuje wiadomości swoim własnym głosem, ale z rozpoznanymi wzorcami mowy i osobliwościami bezcielesnego ducha.

Trąbki zapowiadają jeszcze inną formę, zwaną mediumistością trąbki. W tej manifestacji wiadomości od zmarłych przyjaciół i bliskich są ogłaszane przez trąbkę, która materializuje się w tajemniczy sposób i unosi się w powietrzu po pokoju, podczas gdy



wiadomości są ogłaszane obecnym. Wydaje się jednak, że lot instrumentu trąbkowego jest wspomagany przez bardzo materialnie przymocowane struny.

Jedną z najbardziej interesujących form mediacji jest ta, w której medium wytwarza z jej ciała ektoplazmę, która materializuje się w rzekomo dyskretny obraz zmarłej osoby. Szkoda, że w takim medium materializacyjnym medium usuwa się z pola widzenia wszystkich obecnych i zajmuje miejsce w gabinecie! Powodem jest to, że gdy ektoplazma opuszcza ciało w tak dużych ilościach, ciało fizyczne staje się więdnące i niezwykle groteskowe. Nie znamy żadnych eksperymentów naukowych na poparcie takiego rozumowania. Nawet gdy psychiczni eksperymentatorzy wyrażali chęć zaryzykowania makabrycznego widoku, media czuły się zmuszone chronić ich przed szaleństwem, odmawiając im wizualnego dostępu do szafki podczas trwania seansu.

Ilekróć medium uzna za konieczne wyłączenie się z pola widzenia siedzących, mają one powody, by stać się bardziej niż trochę podejrzliwymi. Nie można zbyt często podkreślać, że na jakąkolwiek formę mediumizmu trzeba patrzeć otwartymi, choć niezwykle sceptycznie nastawionymi oczami. Pograżonemu w żałobie krewnemu lub przyjacielowi jest zbyt łatwo widzieć i słyszeć tylko to, co chce, aby było prawdą; trzeba więc przyjrzeć się bardzo uważnie, nie tylko tematowi mediumizmu, ale także indywidualnemu medium. Nie oznacza to, że wszystkie media są celowo oszukańcze, ale tylko po to, by ostrzec tych, którzy szukają mediów, że osoby etyczne i nieetyczne istnieją w każdej dziedzinie, w tym w mediach. Ponieważ zwróciliśmy naszą uwagę na medium jako jednostka, rozważmy kilka cech, które media wydają się dzielić niemal powszechnie.

Po pierwsze, medium rzadko działa skutecznie w obecności wrogiego i zamkniętego sceptyka. Niestety ta cecha hamuje badania naukowe. Z pewnością nie wszyscy naukowcy są wrogo nastawieni lub ograniczeni, ponieważ rozważenie spędzenia czasu w takim badaniu jest, miejmy nadzieję, oznaką pewnej otwartości ze strony badacza. Dodajmy, że bardzo ważnym składnikiem makijażu każdego naukowca godnego tego miana jest otwarte i otwarte podejście do każdej dziedziny, w której chce prowadzić badania. Niemniej jednak, zarówno badacze, jak i zwykli opiekunowie często nieświadomie wprowadzają uprzedzenia i antagonizm do sytuacji badawczej.

Możliwe wytłumaczenie takiego zakłócenia w wydajności ośrodka



można znaleźć, biorąc pod uwagę pola vibracyjne i wzorce energii. Media w historii twierdziły, że praca w medium wymaga ogromnych ilości energii. Ilekroć występują skrajnie negatywne warunki, medium musi wykorzystać energię, aby przezwyciężyć negatywność, zanim przejdzie do komunikacji z innym światem. To, czy jest to adekwatne wyjaśnienie, pozostawia się czytelnikowi; jednak, z wyjątkiem nieuczciwych sytuacji, wszystkie przedsięwzięcia wymagają energii. Jeśli ta energia musi zostać podzielona, to z pewnością jest możliwe, że zostanie ona zmniejszona podczas wykonywania głównego zadania.

Drugą uniwersalną cechą mediów jest to, że zdolność do wykonywania zmienia się z miesiąca na miesiąc, z dnia na dzień, a nawet z godziny na godzinę. Podobnie jak w przypadku większości umiejętności, zdolność do działania jako kanał mediumistyczny nie jest stała, co może wyjaśniać, dlaczego niektórzy ludzie, którzy posiadają ważną zdolność do komunikowania się z innym światem, zwracają się ku oszukańczym praktykom.

Na przykład wyobraź sobie medium, które ma okazję przeprowadzić seans w obecności ludzi, którzy mogą mieć wpływ na jego karierę. Wyobraź sobie, że w obecności tych ludzi medium odkrywa, że w tym dniu jej zdolności po prostu oscylowały na minusie jego skutecznego i imponującego występu. Co robi medium? Zbyt często, wierząc, że stoi przed jednorazową szansą, pochyla się do oszustwa, mając nadzieję, że obecni tego nie wykryją, i racjonalizując we własnym umyśle: „Wiem, że mam prawdziwą zdolność i to może być moja jedyna szansa przekonać tych ludzi. Teraz będę oszukiwał, ale nigdy więcej!

Medium może mieć więcej racji, niż mu się wydaje. Może już nigdy nie będzie miał takiej szansy! Jeśli śledczy odkryje oszustwo, nie ma innego wyjścia, jak zgłosić fakty takimi, jakimi są, a fakty w takim przypadku mogą mieć długotrwały szkodliwy wpływ. Sam badacz może uznać, że prawdziwe badania w tej dziedzinie są niemożliwe, ponieważ jest oczywiste, że osoba ciesząca się dobrą opinią naraziła się na szwank. Medium, które do tej pory mogło być całkowicie uczciwe i cieszyło się reputacją otwartości i uczciwości, może łatwo odkryć, że całe poprzednie dobro jest teraz zmywane jak wiele mydlin w ścieku.

Bez względu na to, jak medium racjonalizuje oszukańcze działanie, nigdy nie znajdzie odpowiedniego powodu, by skompromitować się i sprzedać własnemu ego. O ileż prostsze byłoby, gdyby w takich



okolicznościach mógł po prostu szczerze powiedzieć: „Przepraszam, ale z różnych powodów nie mogę w tej chwili działać jako kanał medialny. Z zadowoleniem przyjmuję twoją obecność i śledztwo w innym dniu. Szkody, którym można by zapobiec dzięki tak prostemu i otwartemu oświadczeniu, są niezgłębione. Nauka potrzebuje tego rodzaju uczciwości w medium, jeśli badania mają kiedykolwiek dojść do solidnych wniosków naukowych.

Ostatnią cechą, jaką rozważymy, jest niezdolność medium do wykorzystania swoich talentów do podniesienia własnego statusu ekonomicznego. Nie mówimy tutaj o statusie ekonomicznym, który może prosperować dzięki opłatom od klientów, ale o statusie ekonomicznym wzmocnionym przez inwestycje oparte na prekognitywnej wiedzy bezpośrednio ze świata duchów. Wiele mediów i mediów uważa, że wykorzystanie informacji prekognitywnych do poprawy własnej sytuacji finansowej spowoduje utratę wszelkiej zdolności do uzyskania takich informacji – przekonanie, które nie ma podstaw logicznych. Prawdziwe wyjaśnienie takiej utraty zdolności może być bardziej prawdopodobne w tym, że osoba mająca obsesję na punkcie gromadzenia fortuny może nie mieć czasu na ciągłe wzbogacanie zdolności psychicznych. Informacje prekognitywne najogólniej uzyskuje się w stanie, który można uznać za zmieniony stan świadomości lub stan wzbogaconej świadomości. Osoba zajęta materialistycznymi zdobyczami prawdopodobnie większość czasu spędzi poza takimi stanami.

Uwaga czytelnika skierowana jest teraz na cztery teorie, które próbują wyjaśnić zjawisko mediumizmu. Po raz kolejny wniosek, która z teorii dokładnie wyjaśnia proces mediurnistyczny, należy pozostawić czytelnikowi, ponieważ wiele badań pozostaje w tej dziedzinie do zrobienia.

Pierwszą teorią, którą rozważymy, jest to, że informacje przekazywane przez medium są odbierane telepatycznie od żywych istot. Ta telepatia sama w sobie byłaby niemałym wyczynem, ale ponieważ badamy zjawisko mediumizmu, doświadczenie telepatyczne nie dostarczyłoby dowodów na przeżycie po śmierci cielesnej.

Być może najbardziej interesującym punktem na poparcie komunikacji z bezcielesnymi duchami jest to, że wiele wiadomości przekazywanych za pośrednictwem mediów nie jest od razu rozpoznawanych jako ważne przez tych, którym są przekazywane.



Badania często potwierdzały trafność przekazu mediumistycznego, mimo że żyjące osoby wcześniej związane z bezcielesnymi nie mogą potwierdzić tego przekazu.

Druga teoria mówi, że medium jest w stanie dotrzeć do uniwersalnego umysłu. Teoria ta ma swoje korzenie w starożytnym wierze, że istnieje uniwersalny eter, znany w kręgach okultystycznych jako zapisy Akaszy. Te zapisy rzekomo zawierają pełną historię cyklu stworzenia. Jeśli takie zapisy rzeczywiście istnieją, wówczas medium lub inna wrażliwa osoba mogłaby dostroić się, zmieniając swój stan świadomości do poziomu wibracyjnego, na którym te zapisy są przechowywane, i byłoby znacznie trudniej udowodnić metodami mediumistycznymi, że istnienie życia po śmierci.

Carl Jung mówił o zbiorowej nieświadomości – stanie lub poziomie świadomości – w którym ludzkość ma dostęp do ogromnych ilości informacji i wiedzy. Ponownie należy stwierdzić, że należy przeprowadzić znacznie więcej badań, aby uzyskać naukowe dowody na istnienie uniwersalnego przetrwania umysłu lub duszy. Należy pamiętać, że istnienie uniwersalnej inteligencji niekoniecznie wyklucza możliwość komunikacji z bezcielesnymi duchami. Stałoby się to tylko jeszcze jedną zmienną, którą należy poważnie rozważyć w dociekaniu medialnym.

Z psychologicznego punktu widzenia trzecia teoria, która próbuje wyjaśnić medialność, jest jedną z najciekawszych, jakie dotąd zaproponowano. Teoria głosi, że komunikaty medium są wytworem jego własnej podświadomości. Ta idea, w połączeniu z możliwością rozszczepienia osobowości, której medium nie jest świadome, stwarza intrygujący problem psychologiczny. Jest całkiem możliwe, najprawdopodobniej prawdziwe, że w wielu przypadkach ta teoria może wyjaśniać przekazy medialne. Czasopisma psychologiczne są pełne badań nad rozdwojoną osobowością. Rzadszym zjawiskiem, ale należy wziąć pod uwagę, jest osobowość wielorakie. Większość ludzi jest przynajmniej w jakiś sposób zaznajomiona z Trzema Twarzami Ewy. Z pewnością należy wziąć pod uwagę możliwość rozszczepienia osobowości w medium.

Testy fizjologiczne w połączeniu z testami psychologicznymi mogą okazać się najcenniejszym narzędziem badacza w próbie ustalenia, czy przekazy mediumistyczne są wytworem podświadomości medium. Wystarczy powiedzieć w tym czasie, że różnice fizjologiczne zostały naukowo potwierdzone w badaniach kilku



mediów.

*Eileen I. Garrett, światowej sławy medium i badaczka, pozwoliła na otwarte naukowe badanie swoich zdolności mediumistycznych. Wyraźne zmiany fizjologiczne wystąpiły w funkcjach organizmu pani Garrett, kiedy rzekomo bezcielesni komunikowali się z nią. Zmiany te obejmowały duże rozbieżności w oddychaniu, częstości tętna, odczytach elektrokardiografu, morfologii krwi i odczytach cukru we krwi, przy czym każdy bezcielesny rzekomo używał pani Garrett jako środka komunikacji ze światem żywym. Lekarze ocenili wyniki i ustalili, że żadne znane obecnie prawa fizjologiczne nie mogą wyjaśnić szerokich różnic wskazanych w testach laboratoryjnych, co należy uznać za dość mocny dowód po stronie komunikacji bezcielesnej.*

*Ostatnią teorią, którą należy wziąć pod uwagę, jest to, że medium faktycznie staje się kanałem, przez który bezcielesni przekazują informacje z innego świata. Oceniając tę teorię, czytelnik powinien ponownie przemyśleć każdą z pozostałych teorii. Jeśli nauka może wykluczyć wszystkie inne sposoby przekazywania przekazów mediumistycznych, pozostaje mocna argumentacja na rzecz przetrwania po śmierci cielesnej i połączenie komunikacyjne – medium – między tymi dwoma światami.*

*Podsumowując, czytelnik powinien pamiętać, że prawda nie jest towarem absolutnym, lecz sumarycznym wytworem intelektualnej ciekawości, otwartego umysłu i chęci rozważenia alternatywnych czynników. Prawda ma wiele różnych twarzy, a nasza perspektywa tego, co jest prawdą, zmienia się, gdy przechodzimy do patrzenia na fakty z innych punktów obserwacyjnych. Jest to nie tylko cel badań naukowych, ale także obowiązek każdego człowieka wobec siebie. „Szukaj, a znajdziesz” można dobrze zastosować w formalnej edukacji i samokształceniu. Zamknięty umysł to martwy umysł. Jeśli nie pójdziemy naprzód, na pewno się rozpadniemy. ponieważ nic znanego nauce nigdy nie pozostaje takie samo. Musimy zadać pytania, jeśli kiedykolwiek mamy uzyskać odpowiedzi.*

*Musimy zbadać mediumizm, jeśli mamy kiedykolwiek wiedzieć, co jest odpowiedzialne za to zjawisko. Rekomendowane tutaj podejście do takiego śledztwa to otwarty umysł i przestroga: „Niech opiekunka się strzeże!”*



## 6 Reinkarnacja.

*"Żyjesz tylko raz! Czy ty?". Człowiek przez wieki zastanawiał się nad kwestią reinkarnacji, doktryną, która głosi, że człowiek żyje nie jednym życiem, ale wiele żyć na ziemi. Do dnia dzisiejszego większość zainteresowania doktryną reinkarnacji ogranicza się do półkuli wschodniej. Dopiero w ciągu ostatnich 20 lat naukowcy z zachodniej półkuli poważnie zbadali kwestię odrodzenia duszy ludzkiej w innym ciele cielesnym w celu przeżycia innego życia nie w zaświatach, ale właśnie tu na ziemi. dopiero niedawno zaczęto studiować ten temat, wiara w reinkarnację i badanie jej były obecne od wieków, nawet na Zachodzie.*

*Rozważając teorię reinkarnacji, ważne jest, aby zrozumieć, że nie zajmujemy się tutaj teorią wędrówki dusz, która utrzymuje, że dusze odradzają się na ziemi w wielu formach, począwszy od drzew, poprzez niższe zwierzęta, aż po człowieka. Reinkarnacja to odrodzenie duszy tylko w innej ludzkiej postaci, chociaż sama ludzka postać może się zmieniać z każdym wcieleniem, tak że dusza w jednym życiu może zamieszkać w ciele kobiety, a w następnym w ciele mężczyzny.*

*Ważną rzeczą do zapamiętania w teorii reinkarnacji jest to, że dusza nadal zamieszkuje ludzkie ciało. Jednak teoria dopuszcza nie tylko zmiany płci, ale także zmiany rasy; to znaczy, człowiek może wcielić się w żółtej rasie w jednym życiu, w czarnej rasie w innym, białej lub czerwonej rasie w jeszcze innych wcieleniach. Teoria ta opiera się na przekonaniu, że człowiek musi doświadczyć wszystkiego, zanim będzie mógł powrócić do bycia niczym. To nie jest stanem bankructwa, ale jedynym państwem na tyle wielkim, by pomieścić wszystko.*

*Od wieków jogini i inni mistycy mówili o cyklach tworzenia. W sensie poetyckim cykle te można uznać za dni i noce stworzenia. Chrześcijańska Biblia wraz ze świętymi księgami wielu religii utrzymuje, że wszystko, co istnieje, powstało z niczego. Religie Wschodu rozwinęły tę ideę, odnosząc się do dnia stworzenia jako*



stanu, w którym manifestuje się Nieprzejawiony Stwórca lub Absolut. W tym procesie manifestacji Absolut nakłada na siebie pewne ograniczenia. Całe przejawione stworzenie zna pewne ograniczenia; ma początek i koniec. Tylko w stanie nieprzejawienia lub nicości nie można znaleźć żadnych ograniczeń.

Kiedy już rozpoczął się proces manifestacji, rozpoczął się również proces ześrodkowania – powrotu do stanu nieprzejawionego. Te dwa procesy są różnymi stronami tej samej monety. Tak jak nie może być monety z jedną stroną, tak nie może być początku manifestacji bez jednoczesnego rozpoczęcia ześrodkowania – Absolutu ściągającego wszystko z powrotem do siebie – by powrócić do nieprzejawionego stanu nicości.

Tak więc, zgodnie z doktryną reinkarnacji, zindywidualizowanego ducha, dusza manifestuje się w cielesnym ciele człowieka, aby mogła doświadczać i ewoluować do punktu, w którym może zostać sprowadzona z powrotem do jednostki czystej istoty, nicości. Słowa „dusza ma doświadczać i ewoluować” stanowią kolejny filar w fundamencie wiary w reinkarnację. Ci, którzy nauczali tej doktryny, stwierdzili, że dusza ewoluuje wzdłuż linii duchowych, a z każdym nowym życiem przedstawiane są możliwości potrzebne do jej dalszego rozwoju.

Ta idea ewolucji duchowej, czyli ewolucji duszy niecielesnej, jest analogiczna do idei ewolucji fizycznej. Nie zamierzamy tutaj wypowiadać się za lub przeciw teorii ewolucji fizycznej, ale tylko wskazać, że wiara w ewolucję duchową lub idea rozwoju ku doskonałości nie jest wyjątkowa dla teorii reinkarnacji.

Nauka hermetyczna mówi: „Jak na górze, tak i na dole”. Jeśli człowiek rzeczywiście ewoluuje fizycznie – a z pewnością biolodzy, genetycy i antropolodzy fizyczni przedstawili ważne dowody na poparcie tej teorii – to zgodnie z nauką hermetyczną możemy również oczekiwać, że zmieni się dusza siebie poprzez doświadczenie, gdy dąży do osiągnięcia stanu jedności z Absolutem, z którego się wyłoniła.

Ale co z chrześcijaństwem? Czy dokumenty historyczne religii chrześcijańskiej zawierają jakiekolwiek aluzje do doktryny reinkarnacji? Zbadajmy główny dokument historyczny chrześcijaństwa, Biblię.

Rozważmy najpierw Kaznodziei 1:9-11: „To, co było, jest tym, co będzie i nie ma nic nowego pod słońcem. Czy jest coś, o czym można by powiedzieć: Patrz, to jest nowe? To było już za dawnych czasów,



które były przed nami. Nie ma pamięci o dawnych rzeczach". Wrócimy później do ostatniego zdania w tym fragmencie, ponieważ ma ono duży wpływ na część fundamentu wiary w reinkarnację.

Do koncepcji, że dusza zamieszkująca jedno ciało wcześniej zamieszkiwała ciało zmarłej osoby, ponownie wspomina Mateusz 11:11-15: „Wśród tych, którzy narodzili się z niewiast, nie powstało większe niż oh. Baptysta. . . . Bo wszyscy prorocy i zakon prorokowali aż do Jana: A jeśli przyjmiecie, to jest Elias, który miał przyjść. Kto ma uszy do słuchania, niech słucha". Prorok Elias już dawno odszedł z fizycznej ziemi; jednak Jezus słowami Mateusza oznajmił tłumom, że Jan Chrzciciel był rzeczywiście Eliaszem. Czy patrzymy na Biblię jako na natchnioną księgę lub jako dokument historyczny to świadectwo z pewnością wskazuje, że ci, którzy żyli w czasach Chrystusa, byli dobrze zaznajomieni z ideą reinkarnacji.

W rzeczywistości uważano, że Chrystus jest reinkarnacją jednego z proroków, o czym świadczy Ewangelia Mateusza 16:13-14. „Kiedy Jezus przybył na wybrzeże Cezarei Filipowej, zapytał swoich uczniów, mówiąc: Za kogo ludzie uważają Syna Człowieczego? A oni rzekli: Jedni mówią, że jesteś Janem Chrzcicielem, niektórzy Eliasz; a inni Ieremiasz lub jeden z proroków". Ta odpowiedź dałaby Chrystusowi doskonałą okazję do odrzucenia jako niedorzecznej idei, że każdy człowiek może być reinkarnowaną duszą człowieka, który wcześniej doświadczył śmierci fizycznej. Co ciekawe, Biblia nie wskazuje na to, by Chrystus odrzucił wiarę, że ludzie, którzy w jego czasach chodzili po ziemi, mogli być reinkarnowanymi duszami zmarłych osób.

Wśród wielu teorii na temat tego, dlaczego doktryna reinkarnacji wypadła z łask Kościoła chrześcijańskiego, jest taka, która postuluje, że władcy kościoła i państwa wierzyli, że mogą łatwiej kontrolować swoich poddanych, jeśli ludzie sądzą, że mają jednorazową szansę na osiągnięcie nieba. (Należy tu pamiętać, że przez wiele stuleci kościół i państwo były zjednoczone.) W żaden sposób nie sugeruje się tutaj, że jest to jedyne możliwe wyjaśnienie przerwania nauki o reinkarnacji. Prawdopodobnie niewiele wydarzeń – najprawdopodobniej żadnych wydarzeń – ma jedno proste wytłumaczenie.

Zanim rozpoczniemy dyskusję na temat faktów, jakie nauka może zaproponować za i przeciw teorii reinkarnacji, rozważmy doktrynę karmy, która jest niczym innym jak prawem przyczyny i skutku. Doktryna mówi po prostu, że inicjując określone działania, człowiek



wprawia w ruch prawa, które zwracają mu reakcje. Karma nie oznacza dobra ani zła, ale po prostu mówi o wzajemnych zwrotach. Wielu ludzi błędnie wierzy, że jeśli ktoś podpisuje się pod teorią reinkarnacji, to ma prawo robić wszystko, co chce, bez obawy odrzucenia nieba lub groźby piekła. Dokładne studiowanie doktryny karmy ujawnia jednak, że karma zamiast udzielania licencji, w rzeczywistości nakłada na ludzkość odpowiedzialność za każdą myśl i działanie. Doktryna wyraźnie mówi, że dusza będzie ewoluować zgodnie ze sposobem, w jaki zdecyduje się działać.

Karma, jak żadna inna światowa doktryna, nakłada na każdego człowieka pełną odpowiedzialność za wykonywanie jego własnej wolnej woli. Zgodnie z tą doktryną nikt nie może bezpiecznie zracjonalizować żadnego działania ani nawet myśli, po prostu stwierdzając: „To nie była moja wina, więc i tak zmusił mnie do tego”.

Czytelnik może tutaj zapytać: „A co z okolicznościami, na które nie mamy wpływu?” Odpowiedzialność nadal spoczywa na jednostce. Chociaż dana osoba nie zawsze może kontrolować okoliczności, sposób, w jaki reaguje na takie okoliczności, leży całkowicie w sferze wolnej woli i indywidualnego wyboru. Osoba może uważać, że otwarte alternatywy są tak niezadowalające, że nie pozostawiają wyboru, ale faktem pozostaje, że bez względu na to, jak nieprzyjemne wydają się alternatywy, nadal są alternatywami i można wybrać jedną, a nie inną. Kluczem jest tutaj wolna wola człowieka. Może próbować złagodzić ból, jaki może przynieść ostateczna odpowiedzialność, ale wolna wola naznacza go nieusuwalnie jako odpowiedzialnego nawet za jego najmniejsze czyny.

Pamiętaj, że karma nie dotyczy osądów wartościujących ani tego, czy myśl lub czyn są dobre czy złe. Innym sposobem postrzegania karmy jest postrzeganie jej jako prawa możliwości. Jeśli nasze działania i myśli zostaną nam zwrócone, wtedy Karma daje każdemu z nas możliwość swobodnego wyboru, jakie będą te zwroty.

W książce Lloyda C. Douglasa, *Dr. Hudson's Secret Journal*, dr Hudson postanawia otrzymywać niepieniężne zwroty pieniędzy pożyczonych różnym ludziom. Mówi osobom, które odwdzięczą się mu, aby zatrzymały pieniądze, ale są zobowiązane do przekazania ich komuś innemu, jeśli i kiedy spotkają osobę w potrzebie. Czuł, że w ten sposób jego dar zatoczy koło i powróci do niego, może nie jako pieniądze, ale w jakiś korzystny dla jego życia sposób. Tak więc doktryna karmy pojawiła się w literaturze zachodniej, mimo że słowo



karma nie zostało zastosowane do myśli filozoficznej.

Chrześcijańska Biblia zawiera fragmenty nawiązujące do doktryny karmy. Być może jednym z najczęściej cytowanych fragmentów jest Ew. Mateusza 7:12. „Dlatego wszystko, co byście chcieli, aby ludzie wam czynili, czyńcie im tak samo, bo takie jest prawo i prorocy”.

Wspomnieliśmy, że w reinkarnacji dusza rozwija się z każdym życiem spędzonym na ziemi. Następne wcielenie duszy będzie zależeć w dużej mierze od tego, czego dusza nauczyła się w poprzednim życiu. Ponownie znajdujemy w chrześcijańskiej Biblii werset, który odzwierciedla to przekonanie. W Apokryfie Mądrość Salomona 8:19-20 znajdujemy słowa: „Teraz byłem dzieckiem dobrym z natury i dobra dusza przypadła mi w udziale.

Nie jest tutaj naszym celem pełne objaśnianie doktryn reinkarnacji i karmy; to zadanie wymagałoby kolejnej książki. Jednak informacje podane tutaj powinny zapoznać cię z tymi pomysłami i dać ci możliwość samodzielnego podjęcia decyzji, czy chcesz dokładniej zbadać doktryny.

Przeanalizujemy teraz naukowe poglądy na reinkarnację. Ponieważ intelekt i obiektywna ocena to dwa główne narzędzia badań naukowych, możemy zacząć od pytania, jakie wydarzenia w życiu codziennym sugerują możliwość, że reinkarnacja jest nie tylko teorią, ale rzeczywistością.

Jednym z możliwych sposobów rozważenia reinkarnacji jest dyscyplina fizyki. Podstawowym prawem fizyki jest prawo zachowania energii, które mówi, że energia nie może być ani stworzona, ani zniszczona, a jedynie przekształcana z jednego stanu w inny. Ponieważ wszystko, co istnieje, można zredukować do jakiejś formy energii, do tej kategorii można zaliczyć również człowieka. Thomas Edison stwierdził kiedyś w swoim dzienniku: „Życie, podobnie jak materia, jest niezniszczalne. Na tym świecie zawsze istniała pewna ilość życia i zawsze będzie taka sama. Nie możesz stworzyć życia; nie możesz zniszczyć życia; nie możesz pomnożyć życia”. Ta uwaga dobrze ilustruje pierwszy argument za reinkarnacją.

Inny możliwy argument na poparcie słuszności teorii reinkarnacji ma swoje podstawy w jaźni. Dowody znalezione w naturze ludzkiej wyrażają wiarę człowieka w niezniszczalność osobowości lub ego. Czy możesz pomyśleć o czasach, kiedy nie istniałeś? Nie myśl o wydarzeniach historycznych, które miały miejsce przed twoimi narodzinami, ale raczej spróbuj wyobrazić sobie stan nieistnienia



własnej duszy lub osobowości. Pomyśl w swoim umyśle, jeśli możesz, punkt, w którym nie byłeś!

Małe dzieci często stanowią dalszą ilustrację tej koncepcji. Kiedy dorośli rozmawiają o wydarzeniach z dzieciństwa, dzieci często pytają: „Gdzie byłem, kiedy byłeś dzieckiem?” Wydaje się, że dziecko nie jest w stanie wyobrazić sobie czasu, kiedy nie istniało!

Cudowne dzieci sugerują kolejny argument przemawiający za reinkarnacją. Jak to się dzieje, że niektóre dzieci wykazują wielki talent w pewnych dziedzinach w bardzo młodym wieku? Na przykład Mozart potrafił grać trudne koncerty na fortepianie, gdy miał sześć lat. Czy to możliwe, że dusza, która wkracza w życie na ziemi, niesie ze sobą talenty rozwinięte w poprzednim życiu?

Z pewnością są to argumenty, a nie rozstrzygające dowody na poparcie teorii reinkarnacji. Zadali jednak wystarczająco dużo pytań, zarówno laikom, jak i naukowcom, aby rozpocząć badania nad tym zjawiskiem.

Wiele badań obejmowało regresję poprzez hipnozę, technikę, która ma oczywiste i subtelne wady. Po pierwsze, nie sugerujemy, aby wszyscy zainteresowani reinkarnacją angażowali się w badania poprzez regresję hipnotyczną. Stosowanie hipnozy najlepiej pozostawić osobom posiadającym kwalifikacje kliniczne lub medyczne. Po drugie, należy zastanowić się, czy osoba przeprowadzająca takie eksperymenty w jakikolwiek sposób zasugerowała podmiotowi, że cofa się do określonego czasu i miejsca. Jeśli takie sugestie zostaną podane nawet nieumyślnie, eksperymentator może znaleźć piękną fikcję, która przedstawia życie we wcześniejszym okresie. Należy bardzo uważać, aby nie dać żadnych sugestii, które podmiot mógłby wykorzystać jako elementy budujące fundament wyimaginowanego życia.

W tego typu badaniach pojawia się więcej niż minimalna liczba problemów z uzyskaniem konkretnych nazw i dat. Podmiot będzie pamiętał albo pojedyncze imiona, albo pojedyncze nazwiska i często nie podaje dat i nazw miast lub miejscowości. Łatwo zrozumieć, że zadanie badacza w tym obszarze jest trudne. Wielokrotnie, gdy podawane są konkretne nazwiska i daty, odnoszą się one do czasu sprzed spisanej historii, co sprawia, że weryfikacja jest prawie niemożliwa.

Praca badacza nad reinkarnacją nie zawsze jest wspomagana, gdy konkretne nazwiska i podane daty leżą w zakresie pisanej historii. Następnie badacz musi wykluczyć jakąkolwiek możliwość, że



podmiot mógł uzyskać informacje podczas czytania, oglądania filmu, słuchania rozmowy lub angażowania się w jakieś badania naukowe, które obejmowałyby wspomniany obszar. Jednak uważne badanie historii tego czasu może silnie sugerować słuszność twierdzeń podmiotu. Na przykład podmiot może opowiedzieć o życiu, w którym był zwykłym obywatelem, bez pretensji do sławy. Jeśli podmiot podaje również daty i fakty dotyczące życia tej wcześniejszej osoby, a jego relacja zostanie potwierdzona przez dokładne badanie, badacz może uznać, że ma przypadek sugerujący reinkarnację.

Na kilku uniwersytetach naukowcy o wysokich kwalifikacjach w dziedzinie medycyny, psychologii i fizyki prowadzą podobne badania. Równolegle toczący się inny kierunek badań próbuje wyjaśnić zweryfikowane informacje sugerujące reinkarnację za pomocą teorii pamięci genetycznej. Naukowcy badający możliwość, że człowiek rodzi się w tym życiu ze wspomnieniami rasowymi, rozważają możliwość, że nasze geny przekazują naszym dzieciom nie tylko cechy biologiczne, ale także cechy pamięciowe.

W kilku badaniach wykorzystano płazińce do sprawdzenia tej hipotezy. Pokolenie płazińców wyszkolonych do preferowania jasnych niż ciemnych przestrzeni jest zabijane po wykazaniu dowodów uczenia się, a z szczątków przygotowywany jest produkt spożywczy. Ten pokarm jest następnie podawany grupie płazińców, które nie są wytrenowane w preferowaniu oświetlonych obszarów. Potomstwo z tej grupy, bez wcześniejszego treningu, wybrało obszary oświetlone, a nie ciemne. Ten eksperyment, mający na celu zbadanie możliwości pamięci genetycznej, nie jest jednak w tej chwili bardziej rozstrzygający niż dokładnie zbadane przypadki sugerujące reinkarnację. Aby dojść do perspektywy prawdy, trzeba jasno widzieć z wielu różnych punktów widzenia. Naukowiec musi być zawsze obiektywnym widzem,

Jeśli czytelnik ma dostęp do małych dzieci, może prowadzić własne badania. Małe dzieci często odnoszą się do wydarzeń, które koniecznie musiałyby mieć miejsce w poprzednim życiu, gdyby w ogóle miały miejsce. Kilku studentów Georgia State University ma podobne doświadczenia z własnymi dziećmi.

Jednym z takich incydentów jest przypadek pięcioletniej córki studenta, która odmówiła lotu samolotem. Dziecko powiedziało matce, że nie chce nigdy jeździć samolotem, ponieważ wcześniej zginęła w katastrofie lotniczej. Dziecko dość dobitnie stwierdziło, że



przed swoim obecnym życiem zginęła w ognistym katastrofie lotniczej. Co więcej, dziecko powiedziało, że ta katastrofa miała miejsce, gdy była dorosła, a nie mała dziewczynka. Matka dziecka była zaniepokojona tą historią i obawiała się, że dziecko może doświadczyć jasnowidzenia własnej przyszłości. Choć takie wrażenie jest możliwe w świetle wielu podobnych zarejestrowanych przypadków, nie wydaje się to prawdopodobne.

Inne przypadki dotyczące takich relacji od młodych ludzi obejmują opowieść o życiu sześciolatka jako marynarza na żaglowcu, z żywym opisem żaglowców i szkicowym, ale imponującym opisem nawigacji. Inne dziecko, które twierdziło, że zmarło na konkretną chorobę, wspomniało o objawach, które zostały zweryfikowane medycznie jako towarzyszące chorobie.

Jeśli czytelnik znajdzie nadarzącą się okazję, może skorzystać z okazji do poszukiwania informacji, zapisując fakty, o których opowiada dziecko. Powinien wypytywać dziecko, próbując uzyskać bardziej szczegółowe informacje, ale musi być zawsze bardzo ostrożny, aby nie sugerować dziecku niczego, co mogłoby pobudzić jego wyobraźnię. Mając takie fakty pod ręką, uczeń może przeszukać materiał w dobrej bibliotece referencyjnej, a jeśli fakty dotyczą obcego kraju, może skontaktować się z agentami w tym kraju, którzy mogą zweryfikować lub zaprzeczyć faktom.

Kiedy rozważany jest temat reinkarnacji, studenci parapsychologii na Georgia State University najczęściej kwestionują rosnącą populację Ziemi. Skąd pochodzą wszystkie nowe dusze?

Zasada reinkarnacji głosi, że wystarczająco rozwinięta dusza może wybrać nie tylko czas, w którym chce się inkarnować, ale także konkretne okoliczności, w jakie zostanie wprowadzona. Dlatego wiele dusz może opóźnić rozpoczęcie kolejnego życia na ziemi, dopóki nie zaistnieją warunki niezbędne do ich osobistego doświadczenia. Chociaż pomysł ten często zaskakuje uczniów, ponieważ nakłada na nich odpowiedzialność za wybór okoliczności życiowych, są skłonni rozważyć to jako możliwe wyjaśnienie wzrostu populacji.

Nie będziemy tutaj zajmować się astrologią, ale chcemy podkreślić, że astrologia jako nauka ma wiele dowodów na poparcie swojej słuszności. Jeśli dusza może wybrać swój moment wcielenia, to zgodnie z nauką astrologii czas, który zawiera dokładny zestaw okoliczności dla każdej jednostki, przypada na około 25 000 lat. To znaczy, gdyby astrolog rzucił wykres urodzeniowy danej osoby,



minęłoby 25 000 lat, zanim ta osoba znalazłaby dokładnie te same warunki astrologiczne.

Jeśli czytelnik czuje jakkolwiek niechęć do rozważenia informacji astrologicznych, powinien mieć świadomość, że Carl Jung mocno wierzył, że astrologiczny moment narodzin naznaczył jednostkę niezatartym znakiem lub tendencją do napotkania pewnych okoliczności. Pamiętaj, jak poprzednio, że wolna wola człowieka w odniesieniu do reakcji na te okoliczności jest zawsze czynnikiem interweniującym.

To, gdzie dusza przebywa i co robi między wcieleniami, jest pytaniem, na które nauka nie może obecnie próbować odpowiedzieć. Joga i inne mistyczne religie uczą, że dusza spędza ten czas w innym wymiarze lub planie egzystencji. Proponują istnienie wielu takich wymiarów lub płaszczyzn, w których dusza zamieszkuje zgodnie ze swoim poziomem rozwoju duchowego. Religie te nauczają, że podczas przebywania na tych płaszczyznach funkcją duszy jest branie pod uwagę błędów i doświadczeń zdobytych w poprzednich wcieleniach, oraz że dusza zdecyduje, jakich nowych doświadczeń chce w swoim następnym wcieleniu, a także jakie doświadczenia będą najlepiej stymulować i wzmacniać jego duchowy rozwój. Jak już wspomniano, nie ma żadnego naukowego dowodu na istnienie takich stacji między wcieleniami,

Pocieszające jest uświadomienie sobie, że naukowcy poświęcają coraz więcej czasu i energii na badania we wszystkich dziedzinach objętych parapsychologią, w tym reinkarnacją. Nie do nauki należy ocenianie, czy reinkarnacja jest rzeczywiście faktem. Celem badań naukowych jest zbadanie możliwości i przedstawienie dowodów do oceny w odniesieniu do dowolnego tematu, niezależnie od tego, czy dowody te wspierają, czy też obalają badaną teorię.

Być może jest to oznaką rozwoju intelektualnego i nowej otwartości umysłu, że naukowcy próbują odpowiedzieć na pytania, których jeszcze dziesięć lat temu nawet nie uznali. Możemy mieć tylko nadzieję, że duch otwartości, który umożliwił podbój dziedzin, które obiecują ludzkości wielkie korzyści i wiedzę, jest zaledwie początkiem – awangardą zapowiadającą nowy renesans ludzkiego potencjału.



## 7 Dermaoptyka.

*Dosłowną definicją dermaoptyki jest wzrok skóry, ale to wyjaśnienie tego zjawiska jest niewystarczające. Za pomocą dermaoptyki osoba widząca może nauczyć się czytać przez zaklejone nieprzezroczyste koperty i rozróżniać zawartość zawartych w nich fotografii lub materiałów pisemnych. Zjawisko to pozwala również osobie rozróżniać kolor poprzez dotyk, nie widząc go oczami.*

*Chociaż te akty mogą brzmieć zdumiewająco, rzeczywiście miały miejsce. Od dwóch lat badania i zajęcia prowadzone są na Georgia State University, gdzie po raz pierwszy wprowadzono i udoskonalono techniki. Studenci kursu psychologii oferowanego przez School of Special Studies na Georgia State University nie tylko dość szybko nauczyli się rozróżniać treść fotografii zamkniętych w kopertach, ale także byli w stanie relacjonować zarówno dotykowe, jak i emocjonalne doznania, które odzwierciedlały sytuację ukazaną na zdjęciach.*

*Historycznie koncepcja dermaoptyki nie jest nowa. Na konferencjach psychologii osoby zgłaszane, że mają tę umiejętność, zostały wprowadzone. Rosjanie prowadzili też badania z osobami potrafiącymi ukazać to zjawisko. Jedną z głównych różnic między dermaoptyką omawianą tutaj i omawianą historycznie jest to, że wcześniej uważano, że jest to wyjątkowy dar, który posiadało tylko kilka osób. Czytając ten rozdział, stanie się jasne, że dermaoptyka nie ogranicza się do utalentowanej elity, ale jest umiejętnością zawartą w samej ludzkiej naturze.*

*W rzeczywistości zdolność ta jest uśpiona w większości populacji świata. Zajęcia i badania przeprowadzone na przekroju populacji wykazały ponad wszelką wątpliwość, że przy odpowiednim przeszkoleniu i zastosowaniu odpowiednich technik umiejętność może być dosłownie na wyciągnięcie ręki każdej osoby na tyle zainteresowanej, by otrzymać instruktaż.*

*Dermaoptyka oferuje wiele ludzkości, ale jeszcze więcej tym, którzy albo urodzili się niewidomi, albo stracili wzrok po urodzeniu, nie mając wzroku. Osoby widzące i niewidzące będziemy traktować oddzielnie w odniesieniu do dermaoptyki, ponieważ techniki związane z kontaktem każdej grupy z tą wrodzoną zdolnością są*



nieco inne.

Najpierw rozważymy dermaoptykę, ponieważ dotyczy ona zarówno osób niewidomych od urodzenia, jak i osób, które w wyniku urazu lub choroby straciły wzrok po urodzeniu. Nauczenie osoby niewidomej od urodzenia rozróżniania kolorów to zupełnie inna sprawa niż nauczenie osoby, która ma przynajmniej jakieś pojęcie o znaczeniu słowa „kolor”. Ta różnica staje się wyraźna w pracy z uczniami, którzy stracili wzrok we wczesnych latach dwudziestych lub pod koniec lat dwudziestych, w porównaniu z uczniami, którzy urodzili się niewidomi.

Wyjątkowe trudności związane z próbą nauczania rozróżniania kolorów mogą stać się jaśniejsze, jeśli ktoś zachowa we własnym umyśle, jakie obrazy przynosi mu słowo kolor, a następnie rozważy osobę, która nie ma pojęcia, co to słowo oznacza. Nie sposób zapytać taką osobę, jaki kolor, według niej, znajduje się w jej rękach, bez wcześniejszego wyjaśnienia, co osoba widząca rozumie przez kolor. Dodaj do tej podstawowej przeszkody złożoność różnych tonów i odcieni w jednym kolorze; na przykład uczeń musi nauczyć się nie tylko odróżniać niebieski od czerwonego, ale także odróżniać jasnoniebieski od ciemnoniebieskiego, królewski niebieski od granatowego i wszystkie gradacje pomiędzy nimi. Ten proces uczenia się nie jest małym zadaniem zarówno dla instruktora, jak i ucznia.

Nie zamierzamy tutaj uczyć ludzi, jak uczyć niewidomych takich technik. Jak wspomniano wcześniej, nauczanie dermaoptyki dla osób bez daru wzroku musi podążać własną, unikalną ścieżką. Należy jednak zwrócić uwagę na niektóre wyniki uzyskane przy użyciu odmian dermaoptyki.

Jeden przypadek młodego mężczyzny niewidomego od urodzenia, studenta, którego nazwiemy Johnny, jest typowym przykładem innych takich przypadków. Johnny poprosił o instruktaż technik dermaoptyki po rozmowie z bliskim przyjacielem, również niewidomym, którego nauczono tych metod. Przyjaciółka nauczyła się nie tylko rozróżniania kolorów poprzez dotyk, ale także rozpoznawania treści zdjęć i slajdów wyświetlanych na ścianie, a także treści codziennych druków – wszystko to dzięki dermaoptyce. Przyjaciół Johnny'ego miał jedną przewagę: stracił wzrok w wieku 13 lat i pamiętał, jak wyglądały kolory. Rozumiał także pojęcie różnych odcieni tego samego koloru.

Po rozmowie z Johnnym, który w tym czasie miał 18 lat, i



wyjaśnieniu mu, że najprawdopodobniej żadna z dwojga widzących nie widzi koloru dokładnie w ten sam sposób, rozpoczęto naukę i szkolenie. Johnnny'emu powiedziano, że to, co widzący świat nazywa kolorem, w rzeczywistości składa się z pól energii, które emitują vibracje unikalne dla każdego koloru; musiał więc rozpoznać pewną kombinację vibracji, oznaczyć ją nazwą koloru, którą ludzie postanowili jej nadać, i móc przypomnieć sobie tę etykietę, gdy w przyszłości poczuje te same vibracje. W ten sposób Johnnny nauczył się rozróżniać jeden kolor od drugiego i nadać mu właściwą nazwę, a także potrafił opisywać zawartość fotografii za pomocą odmian tej samej techniki. Przed Johnnym otworzył się nowy świat, świat, którego jego umysł wcześniej nie mógł pojąć.

Przyjaciel Johnnny'ego, Bill, doświadczył stopniowej utraty wzroku, aż w wieku 13 lat całkowicie stracił wzrok. Wyczyn. Większość widzących prawdopodobnie nigdy nie rozważyłaby wielu powodów, które motywowały tego młodego człowieka. W rozmowach mówił o chęci dopasowania swoich ubrań, tak aby kolory pasowały do siebie, oglądanie zdjęć w albumach rodzinnych i spędzanie wolnego czasu na oglądaniu zdjęć w czasopismach. Bill pracował ciężiej niż jakikolwiek inny uczeń, niewidomy lub widzący, którego uczyłem. Teraz potrafi rozróżniać kolory, opisywać treść zdjęć i położyć ręce na lub nad artykułem z czasopisma, listem,

Do tej pory żaden uczeń przeszkolony w zakresie tych technik nie jest w stanie rozróżnić słowo po słowie treści zwykłego materiału drukowanego; ale badania trwają i być może pewnego dnia takie czytanie treści stanie się rzeczywistością dla niewidomych. Jednak, aby osoba bez wzroku była w stanie rozróżnić tematykę artykułów w prasie codziennej, nie jest bez znaczenia. Konsekwencje tych wyników dla wielu tysięcy osób bez wzroku są ogromne. Człowiek wcześniej uważany za niepełnosprawnego staje się funkcjonującą częścią społeczeństwa!

Bill jest doskonałym przykładem tego, jak rozwój tych wrodzonych zdolności może zmienić życie. Całkowicie niewidomy, jest teraz zatrudniony w państwowej firmie, w której większość jego pracy wiąże się z pracą nad projektami. Bill zasługuje na uznanie jako osoba fizyczna. Jego postępy są obiecującym znakiem dla niezliczonych innych niewidomych uczniów, którzy mogą teraz znaleźć nowy wzrok nie za pomocą oczu, ale dzięki technikom dermaoptyki i rozszerzonej percepcji zmysłowej.

Czytelnik może zapytać: „Jak takie rzeczy są możliwe?” Nasza



teoria mówi, że osoba może nauczyć się postrzegać kolor, dźwięk, smak, zapach i dotyk, rozszerzając normalnie akceptowane granice pięciu zmysłów. Ponadto utrzymujemy, że ponieważ wszystkie rzeczy, łącznie z kolorami i materiałami drukowanymi, ostatecznie składają się z energii w takiej czy innej formie, poprzez rozszerzanie zmysłów można nauczyć się postrzegać i interpretować pola wibracyjne, które rzutują różne wzorce energii. Aby dokładniej wyjaśnić to stanowisko, teoretyzujemy, że chociaż ludzie podzielili percepcję i przydzielili ją, jedną formę percepcji jednemu receptorowi, ludzkie ciało samo w sobie jest mechanizmem wyczuwającym z mocą odbierania i interpretowania wszystkich percepcji przez dowolny obszar jego powierzchni. To znaczy,

Elementy tej teorii są niezwykle ważne, ponieważ przyjmując te założenia, możliwe staje się nauczanie dermaoptyki. W nauce wykorzystania tej zdolności, tak jak w nauce wykorzystania zdolności telepatycznych, im bardziej w grę wchodzi zmysły, tym łatwiej wydaje się rozwijać tę zdolność.

Aby wyjaśnić tę kwestię, zastanówmy się, w jaki sposób można nauczyć się rozróżniać tylko dotykiem kolory czerwony i niebieski. Rozszerzając zmysły poza normalnie przyjęte ograniczenia, jednostka szybko uświadamia sobie, że kolor składa się z cech, których być może nigdy nie brała pod uwagę. Dopóki nie zapozna się z tymi innymi cechami koloru, nie podejmuje się próby zamknięcia kolorowego materiału w celu usunięcia go z pola widzenia.

(Pamiętaj, że mamy teraz do czynienia z instrukcjami dermaoptyki dla osób widzących.) Dbaj o to, aby w każdym ćwiczeniu był używany ten sam materiał, skład i rozmiar, co wyklucza możliwość, że dana osoba może dokonać rozróżnienia nie przez rozszerzając zmysły, ale dostrzegając różnicę w wielkości dwóch kawałków kolorowego papieru budowlanego.

Zacznijmy od koloru czerwonego. Rozważ możliwość, że kolor czerwony lub czerwien ma kilka unikalnych cech, których nie posiada żaden inny kolor. Po wykonaniu ćwiczeń oddechowych opisanych w rozdziale 1 zamknij oczy i bądź świadomy odczucia temperatury związanej z kolorem czerwonym. Czy jest ciepło czy brak ciepła? Następnie rozszerz słuch i bądź świadomy dźwięku zaczerwienienia, który na początku może wydawać się dziwny. Wkrótce jednak przekonasz się, że w samej czerwieni tkwi określony i niepowtarzalny dźwięk.

Uwaga skierowana jest obok zmysłu smaku. Trzymając czerwony



*papier konstrukcyjny w dłoniach rozszerz zmysł smaku na kolor czerwony i pozwól sobie uświadomić sobie smak czerwieni. Korzystając ze zmysłu węchowego, czytelnik proszony jest o uświadomienie sobie jedynie zapachu zaczerwienienia. Rozważa się następnie teksturę, a nie teksturę papieru lub jakiegokolwiek konkretnego materiału, ale samą teksturę zaczerwienienia. Czy uczeń odczuwa zaczerwienienie jako gładkie, szorstkie, miękkie lub twarde? Czy kolor czerwony niesie ze sobą wrażenie ruchu lub odpoczynku? Jakie uczucia emocjonalne są stymulowane przez całkowite postrzeganie zaczerwienienia? Wszystkie te czynniki należy wziąć pod uwagę, doświadczyć i przyswoić.*

*Czytelnik proszony jest o wykonanie dokładnie tej samej procedury z arkuszem niebieskiego papieru konstrukcyjnego o tym samym rozmiarze. Po doświadczeniu każdego z odczuć wymienionych dla czerwieni, dotknij najpierw czerwonej kartki papieru, a następnie niebieskiej, aby doświadczyć tej samej jakości, która jest jednoznacznie wyrażona przez każdy kolor. Wykonuj to ćwiczenie, aż będziesz w stanie rozpoznać niepowtarzalne smaki, dźwięki, tekstury i zapachy czerwieni i błękitu, po prostu kładąc ręce na lub nad dowolnym materiałem w tych dwóch kolorach.*

*Stosując tę samą metodę, poprzez ćwiczenie i przypominanie, możesz zwiększyć swoją zdolność rozróżniania kolorów i różnych odcieni tego samego koloru. Kiedy dana osoba nabrała biegłości w rozpoznawaniu unikalnych właściwości zarówno podstawowych, jak i drugorzędnych kolorów poprzez sam dotyk, jest gotowa przejść do następnego kroku, w którym osoba widząca uczy się postrzegania obrazów i materiałów pisanych zamkniętych w nieprzezroczystych kopertach. Tutaj, oprócz postrzegania koloru, uczymy się odróżniać przedmioty nieożywione od przedmiotów ożywionych, sceny plenerowe z fotografii we wnętrzach i stany emocjonalne przedstawiane na fotografiach. W przypadku materiałów pisemnych student uczy się rozumieć artykuł lub wiersz zawarty w kopercie tego samego typu.*

*Różne techniki pozwalają uczniowi odróżnić ludzi od zwierząt i roślin, a ponadto zidentyfikować określone gatunki zwierząt. Na przykład rozpoznanie, że na zdjęciu znajduje się zwierzę i że jest to królik, a nie słoń, wiąże się z różnymi technikami zaprojektowanymi, aby umożliwić osobie rozszerzenie zmysłów dotyku i słuchu.*

*Ucząc się wyczuwania przedmiotów nieożywionych, osoba może otrzymać zapieczętowaną nieprzezroczystą kopertę zawierającą*



fotografię kuchni. Uczy się rozpoznawać takie szczegóły, jak obecność kwiatów w centralnym elemencie, wzór na zasłonach, czy podłoga jest wyłożona wykładziną czy płytkami oraz widoczna obecność przyborów kuchennych i widocznej żywności, a także identyfikować kolory na Fotografia.

Kiedy fotografie zawierają sceny plenerowe, takie jak zdjęcie skalistego wybrzeża Maine, uczniowie są w stanie zidentyfikować obecność, powiedzmy, oceanu, używając zmysłów słuchu, dotyku, smaku i węchu. Rozszerzając swoje zwykle akceptowane pięć zmysłów, uczeń jest w stanie dostrzec, doświadczyć i zinterpretować obecność piasku i poszarpanych skał.

Jak już wspomniano, jedną z najpiękniejszych obietnic, jakie ta technika daje osobie widzącej, jest możliwość doświadczenia warunków odzwierciedlonych na samym zdjęciu. Można więc nie tylko spojrzeć na zdjęcie burzy, ale także poczuć deszcz i wiatr, poczuć świeżość powietrza, usłyszeć grzmoty, zobaczyć światło. Ta forma percepcji totalnej umożliwia przeżycie sytuacji, w której uchwyci ją aparat fotograficzny czy pędzel artysty, zamiast tylko patrzeć na obraz i próbować wyobrazić sobie warunki odbite na płótnie lub rolce filmu.

Można sobie wyobrazić konsekwencje, jakie te techniki mają dla edukacji. Oprócz oferowania kreatywnych metod edukacyjnych tysiącom niewidomych studentów, wnoszą zupełnie inną perspektywę do świata biznesu, ponieważ niewidomi mogą być zatrudnieni w wielu zamkniętych dla nich firmach i zawodach. Wychowawca będzie musiał przeorientować swoje metody nauczania, aby przygotować uczniów niewidomych na zwiększenie możliwości zatrudnienia. Ślepotą z konieczności będzie postrzegana jako mniej ograniczająca, a nowe podejście, które koncentruje się na potencjale ucznia, zastąpi stary pogląd na edukację niewidomych. To podejście edukacyjne nie będzie ograniczone przez światopogląd, który postrzega utratę wzroku jako nieodwracalną przeszkodę.

Wychowawcy, którzy stosują te techniki, będą mieli możliwość uczynienia doświadczenia ważnym w procesie edukacyjnym. Nauczyciel będzie mógł doświadczać w swojej klasie gorących, suchych pustyń lub chłodnych, wilgotnych nizin, a nie tylko przekazywać opisy i przypisywać lektury.

Zrozumienie materiału pisanego za pomocą tych technik obiecuje nową metodę nauczania uczniów z trudnościami w uczeniu się i problemami z czytaniem. Daje również nową nadzieję dorosłym,



którzy z tego czy innego powodu porzucili szkołę z nieodpowiednimi lub słabymi umiejętnościami czytania. Jak w przypadku każdej techniki, czytanie ze zrozumieniem za pomocą tych metod nie jest panaceum, ale z pewnością ta forma nauczania otwiera nowe ścieżki w edukacji.

W zrozumieniu codziennych materiałów drukowanych rozważano i obecnie bada się możliwość uczenia się przez daną osobę czytania treści słowo po słowie za pomocą tej metody. Dotychczasowe wyniki ujawniły interesujący problem, który związany jest z potrzebą nauczania uczniów poszerzania wszystkich obszarów świadomości. Aby osiągnąć czytanie treści tą metodą, konieczne staje się stopniowe zawężanie pola poszerzonej świadomości. Ta delikatna równowaga, obejmująca rozszerzanie i kurczenie się pola percepcji, wymaga dużo czasu na osiągnięcie. Niewielkie sukcesy do tej pory były zachęcające i wskazywały drogę w kierunku modyfikacji metod pozwalających na większą dokładność w dosłownym postrzeganiu treści. Obecnie uczniowie potrafią poprawnie zidentyfikować kilka słów kluczowych w zdaniu, ale technika zawężania pola poszerzonej percepcji nie została dostatecznie udoskonalona, aby umożliwić dokładne odczytanie kolejności słów w zdaniu. Obecnie, chociaż uczeń może być w stanie wybrać słowa kluczowe, kolejność, w jakiej są one postrzegane, rzadko jest dokładna.

Zanim zakończymy omawianie dermatooptyki, należy rozważyć kilka głównych myśli. Pomyśl przez chwilę o własnych pomysłach i uczuciach związanych ze ślepotą. Zanim ludność świata postrzega ślepotę z perspektywy tego, co jest możliwe dla osoby niewidomej, a nie tylko jej ograniczeń, musi nastąpić zmiana w sposobie postrzegania ślepoty. Zanim nasz system edukacyjny wprowadzi w życie kreatywne techniki radzenia sobie z osobami, które nasze społeczeństwo określa jako upośledzone, społeczeństwo musi zrozumieć, że przy odpowiednim pouczeniu ci ludzie mają mu wiele do zaoferowania. Jesteś taką osobą i członkiem społeczeństwa. Pomyśl o możliwościach, jakie te techniki oferują w obszarze zasobów ludzkich i oceń je we własnym umyśle.

Ktoś kiedyś powiedział, że demokracja nie jest idealną formą rządów, ale jest najlepszą, jaką mamy do tej pory. Techniki te nie są lekarstwem na wszystko, ale oferują więcej nadziei niż jakakolwiek z dotychczas dostępnych metod. Mamy szczerą nadzieję, że dalsze badania i wdrażanie technik doprowadzą do spełnienia tej obietnicy, ale zanim to nastąpi, każda osoba musi pozwolić sobie na



zobaczenie korzyści, jakie te techniki mogą przynieść naszemu społeczeństwu i naszemu światu.

Postęp dokonuje się, gdy człowiek dostrzega możliwości dalszego badania pola; to znaczy, kiedy człowiek pozwala sobie widzieć. Wielu ludzi w tym narodzie jest niewidomych i określanych jako niewidomi. Pewien mądry człowiek powiedział kiedyś: „Nikt nie jest tak ślepy jak ci, którzy nie widzą”.

## 89    Ćwiczenia dla Dermaoptyki.

### ODBIERANIE SŁÓW W ZAMKNIĘTEJ KOPERCIE.

1. Każda osoba biorąca udział w tym ćwiczeniu zapisuje na kartce papieru trzy niepowiązane ze sobą słowa w języku angielskim. Dla początkujących słowami powinny być rzeczowniki lub czasowniki. Słowa należy pisać ołówkiem, gdy badani po raz pierwszy uczą się techniki, ponieważ z jakiegoś powodu energia wibracyjna wydaje się być łatwiej zinterpretowana w formie pisemnej, gdy zostanie umieszczona na papierze za pomocą miękkiego ołówka. W miarę postępów każdy zwykły materiał drukowany będzie łatwo odczytywany.

2. Dokumenty są umieszczane w nieprzezroczystych kopertach i zaklejane. Koperty należy wymieniać tak, aby żaden z uczestników nie trzymał swojego ołomu.

3. Trzymaj kopertę między dłońmi i wykonuj ćwiczenia oddechowe opisane w rozdziale 1.

4. Teraz usuń skupienie oczu, zadanie to najłatwiej wykonać, patrząc w dół i do wewnątrz w kierunku nosa. Brak skupienia oczu pomoże odłożyć świadomy umysł na bok.

5. Trzymając kopertę w dłoniach i nie skupiając oczu, bądź świadomy wszelkich słów, obrazów lub doznań emocjonalnych, których doświadczasz. Niezwykle ważne jest, aby odbitki nie były cenzurowane, ale zapisywane od razu na osobnej kartce papieru, trzymając kopertę w jednej ręce.

6. Wyciski uzyskane w ten sposób są wyciskami swobodnymi, a spontaniczności nie można przecenić.

7. Po napisaniu do minimum sześciu odcisków otwórz kopertę i



porównaj swoje odciski ze słowami zaczerpniętymi z koperty.

8. Możesz zauważyć, że jeśli nie wybierzesz dokładnie tych samych słów, co te zapieczętowane w kopercie, będziesz mógł wybrać słowa ściśle związane z zapieczętowanymi słowami. Zjawisko to jest bardzo powszechne i jest podobne do techniki stosowanej w praktyce artyleryjskiej, kiedy cel zostaje ostatecznie trafiony przez zerowanie z obu stron. Na przykład, jeśli słowa na papierze w twojej kopercie brzmiały: słońce, jabłko i lot, być może zapisałeś swoje wrażenia jako jasne, ciepłe, owocowe, ruchowe, biegowe i jabłkowe. Apple byłby oczywiście strzałem w dziesiątkę. Jasne i ciepłe są ściśle związane ze słowem słońce, a owoce również byłyby uważane za blisko związane z jabłkiem. Słowa ruch i bieganie mogły być bezpośrednio związane z lotem.

92

### OTRZYMANIE FOTOGRAFII W ZAMKNIĘTEJ KOPERCIE.

1. Nieuczestnik powinien wybrać zdjęcia do wykorzystania. Umieść zdjęcia w nieprzezroczystych kopertach i zaklej je. Aby każdy uczestnik miał możliwość wyrażenia swoich wrażenia z zawartości każdej koperty, koperty powinny być ponumerowane kolejno. Do nauki tej techniki należy wykorzystać pięć takich fotografii. Liczbę oczywiście można powiększyć, ale każdy uczestnik powinien mieć doświadczenie w interpretacji zawartości co najmniej pięciu kopert.

2. Trzymaj kopertę między dłońmi. Ćwiczenia oddechowe należy wykonywać zgodnie z wcześniejszym opisem, ale z jedną odmianą. Wyobraź sobie lub wydychaj oddech przez twoje ręce. Ta metoda pozwala na zwiększenie świadomości poprzez dłonie. Starożytni nauczali, a badania zdają się ich potwierdzać, że świadomość podąża za oddechem.

3. Nie skupiaj oczu, jak poinstruowano w poprzednim ćwiczeniu, i ponownie pozwól, by do twojej świadomości wszedł swobodny przepływ wrażeń. Ponownie ostrzega się, abyś pisał swoje wrażenia dokładnie tak, jak otrzymałeś. Jeśli ktoś zaczyna cenzurować lub kwestionować wrażenia, świadomy umysł zostaje uruchomiony, a pozazmysłowa percepcja nie działa na poziomie świadomego umysłu.

4. Po napisaniu swobodnego przepływu wyświateł możesz



kwestionować swoją wyższą świadomość, szukając bardziej szczegółowych informacji na temat swobodnego przepływu wyświetleń. Na przykład, jeśli podczas tego okresu swobodnego przepływu wrażeń odebrałeś wzorzec energetyczny zwierzęcia, możesz otrzymać bardziej szczegółowe informacje poprzez rozszerzenie zmysłów, aby rozpoznać, czy zwierzę ma futro, czy twardą skórę. Ta forma zadawania pytań, wyższa świadomość, pozwala na dużą dokładność interpretacji. Odczekaj minutę na każdą kopertę.

5. Po minucie koperty należy wymienić i powtórzyć tę samą procedurę z kolejnym zdjęciem. Kontynuuj, aż każdy uczestnik napisze swoje wrażenia dla pięciu różnych kopert; zanotuj numer każdej koperty obok otrzymanych z niej odbitek.

6. Nieuczestnik może teraz odebrać koperty i kolejno je otwierać. Na przykład kopertę oznaczoną 1 należy otworzyć i trzymać fotografię, aby każdy uczestnik mógł zobaczyć, co przedstawia zdjęcie i sprawdzić prawidłowe wrażenia.

7. Przekonasz się, że twoja celność znacznie wzrasta, gdy będziesz dalej ćwiczyć tę technikę.

93

## 8 Medytacja.

Medytacja stała się słowem często używanym w naszym społeczeństwie, nawet wśród dzieci. Wątpliwe jest, aby wszyscy, którzy używają tego słowa, byli w pełni świadomi jego znaczenia, a jeśli znaczenie jest dla nich jasne, prawdopodobnie proces wchodzenia w stan medytacyjny wcale nie jest jasny.

Jogini dyskutowali o medytacji od wieków, ale dopiero niedawno świat zachodni zwrócił uwagę na tę praktykę. Być może opóźnienie wynika z różnic kulturowych między Wschodem a Zachodem. Ludzi wychowanych w kulturze zachodniej uczy się doceniać działania i jawne osiągnięcia. Zapewne każdy czytelnik w swoim życiu natknął się lub usłyszał sformułowania: „Bezczynny umysł to warsztat diabła”; „Zajęte ręce to szczęśliwe ręce”; „Zajęcie się to najlepszy



sposób na uniknięcie kłopotów”. Te wyrażenia odzwierciedlają orientację zachodniego społeczeństwa z dala od pasywnych państw i w kierunku działania.

Badanie społeczeństw Wschodu – na przykład Indii – ujawnia orientację nie na aktywność zewnętrzną, ale raczej na wewnętrzną refleksję i bierną akceptację. Opowiada się wiele historii o joginach, którzy siedzieli pod drzewami i medytowali tak długo, że korzenie drzew wyrosły wokół nich. Ponieważ ludzie często przesadzają, ta historia prawdopodobnie nie odzwierciedla faktów, ale wskazuje na system wartości narodu zorientowanego na introspekcję i pasywne stany świadomości.

Trudno sobie wyobrazić zachodniego biznesmena spędzającego tyle czasu na medytacji pod drzewem. Nasz kraj jest uprzemysłowiony, a działalność, która napędza jego koła, jest niezbędna do jego przetrwania. Być może, tak jak w większości skrajności, filozofia, która leży pomiędzy tymi dwiema orientacjami i zawiera najlepsze przesłanki każdej z nich, pozwoli jednostkom, które mają bardzo kontakt z samym sobą, żyć w zamożnych narodach.

Być może cywilizacja zachodnia tak długo zastanawiała się nad korzyściami płynącymi ze stanów medytacyjnych, ponieważ do niedawna Zachód postrzegał medytację jako praktykę religijną, wykonywaną przez osoby, które oddały swoje życie w klasztorach. Mnisi, opaci, księża i zakonnice przyszli na myśl, gdy wspomniano o medytacji. Dziś, po wielu radykalnych zmianach w zakonach, medytacja wyszła poza religię. Biznesmeni, gospodynie domowe, licealiści i studenci czytają książki i biorą udział w kursach praktyki medytacji. Z pewnością nie wszyscy, a nawet większość z tych ludzi chce uczyć się medytacji, aby osiągnąć stan samadi, stan doskonałego zestrojenia z wszechświatem i Absolutem. Ludzie uświadamiają sobie, że oprócz wykorzystania go w osiągnięciu takiego stanu świadomości, praktyka medytacji daje wiele korzyści ubocznych, z których nie najmniejszą jest stan spokoju. Pomyśl o milionach dolarów wydawanych każdego roku na środki uspokajające w samym tylko tym kraju, a stanie się jasne, że uczucie spokoju jest bardzo poszukiwane. Medytacja jest naturalnym sposobem na osiągnięcie wewnętrznego spokoju wraz ze znacznym obniżeniem rachunków za leki.

Aby odpowiedzieć na pytanie „Czym jest medytacja?”, rozważymy najpierw niektóre nauki jogi. Jogin medytuje w celu osiągnięcia



stanu jedności ze stworzeniem i Stwórcą. Medytacja dla jogina jest procesem ukierunkowanym na osiągnięcie jedności poprzez wyciszenie świadomego umysłu, a tym samym poszerzenie świadomości. Proces ten daje jednostce możliwość doświadczania wyższych stanów świadomości i ostatecznie stanu czystej istoty. Jogini nie medytują w celu aktywowania zdolności jasnowidzenia, telepatycznych i innych zwykle uważane za percepcję pozazmysłową. Zdolności te znajdują się pod świadomą kontrolą wielu joginów, ale taka kontrola nie jest celem ich medytacji.

Dla jogina jednym ze sposobów ułatwienia osiągnięcia jedności jest przebudzenie czakr – punktów, w których energia może płynąć z jednego ciała do drugiego. Jogini wierzą, że człowiek składa się z przenikających się ciał, z których każde jest dokładnym duplikatem drugiego i każde składa się z energii poruszającej się z różnymi prędkościami w zależności od ruchu cząsteczek w ludzkim ciele. To przekonanie nie wymaga tutaj szczegółowej dyskusji; Czytelnik musi tylko zrozumieć, że medytacja jogi pociąga za sobą stymulację tych czakr przez tlen krążący w ciałach. Siedem czakr rozciąga się od podstawy kręgosłupa do czubka głowy; dlatego jogini wierzą, że medytację należy praktykować z prostym i wyprostowanym kręgosłupem.

Dźwięk był używany od wieków do wywoływania stanu wyższego dostrojenia. Mantry, zbiór słów, które podczas intonowania wytwarzają określone dźwięki, były szeroko stosowane, aby odłożyć świadomy umysł na bok i wznieść świadomość do pełnej jedności. Mantry są nadal używane i są używane na półkuli zachodniej. Jogini wyobrażają sobie słowo om jako dźwięk kosmiczny i często jest ono śpiewane na głos i mentalnie podczas wchodzenia w stan medytacji.

Mantry medytacyjne były używane w wielu różnych społeczeństwach. Indianin używał form medytacyjnych mantr i świętych tańców, aby osiągnąć wyższe stany świadomości. Człowiek najwyraźniej przez wieki wierzył w moc słów i dźwięku, które mogą powodować zmiany w materialnym świecie. Kościół rzymskokatolicki szeroko wykorzystywał chorał gregoriański, a śpiew bardzo często poprzedza medytację w zakonach. Św. Augustyn powiedział kiedyś w odniesieniu do śpiewów: „Śpiewać to modlić się dwa razy”

. Druga odpowiedź na pytanie, czym jest medytacja, pochodzi od naukowca. Mimo że nauka zajęła wiele tysięcy lat odpowiedź, przeprowadzono wiele badań i są one kontynuowane do dziś na



wielu uniwersytetach i uczelniach.

Badanie fal mózgowych emitowanych podczas stanu medytacji wykazało, że aktywność mózgu w takim stanie znacznie różni się od aktywności podczas rutynowej egzystencji. Za pomocą elektroencefalografu (EEG) ustalono, że podczas medytacji mózg emituje raczej stały przepływ rytmów alfa. W miarę pogłębiania się stanu medytacyjnego zapis EEG odzwierciedla emisję rytmów theta. Oba te stany wskazują na mniejszą aktywność korową i wzrost pogody ducha i stwierdzono, że korelują w pozytywny sposób ze stanami sprzyjającymi kreatywności.

Czytelnik musi uważać, aby nie pomylić tych stanów z tymi, które wywołuje sen. Badania nad aktywnością mózgu podczas różnych poziomów snu wykazały, że kiedy osoba śpi na bardzo głębokim poziomie, mózg emituje rytmy delta. Wszystkie te rytmy mózgu, jak odzwierciedla EEG, różnią się od fal mózgowych emitowanych podczas wykonywania codziennych czynności, kiedy najczęściej emitowane są rytmy beta.

Nauka odkryła również, że możliwe jest nauczanie ludzi wytwarzania rytmów alfa i theta według własnego uznania. Takie metody nauczania zawsze wiążą się z użyciem sprzętu EEG lub biofeedbacku, ponieważ tylko przy użyciu takiego sprzętu można mieć pewność, że wytwarza rytmy alfa lub theta. Czytelnik powinien pamiętać o tym, jeśli kiedykolwiek rozważy kierunek studiów, który zawiera instrukcje dotyczące wytwarzania fal mózgowych. Bez wykorzystania biofeedbacku nie ma pewności, czy ktoś wytwarza rytmy alfa czy teta.

Badania laboratoryjne przeprowadzone na próbkach krwi pobranych od osób przed, w trakcie i po medytacji pokazują, że poziom mleczanu we krwi spada podczas stanu medytacji. Ta fizjologiczna miara wskazuje na spadek poziomu lęku i jest oznaką większego spokoju. Stwierdzono również, że ciśnienie krwi obniża się podczas stanu medytacji, z odpowiednim opóźnieniem bicia serca.

Niewątpliwie stan medytacyjny powoduje wymierne zmiany w ludzkim ciele. Kierunek zmian wskazuje, że medytacja jest instrumentalna w wywoływaniu stanów twórczych, podwyższonej świadomości percepcyjnej i poczucia spokoju w jednostce. Wytwarzanie stanów medytacyjnych może więc wiele zaoferować w dziedzinie psychoterapii. Psychoterapeuta może pomagać swoim pacjentom, instruując ich w praktyce medytacji. Wielu psychoterapeutów twierdzi, że lęk jest jednym z głównych



*problemów terapii. Jeśli terapeuta może zapewnić pacjentowi stosunkowo szybki sposób na złagodzenie uczuć lękowych, sesje terapeutyczne z pewnością będą bardziej produktywne, a pacjent przekona się, że to nowe poczucie spokoju ma pozytywny wpływ na jego codzienne życie.*

*Psychoterapia może przynieść korzyści w wielu obszarach parapsychologii. Jasnowidzenie i telepatia mogą umożliwić terapeutcie uzyskanie lepszego wglądu w problemy swoich pacjentów, a medytacja oferuje pacjentowi możliwość wczesnej ulgi w niepokoju. Potrzebne są badania w tej dziedzinie, aby odkryć środki, dzięki którym parapsychologia może najlepiej pomóc terapeutcie. Wtedy pacjenci mogliby skorzystać z nowo otwartych ścieżek podwyższonej samoświadomości, które prowadzą do większego wypełnienia ludzkiego potencjału. Badania prowadzone obecnie w Atlancie w stanie Georgia nie przyniosły jeszcze rozstrzygających wniosków, ale wskazują na to, że nastąpią nowe postępy w dziedzinie psychoterapii przy użyciu technik parapsychologicznych.*

*Chociaż wiele osób może sądzić, że lepszym sposobem jest kontynuowanie poszukiwań przełomowych w tym, co uważają za bardziej konwencjonalne obszary, nie możemy oprzeć się wrażeniu, że parapsychologia otworzy wiele drzwi wcześniej zamkniętych dla badacza. Przypomina nam się historia Zen o człowieku, który kurczowo trzyma się krat w oknie, gdy drzwi za nim są otwarte! Otwarte drzwi zapraszają naukowców i inne osoby do przejścia w kierunku światła poza i odkrywania nowych technik wykorzystania i wzbogacania ludzkiego potencjału.*

### *Ćwiczenia medytacyjne.*

*Istnieje wiele technik wejścia w stan medytacyjny. Oto kilka metod do rozważenia przez czytelnika. Żadna opisana technika nie zadziała dobrze dla każdej osoby; dlatego bardzo ważne jest, aby wypróbować różne metody medytacji i pozostać przy tej, która jest*



*dla niego najbardziej korzystna w praktyce medytacji.*

102

### **OBIEG ODDECHU.**

*1. Najważniejsza jest właściwa postawa medytacyjna. Możesz medytować w pozycji leżącej lub siedzącej na krześle, ale w obu przypadkach wybrana pozycja powinna być wygodna, a kręgosłup powinien być wyprostowany.*

*2. Wybierz krzesło z oparciem wystarczająco wysokim, aby podeprzeć głowę. Połóż stopy płasko na podłodze i nie krzyżuj rąk. Dłonie należy pozostawić w pozycji odwróconej, z grzbietami opartymi na udach.*

*3. Zamknij oczy i zwracaj szczególną uwagę na swój oddech, ale nie staraj się kontrolować oddechu. Obserwując oddech, odkryjesz, że proces oddychania zostanie naturalnie spowolniony i pogłębiony.*

*4. Ponieważ zgodnie z naukami okultystycznymi oddech wchodzi do ciała i przemieszcza się w dół wzdłuż kręgosłupa, podejmij świadomy wysiłek, aby kontrolować oddech i recyrkulować go, aby przenieść go z powrotem w górę kręgosłupa do obszaru szyszynki (aby okultyzm, trzecie oko).*

*5. Aby kontrolować oddychanie i recyrkulować go w ten sposób, po obejrzeniu procesu oddychania bez zakłóceń, stań się świadomy pogłębiania się i spowalniania oddechu oraz zacznij świadomą kontrolę.*

*6. Kontrola oddechu nigdy nie może stać się walką o wytrzymałość. Sugerowane zmierzone liczby dla wdechu, zatrzymania i krążenia oraz wydechu są podane tutaj z ostrożnością, aby rozpocząć od liczby wygodnej dla ciebie i zwiększać liczbę w miarę postępów w naturalny sposób. Całe oddychanie powinno odbywać się z przepony, tak aby podczas wdechu przepona i brzuch lekko się rozszerzyły.*

*7. Zacznij od wdechu do odmierzonej liczby trzech; rozluźnić mięśnie brzucha natychmiast po zakończeniu wdechu. Wizualizuj, jak oddech przemieszcza się w dół kręgosłupa, obracając się i krążąc w górę kanału kręgowego do szyszynki tuż nad i pomiędzy brwiami. Krążenie to powinno być wizualizowane do zmierzonej mentalnej liczby sześciu.*

*8. Po cyrkulacji oddechu zrób wydech przez nozdrza do*



odmierzonej liczby trzech. Ten proces wdechu, zatrzymania, krążenia i wydechu powinien wykonać cztery razy.

9. Następnie po prostu pozwól sobie stać się świadomym swojej własnej świadomości i podążaj za wzorem myśli, które wnikają w twoją świadomość.

10. To ćwiczenie świadomości medytacyjnej nie powinno trwać dłużej niż 15 lub 20 minut. Ten okres jest również sugerowany dla różnych technik, które następują. Kiedy będziesz bardziej praktykowany w medytacji, możesz rozszerzyć swoją medytację do dwóch sesji dziennie. Następnie sugeruje się wczesny poranek i wczesny wieczór.

11. W przypadku tej techniki medytacyjnej, podobnie jak w przypadku wszystkich następnych, spróbuj wybrać jedno szczególne miejsce, które powinno być jak najbardziej wolne od hałasu. Telefon powinien być tak wyregulowany, aby uniknąć przerw spowodowanych nieoczekiwanym połączeniem. Jeśli to możliwe, medytuj o wcześniej ustalonym czasie i przyzwyczajaj się do tego, że ten okres jest przeznaczony na medytację. Nie chcemy sugerować, że twoje życie powinno kręcić się wokół harmonogramu medytacji, ale tylko, że powinieneś trzymać się określonego czasu tak często, jak to możliwe.

104

## PROJEKCJA W KIERUNKU ŚWIATŁA.

1. Technika ta, jak wszystkie wymienione tutaj metody, może być stosowana zarówno w pozycji siedzącej, jak i leżącej. Dla ilustracji posłużymy się pozycją na brzuchu.

2. Połóż się płasko na plecach i wykonaj technikę oddychania opisaną w pierwszym ćwiczeniu.

3. Z zamkniętymi oczami wizualizuj punkt światła na zewnątrz siebie, tuż przed trzecim okiem.

4. Bądź świadomy tylko punkcika światła i czy twoja świadomość będzie poruszać się w kierunku tego światła i do niego.

5. Jeśli jakakolwiek myśl dnia wejdzie w twoją świadomość, powinieneś odłożyć tę myśl na bok i kontynuować świadomą projekcję w kierunku światła.

6. Pozwól świadomości jedynie światła i bytu, jednocześnie świadomie projektując, zawsze głębiej, w jego kompozycję.



7. Ta technika jest niezwykle dobra dla doświadczenia czystej egzystencji. Ma intensywny efekt uspokajający, który pozostanie z tobą jeszcze długo po zakończeniu ćwiczenia medytacyjnego.

105

### KOLOROWA MEDYTACJA.

1. Po wykonaniu ćwiczeń oddechowych opisanych w pierwszym ćwiczeniu, wybierz kolor. Sugerowany jest niebieski. Wizualizuj pole ciemnoniebieskiego światła na zewnątrz siebie i tuż nad obszarem trzeciego oka.

2. Świadomie projektuj siebie w kolorze niebieskim, doświadczając jednocześnie jego cech.

3. Utrzymuj świadomość skupioną na samej niebieskości i zwracaj szczególną uwagę na dźwięk, zapach, smak i teksturę związaną z kolorem.

4. Pozwól swojej świadomości przesiąknąć tymi cechami. Niebieski działa szczególnie uspokajająco i jest wielką pomocą w poszerzaniu świadomości filozoficznej.

5. Ponownie, wszystkie myśli związane z codziennymi czynnościami należy odłożyć na bok. Świadomość powinna wrócić do doświadczenia wrodzonych właściwości koloru niebieskiego.

6. Istnieje możliwość wyboru innych kolorów. Poszczególne cechy związane z kolorami można znaleźć w Rozdziale 3, „Ludzka Aura”, gdzie omówiono znaczenie kolorów.

106    TECHNIKA

### EKRANU PROJEKCYJNEGO .

1. Wykonaj ćwiczenie krążenia oddechu.

2. Wizualizuj czysto biały ekran projekcyjny na zewnątrz siebie i ponownie przed i nad trzecim obszarem oka.

3. Utrzymuj całą świadomość skoncentrowaną na tym ekranie i pozwól swojej świadomości podążać za przepływem wszelkich myśli, form, doznań lub obrazów, które pojawiają się na ekranie.

4. Kiedykolwiek scena jest rzutowana przez ten mentalny ekran, wizualizuj i wyświetlaj siebie na zewnątrz i poprzez zewnętrzny



wygląd takiej sceny. To pozwoli ci doświadczyć wewnętrznych cech związanych z formą, kolorem i myślą.

5. Rozwiązywanie problemów za pomocą tej techniki można osiągnąć poprzez wizualizację ekranu projekcyjnego, mentalne określenie problemu, którego rozwiązania poszukujesz, i umieszczenie całej swojej świadomości na ekranie. Rozwiązanie często przedstawiają obrazy wyświetlane na ekranie.

6. Pamiętaj, że zawsze musisz rzutować siebie przez to, co pojawia się na ekranie, ponieważ medytacja implikuje pogłębianie świadomości i ciągłą penetrację wszelkich pojawiających się przejawów.

107

### MEDYTACJA DŹWIĘKOWA POPRZEZ MUZYKĘ.

1. Wybierz nagraną muzykę klasyczną lub półklasyczną, która Ci się podoba. Temat z 2001 roku („Również Sprach Zarathustra”) jest sugerowany jako odpowiednia partytura muzyczna do praktyki medytacji z dźwiękiem.

2. Gdy zaczyna się muzyka, połóż się płasko na plecach, zamknij oczy i obserwuj oddech, ale nie rób nic. spróbuj go kontrolować. Obserwuj oddech w ten sposób przez około 30 sekund, a następnie skieruj swoją pełną świadomość na muzykę.

3. Wyświetlaj siebie w każdej nucie i bądź niesiony w górę i w dół skali muzycznej, tak aby twoja świadomość spleciona była z samą melodią.

4. Jeśli to możliwe, ustaw swoje ciało w taki sposób, aby wibracje wypełniające pomieszczenie były fizycznie odczuwalne. To odczucie może być pomocą, aby twoja świadomość stała się muzyką.

5. Podobnie jak muzyka, pozwól swojej świadomości wypełnić całą przestrzeń. Wpłyn z nim w każdy zakątek pokoju. Z wibracjami muzyki przenikaj przez ściany pokoju i wyświetlaj siebie jako muzykę w nieskończonej przestrzeni. Możesz być zaskoczony, szczególnie w przypadku motywu Zarathustry, gdy odkryjesz, że doświadczasz samego stworzenia i przenikasz poprzez stworzenie do jakiegokolwiek siły, która wprawiła je w ruch.

6. Kontynuuj tę medytację przez co najmniej minutę po zatrzymaniu muzyki. Przekonasz się, że spokojny stan podniecenia i



*poszerzona świadomość pozostanie z tobą na długo po ćwiczeniu.*

*Praktykuj każdą z tych technik przez tydzień, zanim zdecydujesz, która metoda daje największe korzyści w medytacji. Może się okazać, że kombinacja technik jest najbardziej opłacalna. Cokolwiek działa najlepiej dla ciebie, jest dla ciebie najlepszą metodą medytacji.*

*Z praktyką możesz opracować wariacje kilku technik. Zachęcamy do zmian, które pomagają wejść w medytacyjny stan jedności ze wszystkim, co jest!*

108

## *9 Wizualizacja.*

*Na temat pozytywnego nastawienia psychicznego i jego wpływu na codzienne życie napisano wiele książek. Nie będziemy tu próbować zachęcać do światopoglądu Pollyanny, ale przedstawimy kilka podstawowych faktów i hipotezę, która sugeruje, że człowiek jest twórcą własnej przyszłości. Nie mówimy tutaj o przeszłości budowanej dzień po dniu, jedno wydarzenie prowadzi do drugiego. Właśnie teraz czytelnik posiada zdolność wnoszenia do swojego życia przyszłych okoliczności i wydarzeń poprzez mentalne tworzenie tych wydarzeń dzisiaj! To może wydawać się zdumiewające, ale gdy ktoś przeczyta, stanie się dla niego jasne, że ma większą kontrolę nad swoją przyszłością, niż kiedykolwiek marzył.*

*Ponieważ czas nie jest absolutnym towarem, ale płynącym kontinuum, człowiek ma zdolność do projektowania swoich myśli w to, co w tej chwili uważa za przyszłość i do ukształtowania jej według upragnionego wzoru. Podstawą tej zdolności jest to, że wszystkie rzeczy, w tym czas i myśl, składają się z energii. Już w Rozdziale 4 pokazano, że za pomocą energii psychokinetycznej człowiek może oddziaływać na swoje ciało fizyczne i przedmioty zewnętrzne względem niego. Tę samą energię w postaci myśli można wykorzystać do konstruowania konkretnych wydarzeń w życiu codziennym.*

*Rozważ możliwość, ponieważ czas nie jest absolutny, że przyszłość jest bardzo płynnym stanem. Aby to zilustrować, porównajmy tę płynność ze stopionym woskiem, który można*



formować w różne formy. Następnie rozważ, że myśli rzutowane na ten stopiony wosk mogą działać jak formy, które kształtują wosk zgodnie z wolą jednostki. Myśli nie są abstrakcyjnymi fantazjami, które nie mają prawdziwej treści. Myśli są rzeczami! Składają się z wzorców energii, które mogą wpływać na wszystko, z czym się stykają. Energia myśli może być wykorzystana jako tak wiele nasion zasianych teraz, aby wyprodukować określony plon w określonym czasie w przyszłości.

Konsekwencje takiej hipotezy są niezwykle dalekosiężne, ponieważ jeśli ta teoria jest poprawna, nakłada na każdą jednostkę odpowiedzialność za zaakceptowanie rzeczy takimi, jakimi są, albo aktywne robienie czegoś, aby wywołać pożądane okoliczności. Jeśli ktoś wybierze bierną akceptację, nie może rozsądnie narzekać, że okoliczności mu się nie podobają i powstrzymują go. Jeśli ktoś wybiera działanie, nadal nie ma podstaw do narzekania, ponieważ energia własnych myśli i wzorce, które energia przybiera, kształtują okoliczności, które nas otaczają. Jeśli okoliczności nie odpowiadają człowiekowi, musi on jedynie zmienić swoje nastawienie psychiczne i stworzyć mentalny obraz okoliczności, których chce, aby zmienić swoją sytuację życiową.

Nauka fizyki kwantowej została wykorzystana do badania natury czasu. Naukowcy w tej dziedzinie znaleźli dowody sugerujące, że czas płynie zarówno do tyłu, jak i do przodu, co potwierdza przekonanie, że czas jest naprawdę względny, a przyszłość naprawdę płynna.

Naukowcy, którzy badali prekognicję i energię psychokinetyczną w odniesieniu do kontroli przyszłych wydarzeń, doszli do wniosku, że jednostka może wywołać pożądane wydarzenie w przyszłości poprzez użycie wzorców myśli i energii psychokinetycznej.

Jako pomoc w zrozumieniu pojęcia płynnej przyszłości użyjmy analogii filmu. Wyobraź sobie aparat, który zawiera rolkę filmu z 12 ekspozycjami. Weź pod uwagę, że trzy sekcje tego rzutu zostały już odsłonięte, pozostawiając dziewięć sekcji potencjalnie zdolnych do uchwycenia każdej sytuacji. Jeśli osoba, która robi zdjęcie, zdecyduje, może sfotografować budynek, scenę w pomieszczeniu, scenę górską lub ruchliwy ruch w godzinach szczytu. Sam film jest w stanie przyjąć do przyszłej prezentacji każdą z tych scen, ale ta faktycznie wyryta na każdej sekcji pozostaje w gestii osoby, która robi zdjęcia. Czas jest jak rolka filmu. Odsłonięte sekcje przedstawiają przeszłość; odsłonięte sekcje odzwierciedlają



teraźniejszość; sekcje zdolne do ekspozycji w innym czasie pokazują przyszłość. Przyszłość jest więc porównywalna z nienaświetlonymi sekcjami na rolce filmu. O tym, co pojawi się w przyszłości, decydują pragnienia fotografa.

Udowodniono naukowo, że wiele osób posiada zdolność naświetlenia filmu w aparacie samą siłą myśli. Wielu renomowanych naukowców badało to zjawisko w ściśle laboratoryjnych warunkach i doszło do wniosku, że rzeczywiście jest możliwe poprzez myśl rzutowanie obrazu, który faktycznie tworzy się na kliszy fotograficznej lub rolce filmu, gdzie nie było możliwości naświetlenia zwykłymi środkami. Te fakty powinny dać czytelnikowi docenienie siły własnego myślenia. Przyszłość kryje w sobie nieskończoną liczbę możliwych ekspozycji. Każdy człowiek może stworzyć w swoim życiu okoliczności lub odbitki, których pragnie!

Czytelnik powinien pamiętać, że pewne okoliczności zostały już zepchnięte w przyszłość przez dotychczasowe wzorce myślowe. Ponieważ żadne dwie rzeczy nie mogą jednocześnie zajmować tej samej przestrzeni, przy konstruowaniu przyszłych wydarzeń według własnego upodobania należy się spodziewać, że poprzednie, które nabierają kształtu, zostaną zburzone. Doskonałym przykładem jest student, który całą energię myśli skierował na karierę w biznesie, a następnie postanowił zrekonstruować swoją przyszłość i zaczął wyobrażać sobie okoliczności, które pozwolą mu wstąpić na studia medyczne.

Ilekroć człowiek próbuje zrekonstruować swoją przyszłość, może mieć do czynienia z emocjonalnymi reakcjami ludzi, którzy już zareagowali na wcześniejsze wzorce myślenia. Ta zmiana stylu życia i celów może spowodować, że członkowie rodziny lub partnerzy biznesowi będą zdezorientowani lub rozgniewani, gdy zostaną skonfrontowani z nowymi okolicznościami. Dlatego nie należy się dziwić, jeśli podczas porządkowania wcześniej zaimplantowanego zdarzenia odczuwa pewien dyskomfort w związku z ewentualną koniecznością radzenia sobie z reakcjami innych osób zainteresowanych tymi zdarzeniami do tego momentu. Rekonstrukcja ma na ogół na celu zbudowanie czegoś lepszego, a koncepcję budowania przyszłości za pomocą myśli należy rozpatrywać w ten sam sposób.

Przebudowa i nowa konstrukcja myśli zawsze powinna mieć konstruktywny cel; w przeciwnym razie może dojść do wielkiego spustoszenia. To ostrzeżenie ma ogromne znaczenie i należy je



poważnie rozważyć. W konstruowaniu przyszłych wydarzeń myśli są faktyczną i potężną metodą wprowadzania okoliczności do życia! Ostrzegamy czytelnika, aby nie lekceważył tej techniki, biorąc pod uwagę prostotę stojącej za nią metodologii. Działa i działa z dużą dokładnością. Nie popełnij błędu, używając go jako zabawki, ponieważ jest w stanie zmienić każdą dziedzinę życia!

Niebezpieczeństwa tkwiące w tej technice ilustruje historia młodej studentki stanu Georgia, która mimo ostrzeżeń postanowiła wyobrazić sobie młodego mężczyznę – który do tej pory nie zwracał na nią szczególnej uwagi – wchodzącego w jej życie w znaczący sposób i zasypującego ją ze szczególną troską.

Tydzień później młoda kobieta poinformowała, że po tygodniu wizualizacji młody mężczyzna poprosił ją o trzy randki w ciągu ostatniego tygodnia. Była zachwycona i jednocześnie zdumiona, że technika zadziałała tak szybko. Trzy miesiące później w college'u w Macon w stanie Georgia ta sama młoda kobieta pojawiła się i zapytała, jak wyobrazić sobie młodego mężczyznę ze swojego życia. Powiedziała, że jego szczególne obawy doprowadzają ją do szaleństwa! W rzeczywistości był tak zatroskany o jej dobro, że razem zdołali zburzyć jej życie towarzyskie.

Młoda kobieta mogła jedynie ponownie uporządkować swoje życie, tworząc wokół niego nowe okoliczności. Będzie musiała poradzić sobie z reakcjami młodego mężczyzny i dyskomfortem, jaki wywoła zmiana porządku. Można śmiało powiedzieć, że kobieta już nigdy nie przyjmie tej metody tak lekko. Rozważy żniwa dobrze i na długo przed użyciem myśli, aby zasiać płynną przyszłość dla pożądanых wydarzeń.

Nie wszyscy ludzie, którzy próbują zastosować tę metodę, błędzą po stronie nadmiernego entuzjazmu. Niektóre osoby, które próbują budować przyszłe wydarzenia, podważają swoje wysiłki niezliczonymi wątpliwościami i stwierdzeniami typu „No cóż, jeśli to działa...” lub „Czy naprawdę myślisz, że coś tak prostego może działać?” Ten pesymizm jest analogiczny do budowania fundamentów pod dom rano i kruszenia go po południu.

Technikę należy postrzegać taką, jaka jest; nie ma w tym nic magicznego. Polega ona jedynie na wykorzystaniu energii mentalnej i psychokinetycznej jako stempla do odciskania na płynności przyszłych wydarzeń, które chcemy zaistnieć. Składa się nie ze składników magicznej formuły lub mikstury, ale jedynie z natury czasu w odniesieniu do energetycznych wzorców myśli.



Ważne jest, aby czytelnik docenił fakt, że energetyczne wzorce myśli mają jakość pseudomagnetyczną. Nie przyciąga się przeciwieństwa tego, o czym myślimy; zamiast tego czyjeś myśli przyciągają podobne warunki. Mówiąc prościej, otrzymuje się to, co daje, czy to w formie myśli, czy działań. Każda osoba tworzy swoją własną przyszłość, przyciągając do siebie osoby, działania i okoliczności, które odzwierciedlają jego wzorce myślowe.

Ta atrakcja może wyjaśniać cykl przegranych, który tak często obserwujemy w naszym społeczeństwie. Pracodawcy i główne instytucje wydają miliony dolarów rocznie na motywowanie pracowników i kadry kierowniczej do konstruktywnego myślenia. Smutne, ale prawdziwe jest to, że większość tych pieniędzy jest wydawana na próżno. Wiece Pep i seminaria Rahrah nigdy nie wywrą trwałego wpływu na postawy i wzorce myślowe. Wyjaśnienie dynamiki leżącej u podstaw procesu wizualizacji byłoby znacznie korzystniejsze dla firm, instytucji i społeczeństwa jako całości.

Osoba, która jest zwrócona na moc w sobie i wie, że nie potrzebuje magicznych słów ani formuł, aby osiągnąć sukces, nie będzie potrzebować mobilizacji. Osoba, której uczy się, że własny umysł jest najpotężniejszą siłą w kreowaniu swojej przyszłości, która jest w kontakcie z prawami korzystnego użycia tej siły, staje się prawdziwie samo-motywuującą i samorealizującą się jednostką.

Nie trzeba dodawać, że rozpoczęcie takiego treningu w dzieciństwie pozwoliłoby na czerpanie pozytywnych korzyści przez znacznie dłuższy okres czasu. Ludzie nie musieliby również rezygnować z postaw i wzorców myślowych z dzieciństwa, które skłaniały ich w dorosłym życiu do cyklu przegranego. O ileż łatwiej, zarówno dla nauczyciela, jak i ucznia, musi tylko uczyć i uczyć się tego, co jest konieczne, zamiast korygowania przeszłych nauk, które nie sprzyjają osiągnięciu celów życiowych, zanim przystąpią do pragmatycznego, konstruktywnego podejścia.

Idealną definicję edukacji można określić po prostu jako nauczanie w taki sposób, aby prezentowanego materiału nie trzeba było w przyszłości odrzucać. Gdybyśmy mogli przedstawić naszym dzieciom koncepcję, że myśli są prawdziwymi rzeczami i wywołują bezpośrednią i często natychmiastową reakcję, moglibyśmy mieć społeczeństwo o wiele mniej skłonne do chaotycznych sytuacji – społeczeństwo składające się z ludzi, którzy uznają, że dzisiejsze myśli stają się jutrzejszymi działaniami i okolicznościami. Tacy ludzie mogą być uważani za bardziej zdrowych na umyśle, ponieważ zdają



sobie sprawę, że myśl jest twórczą energią w ruchu i przyjmując odpowiedzialność za okoliczności, które istnieją w ich życiu, społeczeństwie i świecie. Ktoś kiedyś powiedział: „Najdłuższa podróż zaczyna się od pierwszego kroku”. Dodamy do tego, że wszystko, co istnieje, zaczęło się od myśli!

Ponieważ energia myśli jest tak potężną siłą w naszym świecie, osoba korzystająca z procesu wizualizacji powinna zrozumieć, że należy to robić z dokładnością. Nasze myśli znajdują materialną formę dokładnie tak, jak zostały wysłane. Ilustracją tej potrzeby dokładności jest incydent, który miał miejsce w życiu studenta Georgia State University, który zlekceważył przestrogę.

Po zapoznaniu się z techniką wizualizacji młoda studentka planowała wykorzystać tę metodę, aby przyciągnąć do siebie mężczyznę o pożądanym przez siebie cechach. Wyobraziła sobie mężczyznę niezwykle męskiego, bardzo zdecydowanego, zainteresowanego sztuką, wysokiego, przystojnego i wysoce inteligentnego. Dziesięć dni później, podczas wykonywania bardzo nieromantycznego zadania wynoszenia śmieci, podszedł do niej mężczyzna mieszkający w jej kompleksie mieszkalnym. Był wysoki, przystojny, niezwykle męski i inteligentny. Zapytał, czy mógłby porozmawiać z nią później tego wieczoru, a ona się zgodziła.

Na tym późniejszym spotkaniu mężczyzna powiedział młodej kobiecie, że bardzo go do niej pociągała i chciał, żeby regularnie się z nim widywała. Kiedy kobieta wspomniała, że wie, że jest żonaty i mieszka z żoną, uznał to za niewielką przeszkodę. Nie zrobiła tego i wyjaśniła mu, że chociaż pochlebia jej jego uwaga, czuła, że na ich drodze do lepszego poznania stoi zbyt wiele „drobnych przeszkód”. Wśród tych przeszkód był okres między jej 24 latami a 82 latami tego uroczego dżentelmena. Mężczyzna z pewnością spełnił każdy aspekt jej wizualizacji, ale zapomniała wyobrazić sobie jego wiek i stan cywilny.

Sytuacja została wyjaśniona, a młoda kobieta mogła dostrzec element komedii. Obiecuje jednak, że w przyszłości będzie znacznie ostrożniej korzystać z wizualizacji.

Chcemy podkreślić, że wizualizacja to znacznie więcej niż trend w kierunku pozytywnego myślenia; wiąże się z uświadomieniem sobie, że prawa naturalne są odpowiedzialne za jego skuteczność i wymaga działania tak, jakby wizualizowane okoliczności były już rzeczywistością. Z tego powodu zatopione wątpliwości odrywają się od konstruktywnej wizualizacji.



Wizualizacja wymaga wizualizacji pożądaných okoliczności co najmniej trzy razy dziennie. To powtarzanie dodaje impetu energii myśli wypuszczanej w płynną przyszłość. Jeśli ktoś planuje wprowadzić do swojego życia określone okoliczności, ale wizualizuje je tylko trzy lub cztery razy przed przerwaniem praktyki, może zapytać: „Co dzieje się z energią uwolnionych myśli?” Bez pędu nabytego przez powtarzanie, wcześniej uwolniona energia ulegnie wyczerpaniu i nie będzie wystarczająco silna, aby ukształtować płynną przyszłość. Ten proces wygaszania często wyjaśnia, dlaczego wiele osób, które zaczynają wizualizację entuzjastycznie, ale przestają wizualizować po zaledwie trzech lub czterech sesjach, nigdy nie widzi materializacji swoich myśli.

Kilka ważnych punktów należy podsumować. Po pierwsze, wizualizacja nie jest zabawką, ale bardzo solidnym zabiegiem, którego korzenie wyrastają z natury czasu i energii. Po drugie, w żadnym przedmiocie ani zestawie słów nie ma magii. Prawdziwa moc kreatywnego działania tkwi w umyśle każdej osoby. Musi tylko uświadomić sobie tę siłę, aby móc ją konstruktywnie wykorzystać. Po trzecie, energia naszych myśli przybiera materialną formę dokładnie tak, jak myśli zostały skonstruowane. Dlatego dokładność wizualizacji jest niezwykle ważna.

Mam nadzieję, że siła wizualizacji stanie się potężnym narzędziem do konstruktywnych celów w twoim życiu i zaczniesz uczyć tej techniki swoje własne dzieci lub te, za które jesteś w jakiś sposób odpowiedzialny. Nie używaj wizualizacji bez poważnego przemyślenia i należytego rozważenia okoliczności, które próbujesz wywołać w swoim życiu, parafrazując znanego komika: „Dostajesz to, co wizualizujesz!”

Ćwiczenia wizualizacyjne.

WIZUALIZACJA PRZEZ  
SAMO MYŚL.



1. Musisz mieć w głowie jasny obraz okoliczności, które chcesz zobaczyć.

2. Zastanów się odpowiednio nad rezultatem nacjonalizacji takich okoliczności, aby mieć pewność, że ich materialne stworzenie będzie korzystne i konstruktywne w twoim życiu.

3. Wykonaj ćwiczenia oddechowe opisane w rozdziale 1. Oddech dodaje energii i rozpędu potędze myśli.

4. Z zamkniętymi oczami wizualizuj okoliczności, które chcesz wywołać, widząc je okiem umysłu, tak jakby były już rzeczywistością w formie materialnej.

5. Kontynuuj ten proces wizualizacji przez co najmniej jedną pełną minutę. W miarę zwiększania zdolności koncentracji i wizualizacji proces wizualizacji może wydłużyć się do dwóch minut.

6. Ten proces należy powtarzać co najmniej trzy i nie więcej niż pięć razy dziennie. Proces należy prowadzić do momentu, gdy wizualizowane okoliczności nabiorą materialnej formy.

7. Materializacja okoliczności trwa na ogół od pięciu dni do miesiąca, w zależności od złożoności konstrukcji takich okoliczności oraz tego, czy dana osoba dopuściła się wątpliwości, co automatycznie spowalnia proces materializacji. 121

**WIZUALIZACJA PRZEZ FILM MENTALNY.** 1. Po poświęceniu czasu i rozważeniu, czy okoliczność, którą chcesz wywołać w swoim życiu, jest gotowa, aby stworzyć mentalny obraz filmowy, który przedstawia te okoliczności.

2. W tym procesie zostajesz scenarzystą, reżyserem i producentem filmu mentalnego, który przedstawia twoją przyszłość.

3. Wykonaj ćwiczenia oddechowe opisane w Rozdziale 1.

4. W wygodnej pozycji i z zamkniętymi oczami skonstruuj mentalny obraz, który zawiera ludzi i okoliczności, które mają być uwzględnione w twojej wizualizacji.

5. Skonstruuj mentalnie scenę – na przykład otoczenie biurowe, sytuację domową – w której bohaterowie twojego filmu mentalnego



mają wchodzić w interakcję.

6. Miej jasny obraz ludzi, którzy mają być uwzględnieni w tej scenie.

7. Odkąd piszesz scenariusz, mentalnie zobacz i usłysz, jak każda osoba wypowiada twoje słowa, a inne osoby reagują na te wypowiedziane słowa dokładnie tak, jak byś kazał im zareagować. Na przykład, jeśli chcesz wizualizować awans w swoim miejscu pracy, film mentalny, który produkujesz, może wyglądać następująco. Możesz wyobrazić sobie siebie przy biurku, rozmawiającego z pracownikiem bezpośrednio nad tobą w łańcuchu dowodzenia. Usłyszysz, jak pracownik mówi: „Pan. Smith chce się z tobą widzieć w swoim biurze, myślę, że ma dla ciebie dobre wieści”. Wtedy usłyszysz swój głos „Dziękuję bardzo” i zobaczysz, jak wychodzisz z biurka i idziesz do biura przełożonego.

Po wejściu do biura usłyszysz, jak mówisz: „Pan. Lones powiedział, że chcesz się ze mną zobaczyć, sir. Mając wyraźny obraz pana Smitha siedzącego przy biurku, usłyszysz, jak pan Smith mówi: „Tak, George, tak. Mam dla ciebie dobrą wiadomość. Awansujesz na szefa swojego działu. Podwyżka płac i nowe obowiązki zaczną się jutro. Byliśmy bardzo zadowoleni z twojego występu w przeszłości i wiemy, że wykonasz dla nas dobrą robotę na tym stanowisku w przyszłości”. Usłyszysz wtedy swoją odpowiedź: „Bardzo dziękuję, panie Smith. Doceniam Twoje zaufanie i wiem, że wykonam dobrą robotę dla firmy.” Film mentalny może się na tym zatrzymać, ponieważ oznaczałoby to dopełnienie pożądanых okoliczności.

8. Film mentalny powinien być odtwarzany co najmniej trzy i nie więcej niż pięć razy dziennie, aż zmaterializują się pożądane okoliczności.

122

## WIZUALIZACJA WIZUALIZACJA Z POMOCĄ ZDJĘĆ.

1. Ta forma wizualizacji jest szczególnie skuteczna w przypadku osiągnięcia jakiegoś materialnego elementu, który chcesz wnieść do swojego życia. Tak jak poprzednio, powinieneś dobrze się zastanowić, jakie zmiany może wnieść do twojego życia nabycie takiego przedmiotu.

2. Po wykonaniu ćwiczeń z technik oddechowych należy przyjąć



zrelaksowaną pozycję i mentalnie skonstruować obraz przedmiotu, który chcemy zdobyć.

3. Zdjęcie samego obiektu lub takie, które go odzwierciedla, jest pomocnym narzędziem w wizualizacji tą metodą.

4. Umieść fotografię lub fotografie w kopercie. Nie ma znaczenia, czy zdjęcie zostało wycięte z czasopisma, czy też jest odbitką z rolki filmu.

5. Użyj tego obrazu, aby zwiększyć swoją zdolność do tworzenia silnego obrazu mentalnego obiektu, który chcesz. Po wykonaniu przepisanych technik oddechowych i siedząc w wygodnej pozycji, w pełnej koncentracji patrz na zdjęcie przez około 30 sekund. Następnie zamknij oczy i zobacz, jak posiadasz ten konkretny przedmiot; na przykład, jeśli obiektem jest samochód, mogłeś wyciąć reklamę samochodu z czasopisma. Po skoncentrowaniu się na obrazie, aby wyraźnie przedstawić obraz swojemu umysłowi, zamknij oczy i zobacz siebie za kierownicą, jadącego własną ulicą. Wyobraź sobie, że parkujesz samochód przed własnym domem lub mieszkaniem i słyszysz, jak ktoś mówi: „Ładny samochód... kiedy go kupiłeś?” Potem usłysz, jak odpowiadasz: „Właśnie dostałem to dzisiaj. To prawdziwe piękno, prawda?”

6. Ten proces wizualizacji, podobnie jak w pozostałych ćwiczeniach, powinien być wykonywany co najmniej trzy razy i nie więcej niż pięć razy dziennie, aż zdobycie pożądanego obiektu stanie się rzeczywistością.

Ta technika, szczególnie korzystna dla tych, którym początkowo trudno jest tworzyć i utrzymywać silne obrazy mentalne, ułatwi rozwój takiej zdolności.

124

## 10 Etyka.

Każdy czytelnik, który chce badać etykę, może znaleźć niezliczone książki na ten temat, a także niezliczone książki, które omawiają etykę wraz z innymi sprawami. Kwestia etyki była rozważana przez



takich ludzi jak Platon, Arystoteles, Tomasz z Akwinu, Teilhard de Chardin, I. Krishnamurti i wielu innych. Gdyby wszystkie nazwiska zostały wymienione, utworzyłyby księgę.

Kwestia etyki przenika każdą dziedzinę ludzkiego życia. Robotnik, student i naukowiec od czasu do czasu stają w obliczu etyki w postaci wartości moralnych. Chociaż wartości moralne mogą się nieznacznie różnić w zależności od kraju, niektóre wydają się niemal uniwersalne w cywilizowanych społeczeństwach. Większość kultur szanuje życie i ceni prawo jednostki do prywatności. W miarę jak postęp przynosi zmiany, ludzkość staje przed tymi samymi problemami etycznymi, z którymi zmagala się w przeszłości i rozwiązywanymi zgodnie z okolicznościami i prawami, które istniały w tym czasie w społeczeństwie.

Który czytelnik nie widział filmu lub nie czytał książki, która w jakiś sposób, być może w poważny sposób, dotyczy problemów etycznych, z jakimi borykają się naukowcy? Jaki czytelnik w dzisiejszym cywilizowanym świecie nie brał udziału lub aktywnie nie słuchał dyskusji na temat moralnej kwestii związanej z wykorzystaniem energii jądrowej i działaniami wojennymi?

Po wiwatach, które pojawiły się po kapitulacji Japonii i zakończeniu II wojny światowej, po pewnym czasie pojawiło się często zadawane pytanie: „Czy jako naród moralnie usprawiedliwiliśmy zrzućenie bomby atomowej na Hiroszimę i Nagasaki?” Niektórzy szybko wskazywali na naukowca oskarżycielski palec, próbując zrzucić odpowiedzialność na tych, którzy umożliwili użycie takiego urządzenia. Nie będziemy tutaj argumentować za lub przeciw uzasadnieniu bombardowania atomowego tych dwóch japońskich miast, ale zajmiemy się kwestią odpowiedzialności naukowej za takie wydarzenie.

Postęp niesie ze sobą wiele zmian, do których człowiek musi dostosować swój sposób myślenia i postępowania. Rozważając kwestię dobra i zła, dobra i zła, błogosławieństwa lub przekleństwa, czytelnik powinien spojrzeć w ten sposób reakcji na postęp, gdyż tutaj człowiek dokonuje wyboru, jak i w jakim celu użyje narzędzi, jakie daje mu nauka. Żadne odkrycie ani przedmiot materialny nie jest sam w sobie ani dobry, ani zły. Dobro i zło wkraczają do naszego świata w celach, do których ludzie wykorzystują odkrycia i przedmioty materialne. Kiedy jednostka lub naród dokonuje świadomego wyboru, aby użyć prawa, przedmiotu lub teorii w sposób, który wie, że szkodzi innym, naruszając ich prawa człowieka



lub wyrządzając im krzywdę cielesną, wybór ten wprowadza zło na świat.

Osoby świadome potencjalnego dobra, jakie może zaoferować dane odkrycie naukowe, zadają kolejne pytanie, które próbuje obarczyć naukę odpowiedzialnością za wyniki postępu: „A co z ludźmi, którzy wykorzystają to odkrycie w niewłaściwy sposób?” W odpowiedzi na to pytanie trzeba wskazać, że wszystko, co istnieje, można wykorzystać „w niewłaściwy sposób”. Każde nowe odkrycie, każdy postępowy krok ludzkości, jest zagrożone wykorzystaniem przez jednych w sposób krzywdzący innych.

Rolnictwo, które zaczęło być szeroko stosowane około 8000 lat temu, jest przykładem właśnie takiego gigantycznego kroku w postępie ludzkości. Większość czytelników z pewnością zgodzi się, że uprawa żywności jest jednym z największych błogosławieństw człowieka. Postęp w rolnictwie pozwolił światu wyżywić swoich ludzi; narody z bardziej zaawansowanymi technikami rolniczymi uczą tych technik i/lub sprzedają żywność narodom nie tak zaawansowanym.

Naukowcy szukają teraz sposobów na wprowadzenie technik rolniczych do dna oceanów, aby w przyszłości Ziemia mogła produkować wystarczającą ilość żywności, aby wyżywić rosnącą populację. Ludzie z nadzieją szukają w rolnictwie odpowiedzi na pytanie: „Jak możemy mieć wystarczającą ilość żywności, aby wyżywić naszą rosnącą liczbę na tej planecie?”

Ci sami ludzie, którzy patrzą na rolnictwo z taką nadzieją, być może nigdy nie pomyśleli, że dopiero nadejście rolnictwa nie sprawiło, że ziemia stała się niezwykle cennym towarem, który skłonił ludzi do walki armię przeciwko armii, naród przeciwko narodowi o prawo do jej posiadania. Rozróżnienia klasowe powstały, gdy społeczeństwo podzieliło się na tych, którzy posiadali i tych, którzy uprawiali ziemię, a później na tych, którzy produkowali i tych, którzy sprzedawali narzędzia do uprawy roli. Wielu ludzi wzbogaciło się – niektórzy kosztem sąsiadów. Całe to rozdrobnienie społeczeństwa, które wcześniej nie posiadało rolnictwa, zostało spowodowane przez zastosowania i cele, do których ludzie zastosowali jego odkrycie. Czy Czytelnik spróbuje teraz odpowiedzieć na pytanie: „Czy rolnictwo jest błogosławieństwem czy przekleństwem?” Mając na uwadze historię rolnictwa można zauważyć, że okrojona i wysuszona odpowiedź:

Ten przykład pokazuje, że każde nowe odkrycie jest jak



dwustronna moneta. Tak jak nie istnieją monety jednostronne, tak człowiekowi nie wiadomo nic, co nie może być nadużywane według jego uznania i wyboru. Być może lepszą częścią odwagi w próbie odpowiedzi na pytanie o błogosławieństwo lub przekleństwo jest porównanie potencjalnie dobrych zastosowań nowego odkrycia z liczbą ludzi na świecie, którzy nadużyją tego samego odkrycia. Nawoływanie do zaprzestania odkrywania w celu naprawienia takiego nadużycia nie jest rozsądne. Bardziej realne jest edukowanie i szkolenie ludzi w taki sposób, aby postanowili wykorzystać odkrycia naukowe w sposób korzystny dla ludzkości.

Związek etyki z nauką o parapsychologii staje się jasny, gdy dostrzeże się potężne znaczenie odkryć w tej dziedzinie. Zdolność komunikowania umysłu do umysłu lub poprzez jasnowidzenie w celu posiadania konkretnych faktów dotyczących zarówno przeszłości, jak i przyszłości zagraża niektórym osobom, które postrzegają te zdolności jako potencjalnie mogące naruszać ich prawo do prywatności. Jeszcze raz podkreślamy, że żadna umiejętność nie jest sama w sobie dobra ani zła. Niektórzy ludzie mogą i najprawdopodobniej będą nadużywać swoich talentów.

Jedną z największych sił dostępnych ludzkości przeciwko takim nadużyciom jest edukacja społeczeństwa w zakresie parapsychologii. Poprzez masową edukację możemy zapobiec temu, aby ta wiedza nie stała się ezoteryczną własnością kilku jednostek lub narodów. Poprzez edukację i zachęcanie ludzi do rozwijania w sobie zdolności parapsychologicznych możemy również zmniejszyć liczbę osób, które prowadzą intratne życie, wykorzystując takie zdolności do rozrywki lub porad. Ludzie szukający porady są gotowi zapłacić komuś, kogo uważają za wyjątkowego lub uzdolnionego.

Zawsze znajdują się tacy, którzy rozwinęli te umiejętności pełniej niż inni, tak jak są tacy, którzy grają na pianinie dla własnej przyjemności i tacy, którzy grają na tyle dobrze, by dać koncert. Jednak poprzez ogólne wykształcenie i wiedzę możemy pomóc publiczności wyróżnić tych, którzy rozwinęli swoje umiejętności, podobnie jak pianista koncertowy. Osoby tak wykształcone będą w stanie rozpoznać tych, którzy oferują dużo, a dostarczają niewiele, gdy staną się finansowo zamożni.

Osoba, która poszukuje informacji jasnowidza, ma wobec siebie obowiązek etyczny, który polega na tym, że ma obowiązek jak najdokładniej zbadać kwalifikacje jasnowidza lub medium. Opinia publiczna może znacznie ograniczyć nieuczciwe media,



dyskryminując tych, których szukają, i ceny, które są gotowi zapłacić.

Każda osoba jest zawsze odpowiedzialna przed sobą w każdej dziedzinie, która wiąże się z zależnością od drugiej. Oszuści mogą zarabiać na życie komercjalizując swoje umiejętności, rzeczywiste lub wyimaginowane, ponieważ wiele osób jest gotowych zrzucić odpowiedzialność za podejmowanie decyzji, radośnie postępując zgodnie z radą osoby, która rzekomo wie najlepiej. Niektórzy czytelnicy mogą być zdumieni, gdy dowiedzą się o radach, jakich rzekomo inteligentni ludzie szukają u tak zwanych wróżek, którzy zakładają firmy przy autostradach lub głównych arteriach. Pytania obejmują: Czy wybiorę się na wycieczkę tego lata? Czy powinienem sprzedać swój dom? Czy powinienem zmienić pracę? Czy powinienem poślubić osobę, z którą się spotykam? Czy mój mąż i ja rozwiążemy nasze problemy małżeńskie? I zwycięzca wszystkich pytań: Czy powinniśmy wziąć rozwód? Jeśli weźmie się pod uwagę, że 99 procent tych przydrożnych psychików nie przeszło żadnego szkolenia w zakresie poradnictwa zawodowego,

Bardzo potrzebny organ regulacyjny złożony z osób posiadających kwalifikacje zarówno w parapsychologii, jak i poradnictwie czy psychoterapii mógłby prowadzić rejestr osób praktykujących w różnych dziedzinach nauk psychicznych. Rejestr zawierałby ich kwalifikacje w dziedzinie, w której twierdzą, że posiadają wiedzę specjalistyczną, a informacje te mogłyby być udostępniane opinii publicznej na żądanie. Jako coś w rodzaju lepszego biura biznesowego, ten organ regulacyjny mógłby również prowadzić listę skarg zarejestrowanych przeciwko wszystkim osobom, które twierdzą, że udzielają informacji lub porad psychicznych. Wpisanie każdej osoby do rejestru byłoby dobrowolne. Rejestr ten byłby próbą zachowania standardów etycznych i ochrony społeczeństwa; więc praktycy etyczni zainteresowani robieniem obu tych rzeczy chętnie pozwoliliby sobie na umieszczenie na liście.

Taki rejestr jest obecnie tworzony przez Psychic Science Institute, organizację non-profit zajmującą się badaniami i edukacją. Psychic Science Institute w Atlancie w stanie Georgia przyjmie zgłoszenia od ludzi z całego kraju. Ten rejestr nie jest ostateczną odpowiedzią na etyczne pytanie o kwalifikację osób zajmujących się naukami psychicznymi, ale jest konstruktywnym odejściem od destrukcyjnej krytyki tego, czego nie zrobiono!



*Przyszłość jest bardzo obiecująca dla nowych osiągnięć dzięki nauce parapsychologii. Z trwającymi już badaniami w dziedzinie dermatooptyki, miejmy nadzieję, że przyszłość doprowadzi te techniki do punktu, w którym przyniosą korzyści wszystkim niewidomym, upośledzonym wzrokiem i powolnym czytelnikom na świecie. Człowiek nie istnieje, by służyć nauce; nauka istnieje po to, by służyć człowiekowi! Jak lepiej może służyć nauka niż dostarczanie wiedzy i technik, które umożliwiają ludziom odkrywanie i wzbogacanie własnego potencjału ludzkiego?*

*To jest obietnica parapsychologii.*

132

## INDEKS

### A

Absolutny, 62-S3. 64, 97

Aka wątek. 6

zapisów Akaszy, 1-2, 56

Indian amerykańskich, 98

American Magazine, 48

Akwinu. Tomasz, 125

Arystoteles, 125

Astrologia. 74-75

### B

Biblia, 62, 64-65, 68

Ciało i Umysł, 49

Technika oddechu, 14-15, 17, 18, 31, 33, 34, 35, 36, 41, 43,

44, B3--84, 90, 92, 102-104, 105, 105, 107, 120, 121, 123

133

### C

Czakry, 98

Chardin, Teilhard de, 125

Chrześcijaństwo, 64-65, 68, 96, 98-99

Jasnowidzenie, 1-20, 24, 97, 101, 129, 130

ćwiczeń. 11-20

Jasnowidzenie, hipnoza i magnetyzm, 2

nieświadomość zbiorowa, 56



Cornell University, 30  
Cosmic mind, 1. Zobacz także Meditation  
Critique of Pure Reason, 49

## D

Dermaoptics, 77-93, 132  
ćwiczenia, 90-93  
techniki, 77- 89  
Hudson's Secret Iournal, 67-68  
Douglas, Lloyd C., 67  
Dreams of a Ghost Seer, 49  
Duke University, 2, 49

## E

Ectoplazma, 51  
Edison, Thomas A., 48, 69  
Einstein, 3  
Electroencephalogmaph (EEG), 22, 99-100  
Elias, 64-65  
Anglia, 29, 31, 4a  
Talia ESP, ćwiczenia z, 11-20

134

Ciało eteryczne lub bioplazmatyczne, 30-31  
Etyka, 125-32  
Rozszerzona percepcja sensoryczna, 15-16, 17, 18-20, 24, 25-27, B2-86, 93. Zobacz także Dermaoptyka  
Percepcja pozazmysłowa [ESP]. 4, 93, 97

## F

Przyszłe 8VBI1IS, 1. Z, 3, 5, 6, 10, 73, 109-13, 115, 116. S89  
także Wizualizacja

## G

Garrett, Eileen], 59  
Pamięć genetyczna, 72  
Georgia State University, 22, 73, 74, 77, 101, 113-14, 117

## H

Harvard University, 2, 49  
Hejbalik, Karl, 2  
Hermetyczne nauczanie, 64, 66  
Hipokrates, 2  
Ludzka atmosfera, 30



*Ludzka aura* , 29-36  
*ćwiczeń*, 33-36  
*Ludzka Aura*, 30  
*Hipnotyczna regresja*, 70-71  
I  
*Indie*, 96

135

J  
*Jeremias*. 65  
*Jezus Chrystus*, 65  
*Jan Chrzciciel*, 65  
*Jung. Carl G.*, 49-50, 56, 75  
K  
*Kant, Immanuel*, 49  
*Karma*, 66-67, 68  
*Kilner, Dr Walter J.*, 29-30  
*Metoda Kirliana*, 30  
*Krishnamurti, J.*, 125  
M  
*Mantry*, 98  
*McDougall, Dr William, Z.*, 49  
*Medytacja*, 95-108  
*ćwiczeń*, 102-108  
*Mediumship*, 47-59  
*form*, 50-55  
 *pionierów*, 48-50  
*teorii*, 55-59  
*Mikailova*, 38  
*Mozart*, 70  
N  
*Naumov, Dr. Pavel*, 38

136

O  
*Czytanie obiektów. Zobacz Psychometry*  
*Occultists*, 6, 32, 62, 103  
*Oracle of Delphi*, 2, 47, 48



Osis, Dr Karlis, 23  
Oxford University, 49

P

Parapsychology, 2, 23, 37, 40, 49, 74, 75-76, 101,  
129, 131, 132  
Przeszłe wydarzenia, 1,2, 3, 5,6, 10, 19-20, 109,112  
Peryskop, 2  
Platon, 125

Obecne wydarzenia, 1, 2, 5, 6, 112  
Psychic Science Institute, 131  
Psycholdneza(PK), 37-45, 110 111 115  
ćwiczeń, 41-45

Psychometria, 5-8, 17-20, 24  
Psychoterapia, 100-101, 131

R

Rahn, Dr. Otto, 30  
Reinkarnacja, 61-76  
doktryny, 62– 68  
poglądów naukowych, 68-76  
Ren. dr Louisa, 2, 38, 49  
Ren, dr IB, 2, 23-24, 38-39, 49  
Rosja, 2, 22, 30, 31, 38, 78

137

S

St. Augustine, 99  
Schopenhauer, Anhur, 49  
Scientific American, 48  
Socrates, 50  
Stanford University, 30  
Swedenborg, Emanuel, 48-49

T

Telepatia, 13, 14, 21-27, 56, B3, 97,  
ćwiczenia 1H1, 25-27  
Three Faces of Eve, 57  
Wędrowka dusz, 62

U

Uniwersalny eter, 1-2, 56  
Uniwersalna nieświadomość, 1. Zobacz też Medytacja



## V

Weryfikacja, 8-9, 10, 18, 24, 27, 29, 34-35, 36, 39, 51-52 .

54, 56, 57-59, 70-76, 112

Wibracje, 3-4, 5, 7

Wizualizacja, 109-24

ćwiczenia, 120-24

## Y

Yale University, 2

Joga, 1-2, 32, 62, 75, 95 -98

138

## O autorach

*Evelyn M. Monahan wykłada parapsychologię w Georgia State University School of Special Studies. Pracę licencjacką ukończyła na Uniwersytecie Tennessee, gdzie ukończyła psychologię. Później studiowała na Emory University, wykonując pracę magisterską z psychologii eksperymentalnej.*

*Pani Monahan występowała w wielu programach telewizyjnych i radiowych, wykładała i pisała artykuły do magazynów biznesowych.*

*Jej działalność zawodowa obejmuje pracę z osobami niepełnosprawnymi, zwłaszcza niewidomymi, głuchymi i niepełnosprawnymi w uczeniu się.*

*Terry Bakken jest redaktorem kobiecym i redaktorem gazety, a także pracował jako wolny strzelec.*