

FII TU,  
SCHIMBĂ LUMEA!

(E ACUM MOMENTUL?)

# — Capitolul 1 —

## Realitatea ta și universul liberului arbitru

Înainte să continuăm, hai să definim REALITATEA...

Când spun „realitate“ mă refer la modul uzual, mediocru, obișnuit în care toată lumea învață să funcționeze aici pe planetă: lucrurile pe care le avem cu toții în comun și lucrurile despre care CREDEM că sunt ADEVĂRATE, fără ca măcar să ne gândim prea mult la ele. Sunt toate acele lucruri care par că doar SUNT, de-a gata, într-o asemenea măsură încât nu le punem niciodată la îndoială.

Ca să crezi o realitate trebuie să ai doi sau mai mulți oameni care se pun de acord asupra unui punct de vedere. Cu alte cuvinte, o realitate se creează ori de câte ori doi sau mai mulți oameni concluzionează că „așa este“, chiar dacă nu o fac în mod conștient. Așa se creează, de fapt, realitatea. Știai asta?

Deci, când spun „această realitate“ mă refer la ceea ce ți-a fost transmis de când te-ai născut: regulile și regulamentele familiei tale, regulile și regulamentele societății tale, ale planetei, toate legile fizice ale realității – toate acele lucruri.

De exemplu, regulile acestei realități spun că nu-ți poți muta corpul instantaneu de aici în Fiji. Eu spun: de ce nu? Hai să schimbăm asta! Nu-i așa că ar fi mult mai distractiv?

Probabil că nu vom reuși să schimbăm asta chiar azi, dar hai să ne îndreptăm în direcția aceea și să vedem ce se arată. După cum a spus un vorbitor

motivațional care mi-a schimbat viața când eram în liceu: „Țintește spre Lună! Dacă o ratezi și nimerești stelele, nu e chiar așa de rău.“

Noi încercăm să facem toate fragmentele acestei realități să funcționeze corect ca să fim fericiți, în loc să creăm ceea ce ne-ar plăcea cu adevărat să avem, chiar dacă e complet diferit de această realitate. Credem că trebuie să fie ceva corect la această realitate din moment ce toată lumea o alege și toată lumea ne spune că e corect. Adică, trebuie să fie corectă, nu-i așa?

Scenariul în curs de desfășurare din capul nostru sună cam așa: „Cu siguranță că judecarea e corectă! Cu siguranță că familia are dreptate! Cu siguranță că școala are dreptate! Cu siguranță că banii au dreptate! Poate că eu sunt singurul care nu înțelege lucrurile cum trebuie și continui să mă simt inadecvat.“ Dar dacă toate aceste lucruri, presupuse a fi „corecte“, sunt inadecvate sau greșite pentru tine?!

Și dacă ar exista un mod total diferit de a privi toate aceste lucruri?

Iată o posibilitate demnă de luat în considerare:

*Realitatea care ți-a fost transmisă nu funcționează. Nu trebuie să o mai alegi dacă nu dorești asta. Înțelegând asta, ce ți-ar plăcea cu adevărat să alegi ca fiind viața ta?*

*Dacă ai ști cu adevărat că acesta este un UNIVERS CU LIBER ARBITRU, ce ai începe să alegi de îndată?*



*Ce-ar fi dacă Tu ai fi Maestrul universului tău?*

Ai auzit ideea că trăim într-un univers cu liber arbitru? Ni se spune că aceasta este una dintre legile universale, una dintre legile după care funcționează acest loc ciudat și neobișnuit.

*Iată întrebarea mea: dacă e adevărat, atunci de ce arată viețile noastre așa cum arată?*

*Dar lumea?*

Dacă este un Univers cu Liber Arbitru, de ce continuăm să credem că nu putem alege să schimbăm ceva? Să ne schimbăm situația financiară? Sau felul în care se simte corpul nostru? Sau relațiile pe care continuăm să le creăm, iar și iar, cu aceeași „persona“, doar că într-un corp diferit?

Și de ce continuăm să alegem traumă și dramă, sărăcie, nefericire, separare, furie, ură și (pre)judecată? De ce părem incapabili – sau nu dorim – să schimbăm toate acestea?

Poate suntem simpatici, dar nu suntem prea isteți. Punctul meu de vedere e că precis ne lipsește ceva din ideea că acesta este un univers cu liber arbitru.

Vreau să iau ideea universului cu liber arbitru și să te invit să o recunoști. Cu alte cuvinte, hai să folosim puterea ta de a alege și puterea ta de a schimba! Hai să le folosim ca să schimbăm trecutul care a fost limitat și nu a funcționat pentru tine și să creezi un prezent diferit și un viitor diferit – unde **tu ești tu și schimbi lumea.**

Nu-i așa că sună distractiv? Mă gândeam eu!

Cu toții părem să avem ideea asta, acest punct de vedere, că știm exact ce e necesar pentru a avea ceea ce ne dorim în viață. Dar dacă e necesar ceva total diferit? Sigur e așa!

Dacă nu ai lumea în care ți-ar plăcea să trăiești și viața pe care ți-ar plăcea să o ai, atunci tot ce ai crezut că va fi necesar ca să le obții... trebuie să fie incorect.

Are sens?

Cât timp rămânem la punctul de vedere că schimbarea se poate întâmpla doar în singurul mod în care noi am decis că ar trebui (și acesta nu funcționează), vom căuta mereu sursa schimbării în direcția greșită. Cu toții!

*Ești dispus să eliberezi, să distrugi și să de-creezi – măcar pe durata lecturii acestei cărți – toate proiecțiile, așteptările, separările, deciziile, concluziile, (pre)judecățile, respingerile și punctele de vedere pe care le-ai luat de bune*

*despre ce ar fi necesar ca viața ta (și lumea) să se schimbe? Right and Wrong, Good and Bad, POD and POC, All Nine, Shorts, Boys and Beyonds.™*

Îți mulțumesc! Ce altceva poate acum să apară? Adică, serios, ce ai de pierdut?



## *A găsi universul cu liber arbitru (Sau, cel puțin, cum am început eu să-l găsesc pe al meu...)*

Vezi tu, obișnuiam să am multe răspunsuri sau, cel puțin, pretindeam că am.

Acum zece ani îmi începeam cea de-a doua perioadă de chiropractician și chiar aveam câțiva pacienți. Câștigam aproape suficient încât să-mi plătesc chiria. Ce bucurie! Aveam o iubită despre care toată lumea spunea că e fata perfectă pentru mine. Aveam tot ceea ce se presupunea că ar trebui să te faci fericit aici, mai puțin grămezile de bani, dar asta nu era atât de important pentru mine. Încercasem toate metodele pentru pace interioară pe care le-am putut găsi, dar tot simțeam că mor pe dinăuntru.

Așa că i-am spus Universului: „Ai șase luni sau mă sinucid. Am fost aici, am muncit pentru tine, încercând să le aduc oamenilor conștientizare, încercând să le schimb viața și corpul, încercând să schimb în bine lucrurile de pe planetă, dar nimic nu se întoarce la mine. Urăsc să mă trezesc dimineața! Dacă așa vor merge lucrurile, fie! Dar eu mă sinucid. Ori se schimbă, ori plec de aici!“

Nu mă refeream doar la plecarea din relație sau din Santa Barbara, ci la plecarea din viața asta.

„Trebuie să existe un loc mai fericit, un alt corp sau o altă viață. Voi reveni ca nomad sau ca locuitor pe o insulă în Pacific, unde voi putea să stau toată ziua pe insule. Sau poate revin ca membru al familiei Rockefeller ca

să am găleți de bani. Trebuie să existe ceva diferit. Trebuie să existe ceva mai bun! Poate o altă planetă???”

Eram dispus să-mi pun capăt zilelor pentru că ajunseseam în punctul în care ceea ce era nu era destul. Știind asta, nu mai percepeam ca valoroase lucrurile pe care altădată le consideram însemnate.

Aveam tot ce decisesem că este valoros. Și nu era valoros. Știi la ce mă refer? Ai simțit și tu asta vreodată, măcar pentru o clipă? Dacă da, această carte va avea probabil mult sens pentru tine.

Fără exagerare, la o săptămână după ce am făcut această cerere, am văzut un mic anunț în ziar. Spunea „Access: Totul în viață vine la mine cu ușurință, bucurie și glorie” și avea numărul de telefon al unei fete.

Reacția mea a fost: „Pollyanna a dat anunț la ziar!” Eram înfuriat. „Viața mea e durere, suferință și calvar! Despre ce vorbești? Ușurință, bucurie și glorie. Ce e asta?” Nu exagerez, am mototolit ziarul și l-am aruncat. Doar că ziarul ăsta apare săptămânal în Santa Barbara și în săptămâna următoare am văzut din nou reclama: „Access: Totul în viață vine la mine cu ușurință, bucurie și glorie”

OOOOFFFF!

Cu mult înainte de a fi văzut această reclamă, realizasem că, atunci când opui rezistență unui lucru, probabil că e acolo ceva pentru tine, doar că nu-ți dai seama ce. Așa că, din moment ce-mi venea să omor persoana care pusese anunțul în ziar, am sunat-o și mi-am făcut o programare...

Numește-o inspirație divină, nebunie, căutarea disperată după o barcă de salvare, chiar înainte ca Titanicul care era viața mea să se scufunde pentru totdeauna în abis... Acel telefon mi-a redat accesul la viața mea și de atunci nu m-am mai putut înghesui înapoi în cutiuța care obișnuiam să fiu. Sunt foarte, foarte recunoscător!

Am avut ședința cu acea fată, o ședință de Access Bars, un procedeu simplu de a atinge niște puncte pe craniul unei persoane. După acea sesiune am avut prima mea senzație de pace după ani de zile. Era prima dată când îmi aminteam că totul e BINE, că întotdeauna a fost și mereu va fi... și *nu m-am mai gândit niciodată să mă sinucid.*

Un instrument, un lucru, un proces care a durat cam o oră... de la cineva necunoscut... și a schimbat energia întregii mele vieți și a lucrurilor pe care le credeam posibile.

Asta sper să-ți împărtășesc în această carte: conștientizarea faptului că o energie diferită e posibilă și pentru tine.

*Pentru că tu cauți să schimbi energia vieții tale, de fapt.*

Obişnuiam să practic toate chestiile, toate tehnicile spirituale și să gândesc „Vreau să schimb asta și asta...”. Însă chiar și dacă acele lucruri s-au schimbat, dacă energia a rămas aceeași, nu a contat.

Știi la ce mă refer?



## *Vibrația lui Tu*

Când schimbi energia, se schimbă rezultatele situațiilor din viața ta ca prin magie. De exemplu, ai observat vreodată că oamenii par să se miște mai încet atunci când te grăbești? Ai observat că, atunci când decizi, din orice motiv, să nu te mai grăbești, oamenii își cresc viteza? Asta pentru că ți-ai schimbat energia.

Ai intrat vreodată într-o cameră și ai schimbat energia din ea fără ca măcar să încerci? Sau ai avut un prieten care trecea printr-o zi proastă și s-a luminat imediat când a vorbit cu tine sau te-a îmbrățișat? Ce anume a creat acea schimbare? Ceva din ce ai spus, vreo tehnică psihologică *sau însuși felul tău de a fi?*

Ființa ta a schimbat asta. Energia care ești... vibrația TA... esența ta, care e totalitatea ta, acel lucru care există dincolo de tot ceea ce gândești. Ești tu, îmbrățișând întreaga lume.

Unul dintre lucrurile pe care le-am descoperit e că, atunci când începi să fii ceva, tu pur și simplu devii acea energie. Asta îi invită pe toți cei din jurul tău să fie și ei acea energie – dacă sunt dispuși să o aibă.

Dacă nu sunt dispuși să o aibă, acea energie rămâne în lumea lor, ca să o poată avea când sunt pregătiți. Când ei sunt pregătiți. Ar putea fi peste 20 de ani. Ar putea fi peste un miliard de ani. Cui îi pasă?

Tu tocmai pășești în *a fi* ceva. Atunci când ai o nouă conștientizare despre ceva și apoi alegi acel ceva, le permiți *tuturor* celorlalți de pe planetă să o aibă, deoarece tu ești dispus să fii acel lucru.

Atunci când începi să fii ceva diferit, deschizi spațiul pentru ca asta să existe acolo unde înainte nu avea loc.

Te invit la conștientizarea vibrațiilor energetice de a scoate la lumină ființa care ești și pe care nu ai fost până acum dispus să o vezi.

Energia care ești.

Vibrația care ești.

Și e, probabil, ceva complet diferit de ceea ce credeai că poate fi. Total diferit.

Dar atunci când îi permiți să fie pur și simplu, poate să apară ușurința pe care ți-ai dorit-o mereu în viață. Apare bucuria, apar posibilitățile – nu prin efort sau gândire, ci doar pentru că tu ești tu, cu o prezență ce nu poate fi distrusă. Din acea stare, care nu e chiar o stare așa cum știi, tu creezi lucruri. Schimbi lucruri.

Ești dispus să afli cine ești cu adevărat? Ești dispus să ceri să-ți faci apariția? Ești dispus să te familiarizezi cu ceea ce e adevărat pentru tine ca ființă?

Doar cere! Chiar acum.

Făcând asta, vei deschide ușa spre o nouă lume a posibilităților. Nu trebuie să îți dai seama cum!

E treaba Universului să îți arate cum se va întâmpla.

Tu trebuie doar să ceri! Apoi îți urmezi viața și traiul și mergi unde te ghidează Universul. Destul de ușor, nu? Mai multe despre „cum“ mai târziu...

O, încă un lucru: ȘTIU CĂ POȚI S-O FACI!



## *Găsindu-mi energia*

Am primit acest cadou extraordinar acum 10 ani, când Gary Douglas, fondatorul Access Consciousness, a pășit în biroul meu și mi-a cerut o ședință. Practicam o tehnică de chiroterapie ce avea trei „niveluri de îngrijire“ la acel moment și abia începusem cursurile Access.

Când a intrat, Gary a zis: „Uite, știu că sunt trei niveluri de îngrijire în ceea ce faci. Primele două nu funcționează foarte bine pe mine. Îmi pare rău! Va trebui să treci direct la nivelul trei.“

În mintea mea, îmi ziceam: „Nasol! Habar n-am ce să fac cu tipul ăsta.“ Avusesem doar clienți pentru Nivelurile 1 și 2 în cabinetul meu până la acea vreme și nu știam cum să tratez pe cineva la Nivelul 3.

Am stat acolo până când mi-a zis: „Uite, doar întreabă-mi corpul ce dorește! Urmează energia, vei ști ce să faci.“

O parte din mine a început să tragă concluzii, gândind: „Poftim? Voi ști ce să fac? Știi cine sunt? Sunt cel mai patetic practician de orice de pe planetă! Sunt cel mai mare idiot pe care l-ai întâlnit vreodată! Am un birou de mărimea unui dulap. Nu știu nimic.“ O altă parte din mine a început să pună întrebări: „Știi?“

Când am început să lucrez pe el, am fost într-un spațiu total diferit. Știam ce să fac. Nu cognitiv, nu într-un mod pe care l-aș fi putut descrie atunci. Dar ființa mea știa. Era o cunoaștere în mine.

În acel moment am pășit într-un spațiu al *a fi*-ului despre care nu știusem că există. Am pășit în a fi eu. În acel spațiu aveam acces la mine și la cunoașterea mea. Nu mai erau gânduri, ci doar cunoaștere.

La un anumit moment, în timp ce lucram pe el, eram la vreo 5 metri depărtare, în cealaltă parte a camerei, iar el tresălta pe masă ca un pește. Îmi mișcam mâna în aer doar pentru că simțeam că e lucrul potrivit de făcut. De fiecare dată când îmi mișcam mâna spre dreapta, capul i se întorcea înspre dreapta. De câte ori îmi mișcam mâna spre stânga, capul i se întorcea înspre stânga. Era cu fața în jos. Nu avea cum să mă vadă!

Acea primă sesiune pe care am avut-o cu el a fost prima pe care am făcut-o vreodată din ceea ce numesc eu acum Sinteza Energetică a Ființei (ESB). A fost începutul unui mod complet nou de a lucra cu trupurile, folosind energia corpului și a ființei pentru a șterge limitările – cu efect permanent în multe cazuri.

Acum călătoresc prin lume facilitându-le oamenilor lucrul cu ESB. Unele dintre cele mai mari cadouri pe care le primesc sunt mărturiile și scrisorile de recunoștință de la oamenii cărora le-a schimbat viața.

Te rog să înțelegi: NOI TOȚI avem capacitatea să creăm lumea ca un loc mai bun pentru noi și pentru ceilalți prin simplul fapt de a fi dispuși SĂ FIM NOI ÎNȘINE și să fim pe atât de diferiți pe cât suntem. Trebuie doar să aflăm ce e asta pentru noi și să fim dispuși să o alegem. Lumea are nevoie de tine. Ce mai aștepți?

Ce știi și ai pretins că nu știi sau ai negat că știi despre cine și ce ești cu adevărat? Eu nu am știut ce știam până când n-am devenit asta. Ce poți tu deveni dacă îți dai voie doar să „dai drumul, să ai încredere și să fii“?



## *Găsind energia Ta*

Dacă nu te învață nimeni vreodată cum să fii, cum poți deveni conștient de cum e să fii tu?

Un lucru care te poate ajuta e să cauți momentele din trecut în care ai ales cu adevărat să fii tu. Acelea au fost momente când nu ai avut gânduri, (pre)judecăți, dar ai avut pace totală și bucurie în simplul fapt de a fi, fără vreun punct de vedere. O, da, probabil că ai avut și o senzație de exuberanță, și posibilități. Acelea sunt momentele în care ești tu însuși.

*Iată un exemplu din viața mea, poate îți este de ajutor.*

Într-un an, mă oferisem voluntar să merg în Turul „California AIDS Ride“. E un turneu de aproape 1 000 de kilometri cu bicicleta, pe parcursul unei săptămâni, din San Francisco până la Los Angeles.

M-am oferit voluntar să fac acest tur cu bicicleta pentru că, în ultimul an din colegiul de chiropractică, mă oferisem deja voluntar, ca student, să tratez bicicliști din acest turneu. Toți banii care s-au adunat de la bicicliști au fost direcționați spre servicii pentru oameni care aveau HIV sau SIDA. Noi i-am ajutat pe bicicliști să facă față acelei săptămâni. Ca voluntari, eram în prima linie, tratându-i pe cei care aveau nevoie disperată de serviciile noastre.

De multe ori în acea săptămână mi-au dat lacrimile când vedeam curajul bicicliștilor pe care aveam norocul să-i tratez. Erau buni, frați, surori, iubiți, parteneri și prieteni, mergând cu bicicleta pentru că cei pe care-i iubeau aveau HIV sau mureau de SIDA.

Erau oameni cu HIV care participau ca să-i spună bolii „Nu deții controlul asupra mea! Poate mă vei omorî, dar nu azi și nu fără să lupt!“. Până și în ziua de azi mă inspiră curajul acelor oameni, lipsa lor de prejudecăți și simțul de comuniune pe care îl aveam cu toții.

Acest tur a fost singurul context în care fusesem alături de un grup mare de oameni și nimeni nu judeca pe nimeni. A fost una dintre primele dăți când am experimentat că toată lumea era acolo ca să ajute și să le dea putere tuturor celorlalți. Era o măreție pe care o percepeam posibilă și mi-am zis: „Știi ce, trebuie să contribui la asta! În anul următor particip și eu!“

Chiar dacă nu mai mersesem cu bicicleta de la 16 ani, am cerut să primesc o bicicletă și să învăț să merg pe ea. Am cumpărat o bicicletă de la un coleg care fusese ciclist. Am început încet și m-am antrenat câteva luni. Am făcut tot ce am putut ca să adun cei 2 500 de dolari necesari să mă înscriu și am avut câțiva oameni foarte generoși care au donat ca eu să-mi urmez visul.

În sfârșit, după luni de pregătiri, strângere de fonduri și reînvățat să merg cu bicicleta, eram pe șale! Eram în cursă alături de oameni care n-ar fi trebuit vreodată să poată merge 1 000 de kilometri cu bicicleta – și care erau acolo pentru că însemna atât de mult pentru ei. La fel ca în primul an, turneul mi-a deschis ființa către o conștientizare cu totul nouă despre ce suntem capabili să facem noi, oamenii, lucrând împreună.

Pe traseu, pe dealuri, mulți spuneau „Nu cred că pot face față, cred că voi muri înainte să termin“. Pe multe dintre acele dealuri urcam și apoi

coboram făcându-le galerie oamenilor de pe contrasens și urcam din nou, pe același deal, continuând să-i încurajez și să strig: „Bicicliști, puteți reuși! Dealul ăsta nu vă poate opri! Îi veniți de hac! Hai, bicicliști!“

A fost una dintre primele dăți din viața mea de adult când mi-a fost clar ca lacrima că le sunt de ajutor acelor oameni. Faptul că au văzut că îi pasă cuiva de ei atât de mult încât să le facă galerie (și urcă de două ori acele dealuri impresionante ca să o facă) le-a dat multora puterea să continue.

O doamnă care și-a amintit numărul meu de pe tricou și bicicleta a venit la mine la un popas și mi-a spus că am inspirat-o să nu se dea bătută în acea zi, când m-a văzut coborând dealul și făcându-le galerie bicicliștilor. Mi-a spus că era aproape epuizată și îi ceruse ajutorul lui Dumnezeu, iar 20 de minute mai târziu am apărut eu, făcând galerie ca un nebun. Mi-a spus că a râs, a plâns și a continuat. Moment în care am plâns și eu, ne-am îmbrățișat și am realizat ce cadou putem fi cu toții unul pentru celălalt – dacă alegem să fim.

În acea dăruire am și primit mult, simultan. E greu de pus în cuvinte. Deci sper că ai prins energia pe care încerc să ți-o transmit. Acesta e unul dintre exemplele pe care le am din viața mea despre cum mă simt când sunt cu adevărat eu, fără (pre)judecăți, fără puncte de vedere, ci cu simțul exuberanței și al posibilităților.

Când am mers cu bicicleta la acest eveniment, în sus și în jos pe deal pentru a doua oară, *nu am mai putut nega energia a ceea ce sunt când sunt eu. Câtă energie ai folosit împotriva ta ca să negi energia a cine ești cu adevărat? Orice ar fi asta, vrei să distrugi și să de-creezi, te rog frumos, și să recunoști cu adevărat cât de uluitor ești? Right and Wrong, Good and Bad, POD and POC, All Nine, Shorts, Boys and Beyonds.™ Mulțumesc!*

Acea săptămână mi-a schimbat întreaga viață și am fost diferit de atunci. E parte din motivele pentru care am avut curajul să rămân în viață când îmi doream să mă sinucid. Undeva, știam că acea energie și posibilitate de a fi era acolo, căci, după experiența avută în Turneul pentru SIDA, n-am mai putut să o neg în totalitate. Știam că e acolo. Doar că nu o puteam accesa.

*De ce această poveste din viața mea? Ca să te fac să te uiți în viața ta. Când ai fost tu atât de dinamic și de necontestat, cu exuberanța, pacea și lipsa de (pre) judecăți care știi că ești cu adevărat?*

Nu toată lumea poate merge în Turneul pentru SIDA, așa că permite-mi să-ți dau un exemplu puțin diferit! Când aveam 6 ani, mama m-a dus în Idaho să-mi vizitez bunicii, mătușile, unchii și ceilalți membri ai familiei. Unul dintre lucrurile extraordinare la acea vreme într-un orașel din Idaho era că un copil de 6 ani putea merge singur la magazin.

Exact asta am și făcut! Am mers la magazin și am luat toți banii pe care îi promisem la ultima aniversare (pe care-i economisem pentru excursie) și i-am folosit pe toți ca să cumpăr cutiuțe de balsam de buze pentru bunica și pentru fiecare mătușă și unchi pe care urma să-i vizitez.

Mi-a adus atâta bucurie să-i înmânez fiecăruia micul meu cadou! Se pare că le-a adus și lor bucurie. Au zâmbit și majoritatea au plâns, mai ales când, fără știrea mea, le-a spus mama că-mi luasem toți banii cu mine și am mers singur la magazin să le cumpăr acele obiecte pentru că îmi doream să le fac un cadou.

Acesta e un alt exemplu pe care l-am găsit când am vrut să știu cum mă simt când sunt eu. Mă gândesc la generozitatea pe care o avea copilul de 6 ani și la disponibilitatea lui de a-și cheltui ultimul bănuț ca să-i facă pe alții fericiți. Mă gândesc la asta ori de câte ori mă simt ciudat în legătură cu banii sau când simt că mă judec. Îmi amintește, cumva, că pot alege altceva.

Întrebarea cu adevărat importantă aici este: ce altceva e disponibil pentru tine să alegi... ce n-ai ales... poate de foarte mult timp???

*Vrei, te rog, să distrugi și să de-creezi acum tot ce nu-ți permite să fii tot ce poți fi tu cu adevărat? Right and Wrong, Good and Bad, POD and POC, All Nine, Shorts, Boys and Beyonds.™ Mulțumesc!*

Să ai realitatea ta nu se referă la altcineva, nici nu necesită punctul altcuiva de vedere, nici nu depinde de altcineva ca tu să o ai. O poți avea acum! (Dacă o revendici.)

*Vrei să revendici ca mai mult din viața ta să apară în acest mod acum? Și vrei să distrugi și să de-creezi, te rog, orice împiedică asta să apară pentru tine? Right and Wrong, Good and Bad, POD and POC, All Nine, Shorts, Boys and Beyonds.™ Mulțumesc!*

Vrei acum, te rog, să te uiți în viața ta la trei momente când ȘTII că erai cu adevărat tu și să le scrii dedesubt, cu câteva detalii ca să-ți impulsioneze memoria și conștientizarea? Acestea au fost momente când nu aveai prejudecăți, ci pace totală, bucuria de a fi viu și, probabil, un sentiment de exuberanță. Sper că te vor ajuta exemplele pe care ți le-am dat. Nu te gândi prea mult! Doar ia primele trei exemple care-ți vin în minte! Și, dacă ai mai mult de trei, continuă să scrii! Dacă ai nevoie, te rog să mai folosești o coală de hârtie.

1. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Dacă folosești cele trei exemple pe care tocmai le-ai scris, vei avea o conștientizare a cum e să fii cu adevărat tu, astfel încât să ai o țintă, să ai ceva care să-ți amintească de energia ta și ceva din care să Îți ceri Universului să-ți dăruiască mai mult. Aceste exemple îți arată cum te simți când ești cu adevărat tu. Acel sentiment, acea energie e noul tău punct de plecare.

În următoarele 3 zile, de câte ori te gândești la asta, doar amintește-ți unul dintre aceste momente când ai fost tu cu adevărat și pune întrebarea „Ce e necesar pentru ca mai mult din asta să apară acum în viața mea?”.

Ești deja pe cale să ai mai mult din tine! Cum devine mai bine de atât?



### *A primi traiul pe care ți-l dorești cu adevărat: Tu, Universul și bula de energie*

Multora dintre noi li s-a spus că, pentru a crea ceva, trebuie să-și trimită dorința „în afară”. Eu am descoperit că e fix invers. Am descoperit că e mult mai eficient să inviți înăuntru viața pe care ți-ar plăcea să o ai. Vrei să testezi? (Te rog, ia aminte: NU E o vizualizare. E creație prin a-I cere Universului. E un mod de a cere și de a primi din Universul infinit de darnic în care trăim, vorbind pe limba lui – limbajul energiei.)

*Ești gata pentru ceva diferit???*

Iată cum funcționează: cheamă energia a ceea ce ți-ar plăcea cu adevărat să ai ca fiind viața ta! Dacă ai putea cere și avea chiar orice, ce ar fi? Dacă NU

AR EXISTA DELOC LIMITĂRI în lumea ta legate de timp, bani, capacitate creativă și generatoare, ce anume ai cere?

Dacă ai avea acum o baghetă magică ce ți-ar putea împlini orice dorință, ce ai alege numaidecât? Acum, percepe cum te-ai SIMȚI dacă ar apărea toate acele lucruri pentru tine!

Nu te gândește prea mult la asta, doar cere – orice ar fi.

Vrei să ai o casă plăcută, care îți oferă o senzație specială? Nu spun să găsești o poză cu o proprietate cu 4 dormitoare și 3 băi... *Nu, găsește modul în care te-ai simți dacă ai avea locul în care ți-ar plăcea să stai!*

Vrei să poți călători? Vrei un serviciu care să-ți facă plăcere cu adevărat? În fiecare zi, când mergi să muncești orice muncești tu, ar fi entuziasmant, plin de bucurie, nou, s-ar schimba mereu și ți-ar oferi mai mult din tine, zi după zi. Ar fi asta încântător pentru tine? Percepe și cum te-ai simți!

Doar îți ofer niște posibilități, poți adăuga oricâte dorești.

Percepe cum te-ai simți, pune energia în fața ta, ca într-un fel de bulă de energie, dacă vrei. Acum, ce fel de relații și/sau sex ți-ar plăcea să ai? Dacă ai putea avea orice din acest domeniu, cum te-ai simți să ai acel ceva – să te trezești cu el, să-l ai în viața ta, în jurul tău, cu tine?

Ce fel de relații ți-ar plăcea să ai cu familia ta, cu prietenii, ce fel de relații ai avea cu planeta și cu plantele? Cu animalele? Cu oceanele? Cu pământul însuși, cu terenul de sub picioarele tale? Ce tip de distracție îți dai voie să ai și să fii? Percepe cum te-ai simți!

Cum te-ai simți zi de zi dacă ai putea avea asta? Pune și asta acolo!

*Acum trage energie în acea „bulă de energie“, de sentimente din întregul Univers!*

*Continuă să tragi! ∞ ∞ ∞ Mai mult! ∞ ∞ ∞ Mai mult!*

*Mai mult! ∞ ∞ ∞ Și încă și mai mult...*



*Universul e foarte mare și dorește să-ți dăruiască, așa că... trage ȘI MAI MULT!*

*Gata. Asta e!*

Ce ar trebui să se întâmple e ca inima ta să se deschidă pe măsură ce tragi mai multă energie în aceste lucruri pe care ți le dorești cu adevărat. E un univers foarte mare, nu te opri unde ești acum! Un MARE univers. Mulțumesc!

Trage energie înăuntru din întregul Univers, continuă să tragi, continuă, continuă, continuă să tragi până când inima ta se deschide cu adevărat!

Când se deschide... fii cu energia pentru o clipă... și apoi... lasă firișoarele să iasă spre oricine și orice va ajuta ca asta să devină realitate pentru tine, din întregul univers, despre care poate nici nu știi.

Această „bulă de energie“ pe care ai creat-o bazându-te pe cum te-ai „simți“ să îți apară viața ta așa cum ți-ai dori nu se bazează doar pe sentimente. Se bazează pe conștientizarea acelei energii care ar fi acolo dacă ai avea ceea ce ai cerut. Cel mai ușor mod de a descrie e „acel sentiment“.

Așadar, caută „acel sentiment“ pentru că vei căuta energia vieții pe care ți-ai dori să o creezi! Până la urmă, tu ai ales-o. Hai să o creăm! *Vrei, te rog, să distrugi și să de-crezi tot ce împiedică asta să apară? Right and Wrong, Good and Bad, POD and POC, All Nine, Shorts, Boys and Beyonds.™*

*Toate proiecțiile, așteptările, separările, judecățile și respingerile pe care le ai despre ce ar trebui să fie viața, care-ți împiedică traiul să fie ceea ce ar putea să fie, vrei, te rog, să le distrugi și să le de-crezi? Right and Wrong, Good and Bad, POD and POC, All Nine, Shorts, Boys and Beyonds.™*

Acesta este un mod de a avea energia pe care o poți urma pentru a genera traiul pe care ți-l dorești. Când apare ceva și are acea energie (cu alte cuvinte, când simți că are energie similară cu cea din „bula ta de energie“), poți alege să mergi acolo.

De exemplu, dacă ai de ales între două locuri de muncă și unul dintre ele seamănă mai mult cu acea energie, alege-l! Sau ai de ales între doi oameni cu care să mergi la întâlnire și pe unul îl simți mai apropiat de „bula ta de energie“, ieși cu acela! Și așa mai departe... cu mâncarea, mașinile, călătoriile, casele, cursurile la care să mergi, cărțile pe care le cumperi etc. În același mod vei ști dacă o persoană, un curs sau o carte va contribui la viața pe care ți-ar plăcea cu adevărat să o ai, chiar înainte să petreci timp sau să cheltuiești bani pentru asta! Cum devine mai bine de atât?

Acum, tu te poți apropia de această energie a vieții tale sau te poți îndepărta de ea – dar ea poate MEREU să-ți fie conștientizarea a cum e să alegi pentru tine.

O poți folosi ca pe un test kineziologic pentru ceva ce urmează să alegi:

*Seamănă acest lucru cu bula mea de energie? Mă va duce mai aproape sau mai departe de ceea ce-mi doresc? Îmi dă mai mult din mine? Mă duce mai aproape de a avea mai mult din mine sau mă duce mai departe?*

Atunci, măcar vei ști – tu știi! – și poate fi un ghid pentru fiecare alegere pe care o vei face de acum înainte.

Energia Ta, energia vieții tale.

---

## INSTRUMENT

---

*Ușor = Adevărat.  
Tu Doar ȘTII.*

Testează energia cuvintelor din această carte!  
Cum se așază ele în tine? Cu ușurință sau cu greutate?

Acum, te rog, ține minte că orice e adevărat pentru tine te face mereu să te simți mai ușor! O minciună te face să te simți mai greu.

Dacă te face să te simți mai ușor, e adevărat pentru tine – oricât de ciudat ar suna cuvintele mele. Poate că pentru altcineva nu e adevărat. Totuși, e adevărat pentru tine.

*Să repet:*

Ceva ce e adevărat pentru tine te face întotdeauna să te simți mai ușor. O minciună te face întotdeauna să te simți mai greu.

Da, am spus-o de două ori deja. Însă s-ar putea ca nici acum să nu fie suficient ca să mă crezi. Vezi tu, una dintre regulile acestei realități e că nu ai cum să știi pur și simplu.

**Totuși, e una dintre capacitățile tale de bază.**

Acesta e un mod de a ști tot ce e corect și tot ce e „greșit“ pentru TINE. Dar, pentru că suntem învățați că nu putem ȘTI pur și simplu, ne petrecem întreaga viață încercând să ne dăm seama de toate lucrurile.

Și dacă tu doar ȘTII? Dacă e mult mai *simplic* – și *mult mai ușor* – decât să încerci să le dai de capăt tuturor lucrurilor? Ce e mai rapid, judecata sau cunoașterea? Cunoașterea, nu-i așa?

Dar dacă ceea ce e adevărat pentru tine te face să te simți ușor? Ceea ce nu e nu te face. Nu ți-ai dorit toată viața un mod la îndemână de a conștientiza ce e adevărat pentru tine? Nu ți-ar face asta viața MULT mai ușoară? Atunci, iat-o din nou:

*Adevărul te face întotdeauna să te simți mai ușor. O minciună te face întotdeauna să te simți mai greu.*

Așadar, chiar dacă ceea ce citești aici e împotriva a tot ceea ce credeai înainte să deschizi această carte, dacă te face să te simți mai ușor, probabil că e adevărat pentru tine.

Dacă te face să te simți mai greu, e o minciună. Deci, dacă citești în această carte ceva care te face să te simți mai greu, fie nu e adevărat pentru tine, fie intră în conflict cu ceva ce ai decis în trecut că e adevărat. Dacă nu e adevărat pentru tine, NU O LUA DE BUNĂ! Poți să primești toate celelalte părți adevărate pentru tine din această carte.

Acum, iată partea ciudată: unele dintre cele mai mari limitări pe care le creăm sunt lucruri despre care am decis că sunt adevărate... care, de fapt, nu sunt.

Să zicem că ai decis că mama ta chiar te urăște. Sau să zicem că decizi că există o lipsă de grijă și de iubire în lume. Încearcă-le pe astea! Te fac să te simți mai ușor? Dacă da, sunt adevărate. Dacă te fac să te simți mai greu, sunt minciuni.

Te rog să conștientizezi asta: când crezi punctul altcuiva de vedere, chiar dacă e adevărat pentru el, te va face mereu să te simți mai greu pentru că nu e adevărat pentru tine. Nu este punctul tău de vedere, drag, scump și frumos tu!

Ce este adevărat pentru tine te face întotdeauna să te simți mai ușor. Întotdeauna. Dacă e greu, atunci e o minciună sau nu e punctul tău de vedere. Punct. Serios. Sincer.

În această carte ne vom uita la multe dintre lucrurile pe care le-ai luat de bune, ca fiind adevărate pentru tine, chiar și când nu erau și chiar dacă acum nu-ți mai sunt de folos. Ai fi dispus să alegi ceva complet diferit acum? Cum? Iată începutul:

Te rog, folosește acest instrument în timp ce citești cartea de față! Iar și iar și iar, pune întrebarea „Ușor sau greu?”.

Chiar dacă nu știi ce e asta sau cum o simți. Pe măsură ce pui întrebarea (adică aplici un instrument simplu și dinamic), vei conștientiza cum merge treaba cu ușor și greu.

După cum a spus o femeie într-un curs de-al meu:

„Am întrebat dacă lucrurile sunt ușoare sau grele, crezând că nu primesc nimic. Apoi, trei săptămâni mai târziu, AM ȘTIUT! Puneam o întrebare și ȘTIAM! Și, în loc să mă părăsească, acea cunoaștere a continuat să crească. Sigur, uneori o neg (mai ales atunci când vreau să aleg ceva ce știu că nu va ieși bine pentru mine), dar acest instrument A SCHIMBAT de unul singur totul. Mulțumesc!”

L.H., Denver, Colorado, SUA

Iată un alt mod de a-l folosi: dacă un lucru e ușor pentru tine când îl auzi, îl gândești sau îl faci, atunci, de obicei, acela va fi rezultatul care va fi creat în viața ta dacă alegi acel lucru. Dacă simți că e greu când te gândești dacă să îl faci, atunci acela e, de obicei, rezultatul care va fi creat.

Să zicem că ești la o cafeenea și îți bei cafeaua cu triplu-extra-cafeină-quadruplu-zahăr-caramel cu spumă dublă și începi o conversație cu un bărbat foarte atrăgător. Deși pare că strâmbă din nas la selecția ta de cafea, în timp ce-și comandă ceaiul lui neîndulcit, fără teină sau toxine, te invită în oraș. Chiar dacă nu știi de ce, simți o senzație ciudată de greutate de îndată ce-ți pune întrebarea. Greutatea e un indiciu despre ce se va întâmpla dacă-i accepți invitația la întâlnire. De ce? Pentru că, de îndată ce te-a invitat, ai putut percepe viitorul în cazul în care spui „da” sau „nu”. TU ȘTII – și așa funcționează.

Știi, chiar dacă nu dorești să știi că știi aceste lucruri. Dar, dacă privești înapoi în viața ta, n-ai știut mereu? N-ai fost mereu conștient când ceva nu avea să iasă bine pentru tine? În acest exemplu nici nu trebuie să mergi la întâlnire ca să ai informația despre cum va ieși. Dacă ceva ce se simte ușor, va ieși ușor pentru tine.

În cazul întâlnirii de mai sus, poate că bărbatul cel atrăgător nu era doar atrăgător, ci și plin de judecăți de valoare despre alegerile culinare ale celorlalți sau poate doar plin de prejudecăți în general.

În caz că nu ți-ai dat seama deja, nu e prea distractiv să-ți petreci timpul cu oameni plini de prejudecăți. Simți mereu greutate când ești judecat. (Iată un lucru drăguț de știut: cu excepția familiei, poți alege să nu ieși cu oameni plini de prejudecăți dacă nu vrei.)

Încă un lucru: dacă vrei o viață de care să te bucuri, fă alegeri care te fac să te simți ușor când te gândești la ele, căci acelea te vor conduce spre și mai multă ușurință când optezi pentru ele.