

Introducere

Vocea din vis

*Când starea de visare s-a potolit,
Nu rămâne în ignoranță ca un trup fără suflare!
Intră în sfera naturală a conștiinței atotcuprinzătoare.
 Recunoaște-ți visurile și
 Transformă iluzia în lumină.*

Rugăciune budistă tibetană

Această carte este un proiect extrem de drag inimii mele și cât se poate de incitant, poate și datorită modalității în care am primit informațiile esențiale. Unora li s-ar putea părea o nebunie sau cam greu de crezut, dar sunt hotărâtă să fiu sinceră până la capăt cu privire la întreaga experiență.

Adevărul este că informațiile despre tehnicile decodării și ale codării mi-au fost transmise într-un vis. Unii oameni pot spune că a fost vorba despre *channeling*. Alții pot spune că, după 25 de ani de studiu asupra fizicii cuantice și neurologiei, informația s-a cristalizat cumva în subconștientul meu. Eu una cred că a fost un dar de la Spirit, deși nu știu exact cine este acest Spirit. Poate cel sau cea care mi-a oferit cu atât de multă generozitate aceste informații a fost un ghid, un înger vindecător

Sandra Anne Taylor

sau Conștiința Divină. Poate că nu voi afla niciodată, însă, oricine ar fi fost, îi voi fi recunoscătoare întotdeauna – atât pentru schimbările pe care această tehnică le-a adus în viața mea, cât și pentru uimitoarele transformări care au avut loc în viața altora și la care am fost martoră. Iar acum, deși pare riscant – având în vedere că este vorba despre ceva atât de neobișnuit –, îmi doresc să împărtășesc cu tine atât informațiile, cât și experiența trăită.

Visuri mărețe

În urmă cu aproape doi ani, lucram cu o clientă numită Peggy, care întâmpina dificultăți străduindu-se să depășească vechi tipare ale îndoielii și ale criticii de sine, pe care le purta cu ea de ani de zile. Desigur, acest lucru îi afecta foarte mult abilitatea de a fi fericită, dar și cariera. Afirmațiile și meditațiile avuseseră rezultate foarte bune în câteva domenii ale vieții sale, dar, când venea vorba despre încrederea în sine pe plan profesional, Peggy continua să se lovească de un zid. La întruniri era în permanență tensionată, crezând tot timpul că oamenii din jur o percep ca fiind incapabilă.

Mă gândeam la ea adeseori, dorindu-mi să-i atenuez tristețea și frustrările. Într-o noapte, înainte de-a adormi, mi-am spus: „Cred că îmi scapă ceva. Trebuie să existe o cale *simplă* pe care s-o poată urma pentru a învinge acest obicei nociv al îndoielii de sine.“

În acea noapte am avut un vis care a fost la fel de clar ca atunci când lucrurile se petrec aievea. Deși nu am văzut pe nimeni, o voce de bărbat mi-a vorbit, oferindu-mi îndrumare, pas cu pas, pentru procesul privind decodarea și codarea, pe care îl vei găsi în această carte. Vocea lui era puternică și totodată blândă, iubitoare, dar fermă, inspirând permanent sentimentul

de înțelepciune și compasiune. Era preocupat de amănuntele posturii și de felul în care afirmațiile trebuie rostite. La finalul visului, a spus: „Folosește asta tu însăși. Învață-o pe Peggy s-o folosească și învață-i pe toți ceilalți.“

Când m-am trezit, am notat imediat tot ceea ce învățasem în vis. Procesul părea mult prea simplu pentru a fi într-atât de eficient, însă i-am stabilit detaliile până în cel mai mic amănunt. Și am făcut ceea ce mi s-a spus: am început să-l folosesc eu însămi și, de asemenea, am învățat-o pe Peggy, care acum este un alt om. Povestea amănunțită a profundelor sale transformări este relatată în paginile cărții, într-un alt capitol.

În cei doi ani care au trecut de când am avut acel vis, le-am predat această tehnică multor clienți, am vorbit despre ea în cadrul multor seminarii și am folosit-o pe mine însămi, cu rezultate surprinzătoare. Este uimitor cât de mult s-a intensificat starea mea de fericire de când am început să parcurg acest proces în mod constant. Întotdeauna m-am considerat destul de fericită, dar, asemenea multor altor persoane, am descoperit că bucuria mea poate fi răsturnată de lucrurile mărunte ale vieții. Astfel că fac codificările oricând mă simt stresată, când am un termen-limită, când sunt îngrijorată cu privire la copii, chiar și atunci când pur și simplu sunt întristată de noile valuri de suferință ce apar în locuri îndepărtate. Când astfel de lucruri mă afectează, aplic procesul de codificare și, cu toate că realitatea exterioară care îmi provocase îngrijorări nu se schimbă, totuși starea mea de conștiință și emoțiile mele se transformă cu siguranță.

Privind înainte

Această carte este împărțită în patru secțiuni, iar ordinea a fost stabilită astfel încât să ofere cadrul și pregătirea necesare în vederea prezentării tehnicii de codare în sine.

Sandra Anne Taylor

Partea I cuprinde câteva experiențe personale care demonstrează puterea tehnicii de codare. De asemenea, examinează știința minții și energia din spatele procesului. Aceste informații sunt esențiale deoarece dezvăluie principiile prime ale schimbărilor și ale transformărilor energetice care au loc.

Partea a II-a constituie o privire în detaliu asupra celor patru pași necesari pentru a iniția Codul Miracolelor Cuantice. Aceasta este o parte importantă a procesului de pregătire, așa că te rog să urmezi sugestiile menționate acolo.

Partea a III-a conține Codul Miracolelor Cuantice în sine. Această tehnică este o combinație între procesul de decodare și cel de codare, între care există mici diferențe în ceea ce privește pozițiile fizice implicate. (Imaginile care înfățișează acele poziții sau posturi apar în capitolele 8 și 9.) Există exemple de afirmații care te vor ajuta la început. De asemenea, poți găsi răspunsuri la cele mai des întâlnite întrebări referitoare la această tehnică, alături de sugestii despre cum poți practica procesul pentru a-ți aduce fericire și împlinire în viață.

Partea a IV-a, intitulată *Cele șapte forțe miraculoase*, te conduce și mai departe în acest proces. Este vorba despre o explorare a forțelor minunate care sunt totdeauna la îndemână noastră, dar care de cele mai multe ori rămân neobservate atunci când ne aflăm în căutarea fericirii. Totuși, fiecare dintre forțe ne poate ajuta enorm în timpul căutării.

Această secțiune analizează și dificultățile care îi țin pe oameni blocați în aceleași vechi frustrări. O astfel de investigație este vitală pentru procesul de decodare. Fiecare capitol oferă sugestii de codare și exemple de afirmații care pot fi folosite în timpul procesului în sine.

Cartea se încheie cu Partea a V-a, care te va ajuta să mergi mai departe, folosind noile tale instrumente ce îți vor aduce în viață succes și fericire de durată!

Factorul Fericire

Cred că te întrebi deja ce reprezintă tehnica de codare. Acest proces de schimbare profundă a vieții este, de fapt, o tehnică simplă, care implică folosirea unei poziții fizice, plasarea vârfurilor degetelor – într-un anumit fel – pe frunte și utilizarea unor afirmații care ne ghidează atenția spre diferite lucruri. Poate că totul sună foarte simplu, însă metoda are un scop precis și o semnificație anume. Codul Miracolelor Cuantice ne ajută să eliminăm tiparele nedorite și să stabilim noi direcții energetice. În esență, este vorba despre recunoașterea naturii tale interioare într-o manieră prietenoasă și conștientă.

Cartea de față este menită să te ajute să treci cu bine de blocajele din viața ta, iar primul pas este să identifici elementele vechi și rigide care până acum te-au ținut pe loc. Orice tipar prin care te autosabotezi și care trebuie să fie înlăturat poate fi decodat. Apoi îți poți construi o viață prosperă și fericită, bazată pe un nou cod stabilit în mod conștient, care să-ți aducă libertate, bucurie și încredere de sine.

De fapt, mulți dintre noi ne ducem viața în mod inconștient, nefăcând altceva decât să reacționăm în baza unor coduri adânc înrădăcinate, despre existența cărora nici măcar nu avem habar. Ca urmare, continuăm să trăim aceleași emoții nedorite, să proiectăm aceeași energie și să obținem aceleași vechi rezultate. Este important să aflăm ce reprezintă aceste coduri ascunse și cum ne influențează ele viața.

Așadar, permite-ți să întreprinzi o analiză onestă. Descoperă ce anume te ține pe loc și cum poți ajunge la un nou cod al libertății, fericirii și încrederii, care să devină principala ta perspectivă. Fericirea și libertatea sunt componente vitale ale conexiunii tale energetice cu Universul – iată încă un motiv pentru care procesul de codare este atât de important. Înțelegerea propriei energii și a modului în care aceasta

Sandra Anne Taylor

rezonează cu lumea înconjurătoare constituie un demers profund eliberator. Când întreprinzi acest demers cu un scop clar determinat, totul se schimbă. Folosirea tehnicii de codare este o activitate în spatele căreia se află intenții clar stabilite.

Ori de câte ori creezi un cod al fericirii și percepi o schimbare la nivel conștient, vei stabili și o vibrație magnetică mult mai puternică față de oameni, situații și lumea din jur. Când decodezi atașamente, teamă și negativism, creezi un nou cod clar și vibrant, care circulă liber prin ființa ta și, de aici, spre marele câmp energetic al tuturor posibilităților, unde armonia și binecuvântări nebănuite te așteaptă dintotdeauna.

Cea mai bună cale de a aplica acest procedeu este să-l transformi într-un stil de viață. Deși mulți oameni au declarat că au experimentat transformări majore după numai câteva săptămâni, ideal este ca tehnica de codare să devină parte a obiceiurilor tale zilnice. Când schimbi vechile coduri ale gândurilor și sentimentelor, poți transforma anxietatea în pace sufletească și insatisfacția în bucurie. Nu este oare acesta modul în care vrei să-ți trăiești viața de acum înainte, pentru totdeauna?

Există un plan elaborat pentru elementele descrise în cartea de față. Puterea acestei tehnici este impresionantă, dar va avea un impact și mai bun dacă este abordată integral. Meriți pe deplin să beneficiezi de fiecare moment și de întreaga energie pe care o investești în acest demers. La urma urmei, vorbim despre viața, fericirea și deplina ta libertate. Respectă rețeta și vei fi încântat de ospățul de care vei avea parte!

Propria ta sursă interioară de putere

Ești deținătorul unor adevărate *forțe miraculoase*, care, atunci când ești deplin conștient, îți pot schimba realitatea în mod uimitor. Amprenta vibrațională a acestor minunate tipare

energetice este deja prezentă în istoria și în viața ta eternă. Fiecare dintre aceste forțe generează o energie personală și universală, care se dovedește a fi foarte puternică și care merge drept la țintă, pentru a declanșa scânteia unei profunde bucurii interioare.

Fiecare dintre miraculoasele forțe analizate în Partea a IV-a corespunde câte unuiia dintre principalii tăi centri energetici, numiți și chakre. Fiecare are o putere incredibilă și poartă amprenta unui cod cu adevărat vindecător și eliberator, care este probabil încă neactivat. *Pentru ca aceste forțe să funcționeze în viața ta la capacitate maximă, este esențial să examinezi fiecare dintre acești factori cuantici în trei modalități diferite.*

Influența forțelor miraculoase

1. Puterea forței în sine: ce reprezintă ea și cum poate îmbunătăți calitatea vieții tale atunci când o activezi.

2. Declanșatorii fiecărei forțe, adică activitățile pe care le poți practica pentru a accelera manifestarea acestor puternice vibrații. Când îți trăiești viața pe deplin conștient, conștiința ta generează strălucire!

3. Reflexele dobândite* și codurile negative care pot bloca acea forță, împiedicând fericirea ta și închizând centrul energetic în care dăinuie fiecare dintre forțe. Este important să fii deschis și sincer față de tine cu privire la obiceiurile negative pe care le-ai deprins. Intenționează să analizezi cu atenție toate acele lucruri pe care vrei să le schimbi. Decodând tiparele interioare nesănătoase, care par atât de greu de înlăturat, vei putea elimina blocajele care te împiedică să înaintezi.

* În original: *reactive patterns*. Sintagma, des utilizată de către autoare, face referire la tipare de comportament dobândite în timpul vieții. (n. tr.)

Sandra Anne Taylor

Viața pe care o trăiești este *a ta* și numai tu poți întreprinde ceva pentru ea. Dacă este ceva ce îți dorești să schimbi la ea, poți face asta acum. Din prezent vei ajunge fără tăgadă în viitor, așa că poți folosi acest timp pentru a parcurge pașii care te vor duce în direcția dorită.

Jurnalul codurilor tale

Nu permite ca simplitatea tehnicii de codare să te păcălească. Este o acțiune serioasă și cu puterea de a-ți schimba viața. Așa cum se întâmplă în cazul oricărei călătorii, este bine să evaluezi unde te afli acum și să stabilești unde dorești să ajungi. Una dintre metodele de a-ți sprijini demersul este să ții un jurnal al codurilor tale.

Această carte este concepută pentru a te ajuta să investighezi cu precizie tiparele din prezent și să conturezi un plan pentru direcția dorită de tine în viitor. Este nespus de util să ții un caiet de însemnări referitoare la reacțiile pe care le ai față de cuprinsul fiecărui capitol și la impresiile ce privesc practica decodării și a codării. Iată câteva sugestii cu privire la felul în care ți-ai putea organiza jurnalul:

- Pe măsură ce citești despre forțele miraculoase, scrie câteva afirmații și intenții astfel încât să integrezi puterea lor în viața ta.
- Observă cum poți implementa fiecare factor declanșator al forțelor. Pune la cale un plan care îți permite să practici aceste activități puțin câte puțin în fiecare zi.
- În timp ce studiezi reflexele dobândite prezentate aici, notează fiecare tipar despre care îți dai seama că se regăsește și la tine. Creează intenția clară de

a decoda chiar și tiparele cel mai adânc sădite sau reacțiile care par cel mai dificil de înlăturat.

- Când vei parcurge secțiunea intitulată *Sugestii de codare*, asigură-te că identifici care dintre afirmații corespund cel mai bine persoanei tale. Subliniază-le pe carte sau notează-le în jurnalul codurilor tale. Poți folosi aceste afirmații sau diferite variante ale lor până ce te acomodezi cu tehnica și cu posturile fizice descrise în capitolele 8 și 9.

E important să folosești jurnalul și pentru a te elibera, notând în el și emoțiile inconfortabile, chiar dacă sunt legate de evenimente din trecutul îndepărtat. Multe dintre codurile noastre negative au apărut ca urmare a unor experiențe cu totul traumatizante. Tehnica de codare nu este menită să respingă sau să nege aceste episoade. Folosește-ți jurnalul și, dacă vei observa că printre cele conștientizate există chestiuni mult prea profunde, pe care îți este dificil să le gestionezi pe cont propriu, cere ajutor din partea unui profesionist, cineva cu care ești compatibil și care îți sprijină evoluția constantă.

Despre premergătorii mei

O parte din textul acestei cărți reflectă principiile energiei și fizicii, însă nu voi intra în detalii aici; consider că punctul central al discuției este procesul privind codarea și decodarea, acesta fiind parte integrantă a științei care se ocupă cu studiul energiei. Dacă îți dorești să înveți mai multe despre energie și fenomene cuantice în viața de zi cu zi (interconectare, posibilități adiacente, creație conștientă), te invit să citești cărțile mele anterioare *Succesul cuantic* (*Quantum Succes*) și

Sandra Anne Taylor

Secretele succesului (Secrets of Success). Aceste cărți aprofundează știința energiei și a conștiinței.

De fapt, puzzle-ul vieții are atât de multe piese, încât, pe măsură ce studiez, îmi dau seama că am mereu tot mai multe de învățat. Și, cu toate că esența acestei cărți – tehnica de codare în sine – nu a rezultat dintr-un studiu propriu-zis, am descoperit că există principii ale fizicii și ale neurologiei care vin în sprijinul acestei minunate tehnici.

Sistemul energetic al existenței umane este de o complexitate infinită. Am studiat energia minții, sistemul chakrelor și meridianele zeci de ani, dar trebuie să-i mulțumesc în primul rând unei persoane anume, care pentru mine este o binecuvântare și un sprijin permanent, ca ghid și ca sursă de inspirație. Este vorba despre Donna Eden, autoarea cărții *Medicina energetică (Energy Medicine)*, pe care o recomand din toată inima. Donna a desfășurat o muncă de pionierat în acest domeniu și a dezvoltat un sistem de vindecare fizică, prezentat într-o manieră elegantă și cuprinzătoare. Ea m-a învățat cândva o cale simplă de tratament pentru bronșita care uneori îmi dădea târcoale. Metoda este atât de ușor de aplicat, încât de multe ori uit de ea, dar, când în sfârșit mi-o amintesc, problema aparatului respirator dispare imediat, în mod invariabil.

Este amuzant, dar am descoperit că tehnica de codare are efecte similare. Este atât de ușor de aplicat, încât oamenii uită de multe ori să o pună în practică. Totuși, te rog, nu considera că este prea simplă pentru a fi eficientă. Adevărul este contrar acestei ipoteze. Deseori în viață, o abordare directă are cele mai bune rezultate!

Unii dintre voi poate sunteți familiarizați deja cu Tehnicile Eliberării Emoționale (EFT), care implică ciocănituri sau bătăi ușoare aplicate asupra unor puncte ale trupului și rostirea unor afirmații. Deși pare asemănătoare tehnicii de codare descrise în cartea de față, eu nu am intenționat acest lucru și nici nu mi-am

bazat lucrarea pe Tehnicile Eliberării Emoționale. Vreau să îi mai mulțumesc soțului Donnei, David Feinstein, autorul volumelor *Calea mitică* (*The Mythic Path*) și *Promisiunea psihologiei energetice* (*The Promise of Energy Psychology*, scrisă în colaborare cu Donna Eden și Gary Craig). David mi-a prezentat Tehnicile Eliberării Emoționale. Recomand și lucrările sale.

Mulți practicieni se confruntă cu vindecarea unor reflexe dobândite. Cel care m-a influențat cel mai mult în acest domeniu este dr. Darren Weissman. În afară de faptul că m-a ajutat cu reprezentarea fizică a propriilor mele reflexe dobândite, m-a învățat cum se revarsă acestea asemenea unor valuri asupra tuturor aspectelor vieții noastre. Recomand cărțile sale *Puterea iubirii și recunoștinței infinite* și *Activarea codului secret al minții**.

Interesant este că unii oameni au comparat tehnica de codare și cu o formă de autohipnoză. Nu exclud posibilitatea prezenței unui astfel de fenomen. Totuși, tehnica se referă în primul rând la lucrul cu energia, implică o abordare neuronală, echilibrează activitatea emisferelor cerebrale și ajută la atingerea frecvenței cerebrale alpha, specifică stărilor de relaxare și creativitate.

Cel mai interesant este că, deși are în vedere direcționarea energiei spre creier, tehnica în sine duce la o abordare cu adevărat măreață asupra vieții, centrată mult mai îndeaproape în inimă.

Scrisoare de la inima mea către inima ta

Orice similitudini cu alte tehnici sunt întâmplătoare sau poate că aceasta a fost intenția Spiritului. De fapt, nu îmi asum

* Ambele apărute în limba română la Editura For You. (n. red.)

dreptul de autor pentru crearea acestei tehnici. Sunt doar mesagerul căruia i s-a cerut să-ți vorbească despre ea. Ca urmare a rezultatelor pe care eu însămi le-am experimentat și bazându-mă pe ceea ce au împărtășit alții, comunicarea acestor informații are un scop important.

Toate cazurile de aplicare a tehnicii de codare expuse în această carte sunt adevărate, însă am schimbat numele pentru a proteja intimitatea persoanelor menționate. Mai multe tipuri de probleme, cauzate de anumite reflexe dobândite, au fost schimbate la 180° datorită utilizării acestei tehnici. De la gestionarea unor dependențe precum renunțarea la fumat și pierderea surplusului de kilograme până la înlăturarea unor temeri și fobii, cum ar fi teama de a vorbi în public sau teama de a conduce autovehicule, toate au fost cazuri impresionante, așa că le transmit felicitările și mulțumirile mele tuturor celor care au împărtășit experiențele lor și care au întreprins acțiunile necesare pentru ca asemenea schimbări semnificative să aibă loc în viața lor.

Mă impresionează mai ales să văd schimbările interioare ample pe care le trăiesc oamenii. Numeroase persoane au putut să capete încredere în sine chiar și în cazuri în care, anterior, nu aveau idee ce înseamnă asta; au reușit să găsească fericirea pe lângă care trecuseră întreaga lor viață fără să o poată accesa; au putut să-și vindece inima frântă, înlăturând blocajele; și, nu în ultimul rând, au primit iubire cu adevărat, atât din propria inimă, cât și de la ceilalți.

Această vindecare emoțională este adevăratul miracol. Dărâmă zidurile de care mulți oameni se lovesc. Durerea este îngropată, dar ei continuă să fie afectați. Vechi sentimente de abandon, teamă, respingere și ostilitate lasă în urmă coduri adânc înrădăcinate, care pot stabili o direcție cât se poate de negativă. Dar, inclusiv în cazul celor mai dificile istorii

personale, cu toții avem posibilitatea de a ieși învingători și a crea viața pe care ne-o dorim.

Din acest motiv – și după doi ani de testare –, îți prezint acum și ție această tehnică. Te rog să încerci s-o aplici cu inima deschisă și să nu renunți niciodată la ea! Mă interesează să aflu rezultatele pe care le vei înregistra. Și nu uita niciodată că ești o ființă energetică, într-o lume energetică, și că ai mai multă putere decât crezi. Îndepărtează-ți blocajele, deschide-te energetic față de râul abundenței care circulă pretutindeni în jurul tău și pregătește-te să plonjezi în el!



Capitolul 1

Puterea interioară ascunsă

*În spatele tuturor lucrurilor
trebuie să se afle ceva ascuns foarte adânc.*

Atribuit lui Albert Einstein

Universul abundă în energie. De fapt, *totul* este energie. De la cel mai dens și mai solid obiect până la propria ta inimă, vibrațiile tale și ale lumii înconjurătoare nu încetează niciodată. Desigur, există multe tipuri de energie care se întrepătrund – energia care ne conectează, ne influențează, pleacă dinspre noi și se întoarce. Totul pulsează prin intermediul vibrațiilor, iar în starea naturală și sănătoasă a lucrurilor există un flux universal armonios.

Lumea în care trăim este asemenea unui râu strălucitor cu un potențial uimitor. Uneori credem că evenimentele se petrec întâmplător, alteori avem sentimentul că există un scop și o direcție, o forță care determină totul. În lumea fizicii cuantice, conștiința umanității creează realitatea, iar adevărul de necontestat este că propria ta conștiință îți creează realitatea individuală.

Sandra Anne Taylor

Dar știai că există coduri ascunse care îți hrănesc conștiința? Ele dau contur vieții cu puterea unui buldozer care croiește drumul dinaintea ta, conducându-te în direcția pe care o determină codurile tale. Așadar, dacă nu îți place drumul pe care te afli, trebuie să analizezi și să schimbi codurile care te-au adus aici.

Aceste puternice influențe interioare nu pot fi negate sau ignorate. Ele sunt gravate în inconștient, în viața ta zilnică și în reacțiile automate pe care le ai față de lume. Nu doar că direcționează scenariul fără sfârșit din mintea ta, ci conferă totodată o putere semnificativă, care se află la baza direcției pe care o are destinul tău.

Chiar și acum, fără să știi, un cod puternic și adânc înrădăcinat îți conduce viața. Și, în funcție de natura mesajelor sale, el poate fi sursa unor experiențe minunate sau îți poate bloca foarte ușor dorințele și îți poate distruge orice încercare de atingere a fericirii. Poți descoperi semnalele emise de codurile personale analizând tiparele exterioare ale vieții tale. Dacă te confrunți în mod repetat cu frustrări, atunci probabil că un aspect negativ a fost criptat cândva.

Dar și cele mai puternice coduri negative pot fi sparte. Se pot crea noi coduri care să stimuleze viața, să-ți aducă fericirea deplină și împlinirea surprinzătoare a visurilor tale. Acest lucru i s-a întâmplat unuia dintre prietenii mei, pe nume Bob, care a trăit o răsturnare de situație în viața lui „lipsită de iubire“.

Decodarea uimitoarei povești a lui Bob

Bob era un om minunat: inteligent, sensibil, comunicativ, peste măsură de generos și, culmea!, era și frumos, și bogat. Ce mai, genul de bărbat pe care cele mai multe dintre femei ar fi încântate să-l aibă alături! Problema era că Bob nu

atrăgea astfel de femei – și nu era atras de ele. Întotdeauna se îndrăgostea de femei cât se poate de egocentrice și indisponibile emoțional.

Crezi sau nu, în pofida tuturor avantajelor sale, Bob ajunsese la 50 de ani fără a fi fost iubit *niciodată* cu adevărat. Mama lui fusese severă și critică, iar Bob își petrecuse cea mai mare parte din viață încercând să-i facă pe plac, devenind un medic de succes și implicându-se cu seriozitate chiar și în domeniul imobiliar. Indiferent cât de bine s-a descurcat, Bob nu a fost apreciat niciodată de mamă. Întotdeauna trebuia să facă mai mult, iar ea își înfrâna mereu iubirea.

După ce a absolvit Facultatea de Medicină, Bob a început să se vadă cu o tânără care avea să stabilească tiparul – și codurile – pentru fiecare relație romantică ulterioară. Această femeie era inteligentă și atrăgătoare, dar, asemenea mamei lui, a așezat pe umerii săi povara unor condiții nesfârșite. Apoi, când Bob trebuia să-și înceapă rezidențiatul, atât mama, cât și iubita i-au spus că a sosit vremea căsătoriei. Astfel, deși nu o iubea și nu se simțea iubit de această femeie, Bob a ales să nu opună rezistență, urmând vechiul cod al supunerii întrucât râvnea la iubire și aprobare.

Căsnicia lui Bob a fost una superficială. Au avut trei copii, toate fete, iar fiecare dintre acestea a urmat întotdeauna regula tiparului său, el fiind singurul care oferea ceva în relația părinte-copil. Pe măsură ce a trecut timpul, Bob s-a dezvoltat într-o direcție diferită, dorindu-și să înțeleagă sensul profund din spatele lucrurilor. A început să studieze științele spirituale, iar dorința lui cea mai puternică era să depășească pustiul și singurătatea care îi dominau viața personală.

Fără tăgadă, Bob era un bărbat cu o minte strălucitoare și, medic fiind, a înțeles că, atunci când oamenii își caută echilibrul, există o legătură între minte, trup și spirit. Și-a continuat rezidențiatul, dar a început și să cerceteze fenomene cum ar fi

meditația și tehnicile alternative de vindecare. De fiecare dată când participa la un curs, o invita și pe soție să meargă împreună cu el. Dar aceasta nu făcea altceva decât să-l ia în derâdere și să-l înjosească de față cu fiicele lor.

Bob a încercat mai multe variante pentru a aduce relația pe un făgaș normal, inclusiv consilierea, dar lucrurile s-au înrăutățit. După vreo doi ani în care s-a simțit ostracizat în sânul propriei familii, a înțeles că pasul următor care trebuia întreprins era divorțul.

În cele din urmă, Bob a început să meargă din nou la întâlniri, dar de fiecare dată a ajuns să lege relații cu femei ego-centrice, egoiste și care îl ignorau. Era iubitor și generos, dar femeile pe care le întâlnea profitau de asta și se foloseau deseori de el pentru banii săi. În multe cazuri, mai ales la început, Bob se simțea nevoit să folosească banii pentru a face ca relația să continue. Nu este surprinzător că, atunci când au crescut, și fiicele sale au abordat situația în aceeași manieră și își doreau să aibă de-a face cu el numai dacă aveau ceva de câștigat.

Bob își dorea cu disperare să fie iubit și ar fi fost în stare să facă aproape orice pentru asta. Totuși, în forul său interior simțea că iubirea adevărată nu ajunge la el. De fapt, de fiecare dată s-a socotit folosit și apoi abandonat, simțindu-se frustrat sau rănit de aproape toate femeile din viața lui.

L-am văzut de nenumărate ori cum se îndrăgostea de femei frumoase, dar egoiste și pretențioase. Întotdeauna cultiva asemenea relații, sperând că urmează să se petreacă o schimbare și să se închege o legătură sinceră. Din nefericire, femeile nu empatizau niciodată cu el și nici nu-l transformau într-o prioritate. Erau prezente fizic, dar absente emoțional, nefiind interesate vreodată de dorințele sau nevoile lui.

Se afla mereu afară, în ploaie, privind înăuntru, pe fereastră. Căuta aprobare, dorindu-și de fapt iubirea necondiționată și o relație sinceră, izvorâtă din inimile ambilor parteneri.

Acesta fusese tiparul său încă din copilărie. Cu toate că dorința sa cea mai puternică era să schimbe acest tipar, Bob nu reușea să facă acest lucru pentru că nu înlătura codul, iar convingerea lui subconștientă era că fiecare încercare de a iubi avea să ia sfârșit în suferință.

Codul este cheia

Fiecare om are un cod ADN unic. Acest cod conține informații specifice care determină, de exemplu, culoarea părului sau a ochilor și markeri care pot indica orice, pornind de la predispoziția persoanei de a fi supraponderală până la posibilitatea apariției unor anumite boli.

Până nu demult, se considera că ADN-ul este menținut în forma inițială întreaga viață și nu poate fi modificat. Însă descoperiri științifice recente arată că până și codul ADN unic al unui individ poate fi schimbat prin intermediul epigeneticii, în pofida faptului că pare stabil. Asta înseamnă că, schimbându-ne mediul de dezvoltare și stilul de viață, putem modifica direcția pe care o urmează sănătatea noastră fizică. Iată o revelație surprinzătoare și eliberatoare! Iar ADN-ul nu este singurul tău cod care poate fi schimbat.

Asemenea lui Bob, ai la rândul tău anumite coduri neștiute, care sunt ascunse în lăuntrul tău. Acestea nu au forma dublu-helicoidală a ADN-ului. De fapt, nu au niciun fel de formă fizică. În schimb, sunt gravate în miezul naturii tale, în emoțiile tale, în gânduri, comportamente și energie. Te pot stimula, pot determina direcția vieții tale și chiar te pot defini *fără să știi*. Ceva într-atât de puternic merită să fie analizat.

Dincolo de aparențe

Cuvântul „cod“ are multe definiții, iar una dintre ele este „set de reguli sau standarde respectate de un grup sau de

Cuprins

<i>Introducere. Vocea din vis</i>	7
PARTEA I. DESCOPERIREA TĂRÂMULUI CODURILOR	
Capitolul 1. Puterea interioară ascunsă.....	23
Capitolul 2. Tipare și reflexe dobândite.....	33
Capitolul 3. Amprente energetice	45
PARTEA a II-a. CEI PATRU PAȘI MIRACULOȘI	
Capitolul 4. Ce îți dorești să schimbi?	63
Capitolul 5. Pregătirea pentru decodare.....	72
Capitolul 6. Crearea noilor tale coduri.....	79
Capitolul 7. Adoptarea unei strategii	86
PARTEA a III-a. CODUL MIRACOLELOR CUANTICE	
Capitolul 8. A sosit timpul decodării!	97
Capitolul 9. Codarea fericirii	106
PARTEA a IV-a. CELE ȘAPTE FORȚE MIRACULOASE	
Capitolul 10. Forța miraculoasă a Spiritului.....	119
Capitolul 11. Forța miraculoasă a vizualizării	133
Capitolul 12. Forța miraculoasă a exprimării	147
Capitolul 13. Forța miraculoasă a iubirii	163
Capitolul 14. Forța miraculoasă a bucuriei.....	175
Capitolul 15. Forța miraculoasă a acțiunii	187
Capitolul 16. Forța miraculoasă a responsabilității	199
PARTEA a V-a. CĂLĂTORIA CODULUI	
Capitolul 17. Codarea unui nou stil de viață.....	215
Capitolul 18. Inima fericirii	225
<i>Mulțumiri</i>	243
<i>Despre autoare</i>	245