

Evelyn Monahan

LECZENIE  
METODĄ  
PSYCHOTRONICZNĄ

## WPROWADZENIE

Evelyn M. Monahan uległa w wieku 22 lat tragicznemu wypadkowi, w rezultacie którego została ciężko okaleczona: straciła wzrok, dostała padaczki, a po czterech latach dołączył się jeszcze paraliż prawego ramienia. Ataki epileptyczne były szczególnie częste (12-14 dziennie). Końskie dobowe dawki leków zredukowały je do 10-ciu. Evelyn czuła się bardzo nieszczęśliwa, nie mogła pogodzić się ze swoim ciężkim kalectwem i przez długich 9 lat dręczyła siebie i otoczenie, kipiała buntem i złością. Aż przyszło uspokojenie, a może wyczerpanie nerwowe. Zaczęła rozmyślać nad ratunkiem dla siebie. I wtedy przypomniała sobie wiele ciekawych, dziwnych historii zasłyszanych jeszcze w dzieciństwie. Odgrzebywała w pamięci przypadki nagłych uzdrowień ludzi, którym lekarze nie dawali najmniejszej szansy wyzdrowienia. Zaczęła mozolnie przywoływać na pamięć zasady tzw. psychotronicznego leczenia, o którym wówczas mówiło się, że było źródłem tych wszystkich cudownych uzdrowień. Zdecydowała się spróbować...

Wtajemniczyła dwoje przyjaciół i we troje rozpoczęli stosowanie ćwiczeń, ustalonych w punktach przez samą Evelyn. Ćwiczyli trzy razy dziennie z wielką dokładnością i zapałem. Była to przecież ostatnia deska ratunku. Po 10-ciu dniach E. Monahan odzyskała wzrok. Stało się to nagle, raptownie. Jednocześnie z odzyskaniem wzroku ustały zupełnie ataki epileptyczne, a w tydzień później ustąpił paraliż. Młoda kobieta była całkowicie zdrowa. Badania lekarskie nie wykazały śladu żadnej choroby. Przepelniało ją szczęście powrotu do zdrowia, do normalnego życia i ogromna nieprzeparta chęć zapoznania z tą metodą jak największej ilości ludzi cierpiących.

Evelyn miała ukończone roczne studium psychologii eksperymentalnej na uniwersytecie w Georgii, w Atlancie. Postanowiła wrócić do szkolnictwa, by mieć ciągłe kontakty z ludźmi i móc przekazywać im swoją wiedzę i doświadczenie z zakresu psychotronicznego leczenia. Zamarzyły jej się wykłady na tymże uniwersytecie. Fakt, że wykłady z takiego przedmiotu nigdy nie istniały na żadnym amerykańskim uniwersytecie nie przerażał jej wcale. Zatelefonowała do sekretariatu, wyłuszczyła dokładnie sekretarce o co jej chodzi, podała swoje nazwisko oraz numer telefonu i nie zrażona konwencjonalnym zapewnieniem, że jeżeli ktoś na uczelni zainteresuje się tym problemem zostanie z nią skontaktowany, spokojnie czekała, ćwicząc, systematycznie swą "cudowną" technikę. Wychodziła z założenia, że skoro mocą "swego wyższego Ja", swojej Nadświadomości, potrafiła wyleczyć własne ciężkie kalectwo, to nie ma przeszkód do rozwiązania przy pomocy tej samej potęgi każdej innej sytuacji życiowej. Jakoż po miesiącu dyrektor Studiów Specjalnych na tamtejszym uniwersytecie zaproponował jej wykłady z parapsychologii. Chętnie oczywiście przyjęła ofertę i została instruktorem parapsychologii. Jej wykładów słuchało przeciętnie 250 studentów w każdym semestrze.

Evelyn była zadowolona, ale pragnęła jeszcze szerszych kontaktów z ludźmi. Marzyła o telewizji, radiu i prasie. W tej intencji ciągle uprawiała z ogromnym zapałem psychotroniczną technikę. Wierzyła w jej nieograniczone możliwości, była pewna, iż znikną przeszkody, stojące na drodze jej ambitnych planów. Po miesiącu zwróciła się do niej "Atlanta Journal" z propozycją napisania reportażu na temat jej wykładów. Następnego tygodnia przyniósł kontakt z telewizją. Proponowano udział w programie "Georgia dzisiaj", odbieranym przez miliony

telewizjów-sympatyków. Reakcja na poruszony przez E. Monahan problem była tak wielka, że po trzech tygodniach poproszono ją o powtórne wystąpienie w telewizji. W tym czasie miała też pogadanki w radio, o jej artykuły ubiegały się takie czasopisma, jak "National Inquire", "Midnight" i "Time Magazin". Książki E. M. Monahan ukazały się w Japonii, Anglii, RFN, Meksyku i we Włoszech. A więc spełniły się marzenia.

W swojej książce, której oryginalny tytuł brzmi "The miracle of metaphysical healing" autorka w osobistym kontakcie z czytelnikiem, bez reszty, bez zastrzeżeń oddaje mu do dyspozycji całą swą wiedzę, swoje doświadczenia, pragnie przelać w niego własny zapał, zachwyty, swą odzyskaną radość życia i szczęście pomagania innym.

Leczenie psychotroniczne, owa technika wielokrotnie sprawdzana, nazywana przez Evelyn "niezawodną", "cudowną" jest niesłychanie prosta, ale autorka wielokrotnie przestrzega, by nie zlekceważyć jej, nie odrzucić tylko dlatego, że jest tak bardzo dostępna dla każdego. I rzeczywiście, psychotroniczne leczenie nie związane jest z żadnymi wydatkami, nie wymaga żadnych rekwizytów, żadnego specjalnego wykształcenia, wymagana jest tylko dobra wola, wytrwałość, spokój.

Na czym więc sprawa polega?

Człowiek jest istotą wspaniałą, potężną przez nieograniczone siły utajone, z którymi przychodzi już na świat. Dzięki tej potędze jest w stanie usuwać ze swego życia choroby, kalectwo, zmieniać przykre sytuacje życiowe itd., gdyż z natury rzeczy należy mu się szczęście, radość i doskonałe zdrowie.

Na nieszczęście człowiek jest nieświadomy swego wspaniałego wyposażenia w potęgę iście boską. Cierpi, choruje, męczy się, narzeka, szuka rozpaczliwie ratunku i ani się domyśla, że on sam posiada moc uzdrawiania. Jest jak król, który zapomniał, że jest królem, że ma płaszcz królewski na ramionach i złotą koronę na głowie, uznał się za żebraka, więc w pyłe drogi siedzi i żebrze u przechodniów o wsparcie. Tę świadomość własnej mocy, własnych nieograniczonych możliwości, nazywa Evelyn M. "naszym wyższym Ja", a moc realizowania życzeń, zaspakajania potrzeb, zmieniania nawet niekorzystnych okoliczności życiowych - nadświadomością. Umysłem świadomym określa autorka świadomość otaczających nas realiów. To umysł świadomy rejestruje wszystkie nasze spostrzeżenia, odczucia, wydarzenia, on zarządza pamięcią, on wyciąga wnioski, planuje itd. itd. On wreszcie ulega chorobom, cierpieniom, odczuwa radość, szczęście, strach, rozpacz itd. Umysł świadomy jest ograniczony w swoich możliwościach, on też jest "ślepy" - jak się wyraża Monahan - na istnienie naszego "wyższego Ja".

Otóż, żeby skutecznie posłużyć się techniką psychotronicznego działania, trzeba odwołać się do swego potężnego "wyższego Ja" oraz własnej nadświadomości i... żądać. Nie prosić, błagać i żebrać, a spokojnie, zdecydowanie rozkazywać. W swoich instrukcjach Evelyn M. nigdy nie podaje słowa "proszę" czy "błagam", lecz "chcę", "pragnę", "rozkazuję", "zarządzą". Wychodzi ona z założenia, że sięgamy po swoje, że są to dobra zaprogramowane dla nas od początku świata, utracone przez nas przez niewiedzę, ograniczoność i własną słabość. W ufnym żądaniu tych wszystkich dobrodziejstw jest jakieś odcięcie się od dotychczasowego mylnego, tragicznego w skutkach stanowiska ludzkości, a powrót na właściwe miejsce, wyznaczone nam od wieków. Warunkiem powodzenia w życiu i to

warunkiem wielokrotnie podkreślanym przez autorkę, jest absolutne zerwanie z "negatywnym myśleniem".

Negatywne myślenie to nie tylko pesymizm, zwątpienie, rozpacz. To także wrogie, nieżyczliwe uczucia, zawiść, radość z cudzego nieszczęścia, pogarda, nienawiść itd. Myślenie negatywne, jak twierdzi autorka, jest chorobą samą w sobie, przynosi cierpienie, ból, choroby umysłu i ciała, a nawet śmierć. Od tych niebezpiecznych myśli należy się odwracać, nie zatrzymywać ich w umyśle, zastępować innymi radosnymi, pozytywnymi. "Nigdy nie pozwolić, by myśli negatywne zagnieździły się w twym umyśle" - przestrzega autorka.

Gdy więc postanowiliśmy odwołać się do tej drzemiącej w nas potęgi i wyciszyliśmy swój umysł, usuwając wszystkie negatywne myśli, możemy przystąpić teraz do samej techniki psychotronicznego leczenia, bardziej szczegółowo podanej przez autorkę.

Pamiętajmy jednak, że do precyzji wykonania dochodzi się z czasem. przez cierpliwość i wytrwałość. Nie żądamy od siebie już na początku idealnego dostosowania się do wskazówek autorki. Chodzi o nastawienie, zrozumienie i dobre chęci. Do E. Monahan zgłaszało się mnóstwo ludzi, byli wśród nich nieufni, oporni, bardzo krytycznie nastawieni. Nikt z nas przecież nie sądzi, że od razu potrafi wyciszyć swój umysł, usunąć wszystkie negatywne myśli, rozluźnić ciało w idealnym relaksie itd.. a jednak i oni osiągalni to czego tak bardzo pragnęli.

Technika psychotronicznego leczenia składa się z trzech części:

1. przygotowania
2. odwołania się do swojej Nadświadomości
3. zakończenia

I przygotowanie i zakończenie są ćwiczeniami oddechowymi, połączonymi z głębokim relaksem. Ciało i umysł odświeżone głębokimi oddechami, dogłębnie rozluźnione, wyrażają stan wolny od napięć fizycznych i psychicznych, stan błogi, godny kontaktu z Nadświadomością. Gdybyśmy się głębiej nad tym zastanowili, sami doszlibyśmy do wniosku, że jako istoty stworzone na obraz i podobieństwo Boże jesteśmy potężni sami w sobie i że trzeba nam tylko odciąć się na chwilę od stresów dnia codziennego, wyciszyć się wewnątrz, by skontaktować się z ową wyższą siłą w nas utajoną i... zakomunikować swoje pragnienia. Spełnienie ich przez nasze "wyższe Ja" nie ulega dla E. Monahan najmniejszej wątpliwości. By nas o tym przekonać podaje cały szereg uzdrowień ludzi, cierpiących na bardzo różne choroby. Autorka prowadziła dokładną dokumentację każdego przypadku i wybrała niektóre z nich, oczywiście za zgodą zainteresowanych.

"Gdy po raz pierwszy zjawiał się u mnie Roy M., wiedziałam, że nie tylko cierpi, ale że jest pełen pesymizmu i sceptyzmu. Od lat cierpiał na krzyż, nosił pas ortopedyczny, ledwie się poruszał, od 4 lat nie pracował, - "pani dużo mówi o tym cudownym leczeniu, ale jestem przekonany, że mnie osobiście nic już nie pomoże". - Mr. M., przy tego rodzaju nastawieniu, byłabym szczerze zdziwiona, gdyby cokolwiek panu pomogło. Pańskie myśli negatywne trzymają pana w klatce cierpienia, jak w więzieniu." Gdy mu cierpliwie tłumaczyłam, że jego

własne, negatywne myśli są główną przyczyną bólów krzyża, patrzył na mnie z najwyższym zdziwieniem i jawną dezaprobatą. W końcu jednak przyrzekł zastosować się do mojej instrukcji i być ze mną w kontakcie. Po dwóch tygodniach zadzwonił: nie odczuwał żadnych bóli, wyrzucił pas ortopedyczny, mógł się swobodnie poruszać. Za kilka tygodni wrócił do pracy i dawał sobie doskonale radę. Był stróżem w domu towarowym i do jego obowiązków należało wchodzenie na piętra 2-3 razy dziennie. Został entuzjastycznym propagatorem idei psychotronicznego leczenia. - "Każdy powinien poznać tę cudowną metodę leczenia. Zgrzytam zębami ze złości, gdy myślę o tylu latach spędzonych w bólu. Niech pani nie przestaje mówić o tym ludziom. Byłoby grzechem zatrzymywać coś takiego tylko dla siebie".

## METODA PSYCHOTRONICZNA W PRAKTYCE

1. Wybierz spokojne miejsce, połóż się lub usiądź na krześle z oparciem, by wygodnie oprzeć głowę. Dla początkujących odpowiednie będzie wygodne położenie się.
2. Zamknij oczy i obserwuj spokojnie swój oddech, nie kontrolując go. Rozluźnij mięśnie całego ciała, od twarzy poczynając aż do palców nóg.
3. Wciągnij głęboko powietrze przez nos, rozciągnij płuca i przeponę. Obserwuj wewnętrznym okiem swój oddech, wyobraź sobie, jak powietrze przepływa przez ciało, kończąc w okolicach mózgu. Przy wydechu (również tylko przez nos) zwalniasz mięśnie brzucha i pogrążasz w relaksie całe ciało i umysł. Powtórz to ćwiczenie trzy razy, za każdym razem starając się pogłębić relaks.
4. Stwórz w umyśle obraz systemu krążenia. Wyobraź sobie wszystkie naczynia krwionośne, tętnice, żyły, naczynka włoskowate. Znajdując się w głębokim równomiernym rozluźnieniu, uświadom sobie przepływ krwi przez ciało. Powtarzaj w myśli: "Pragnę, aby mój system krwionośny był w całkowitej harmonii ze sobą samym i z innymi systemami mego organizmu. Pragnę, aby usunął wszystkie zanieczyszczenia z mojego ciała i wniósł nową energię do wszystkich komórek mego organizmu".
5. Przedstaw sobie swój system oddechowy. Pozwól, by uformował się wyraźny obraz twych płuc, niech się rozprężają i kurczą, niech zaopatrują w tlen twój organizm. W umyśle powtarzaj: "Potęgą mojej nadświadomości rozkazuję, aby mój aparat oddechowy doskonale pracował i pozostawał w doskonałej harmonii ze sobą i wszystkimi pozostałymi systemami mego ciała".
6. Wyobraź sobie teraz swój system trawienny. Stwórz wyraźny obraz żołądka, jelit cienkich i grubych. Powtarzaj w myśli następujące słowa: "Przez moc Nadświadomości pragnę, aby mój system trawienny wyciągał maksimum korzyści z pożywienia jakie przyjmuję oraz by pozostawał w całkowitej harmonii ze sobą i całym moim organizmem.
7. Ujrzyj w umyśle obraz swego serca i powtarzaj w myśli: "Mocą Nadświadomości rozkazuję, by serce moje pracowało wydajnie, spokojnie, bez zakłóceń. Życzę sobie, by pozostawało w całkowitej harmonii ze sobą samym i całym moim organizmem".
8. Wytwórz w swym umyśle obraz właściwego szkieletu. Niech twe wewnętrzne oko ujrzy wszystkie kości i stawy. Mów w umyśle. "Przez niezwykłą moc mojej Nadświadomości rozkazuję, aby wszystkie zwapnienia, zgrubienia i schorzenia mego szkieletu natychmiast

zostały usunięte, a chore komórki odłączone, zastąpione zdrowymi i wydalone z organizmu jako obciążenie, burzące harmonię mego ciała".

9. Teraz ujrzyj w umyśle siebie samego. Niech ten twój portret odzwierciedla doskonale zdrowie. Z tym obrazem przed oczyma powtarzaj następujące słowa: "Pragnę aby wszystkie systemy mego ciała pozostawały w całkowitej wzajemnej harmonii. Przez potęgę mojej Nadświadomości zarządzam, aby ciało moje cieszyło się idealnym zdrowiem, a wszystkie choroby zostały usunięte jako dysharmonia".

10. Oddychaj głęboko, przeponowo. Pozwól, by twój umysł towarzyszył oddechowi przez ciało, kończąc na doprowadzeniu go do szczytu głowy. Powtórz to ćwiczenie trzy razy, pograżając się za każdym razem w głębszy relaks. Powtarzaj w myśli: "Jestem doskonale zdrowy na ciele i umyśle".

11. Przez chwilę oddychaj spokojnie, nie kontrolując oddechu, nadal utrzymując ciało w odprężeniu.

12. Otwórz oczy i idź do codziennych zajęć.

Technika ta, właściwie praktykowana, zajmuje w przybliżeniu 15 minut dziennie. Ćwiczyć można jeden raz dziennie, do trzech razy możliwie w równych odstępach czasu, zresztą życie narzuca różne ograniczenia i sztywnych ram nie da się wprowadzić.

Psychotroniczne leczenie można stosować nie tylko w odniesieniu do siebie, w ten sposób można skutecznie pomagać także innym. Odległość przestrzeni nie stanowi żadnej przeszkody dla psychotronicznego leczenia. Twoje leczące myśli pędzą z prędkością światła i są poddane najpotężniejszej sile we wszechświecie - potędze Nadświadomości.

## PRZYKŁADY EFEKTÓW PRAKTYKI PSYCHOTRONICZNEJ

"Bob C. miał 15 lat. Uległ katastrofie samochodowej i wyniósł z niej rozległe rany: drugiego i trzeciego stopnia poparzenia. W pierwszych kilku tygodniach cierpienia młodego człowieka łagodowano narkotykami, lecz nadszedł czas, kiedy to narkotyki odstawiono z obawy przed nałogiem. Rany, dalekie jeszcze od wygojenia, przysparzały pacjentowi wiele bólu, to też pokój jego wypełniały jęki i błagania o pomoc. Po pomoc do mnie zgłosiła się Boba matka. Obydwoje rodzice natychmiast przystąpili do stosowania techniki psychotronicznego leczenia. W godzinę później Bob popadł w spokojny sen, pierwszy od czterech dni. Zaczęły też wyraźnie ustępować bóle i chory szybko powracał do zdrowia. Jeszcze przed zastosowaniem psychotronicznego leczenia ustalono na konsylium lekarskim, że konieczne będą rozległe przeszczepy skórne, a to pociągnie za sobą szereg operacji. Mrs. C. z radością zawiadomiła mnie, że Boba ostatecznie czekają tylko dwie, a może tylko jedna operacja".

"Linda J. ogromnie interesowała się techniką psychotronicznego leczenia. Chodziła na wykłady z parapsychologii na uniwersytecie Georia State. Zapoznała z tym problemem wielu swoich przyjaciół, a także przyjaciół tych przyjaciół. Jedyne siostra jej, Judy oraz szwagier, mieszkający zresztą w odległości 1000 km od Georgii, ostro krytykowali Lindy wiarę w "takie głupoty". Ale zdarzyło się, że Judy bardzo niebezpiecznie zraniła oko ostrym drutem i lekarze uważali je w 95 % za stracone. Szwagier zawiadomił Linde o wypadku telefonicznie i

jak to w obliczu niebezpieczeństwa bywa, niepomyślnie na niedawną jeszcze zjadliwą krytykę, błagał o pomoc Linde, a przez nią i mnie. Niezwłocznie obie przystąpiłyśmy do psychotronicznego leczenia. Uzgodniłyśmy między sobą, że do 10-tej godziny następnego dnia, kiedy lekarze zdecydują, czy da się uniknąć operacji, prześlemy do Judy cudowne siły lecznicze aż cztery razy. W południe nadeszła radosna wiadomość: nie ma potrzeby operacji. Telefonował Bob, powiedział, że lekarze z ogromnym zdziwieniem stwierdzili, że zranione oko przez noc samo się zregenerowało. W tej sytuacji będą konieczne szkła kontaktowe. Linda wiedziała, że Judy nie znosiła okularów i chcąc oszczędzić jej tej przykrości zwróciła się do mnie z ponowną prośbą, a mianowicie, bym razem z nią za pośrednictwem psychotronicznego leczenia uratowała Judy od noszenia szkieł. Oczywiście zgodziłam się. Po tygodniu, bo wtedy właśnie miała być Judy na badaniu kontrolnym, miałam znowu telefon. Głos Lindy drgał radością: "Siostra nie potrzebuje nosić okularów lekarz orzekł, że oko jest w 100 % zdrowe. Przypisywał tę poprawę noszeniu szkieł korekcyjnych. Wtedy Judy wyjęła z torebki niezrealizowaną receptę na okulary. Osłupienie lekarza nie da się wyrazić słowami". Judy i jej mąż popadli w tym wypadku w drugą skrajność. Zawsze twierdzą, że leczenie psychotroniczne powinno iść równoległe z leczeniem medycznym, a nie zamiast niego. Tym nie mniej byłam bardzo szczęśliwa razem z nimi.

"Jean L. zgłosiła się do mnie ogromnie przybita psychicznie. Właśnie stwierdzono u niej guz piersi, który chociaż łagodny, musiał być w najbliższej przyszłości operacyjnie usunięty. Operacja oznaczała dłuższy pobyt w szpitalu, Jean miała troje małych dzieci (2, 4 i 6 lat), a mąż był w ciągłych służbowych wyjazdach. Dałam jej wypisaną na kartce technikę "punkt po punkcie", wytłumaczywszy przedtem na czym polega leczenie psychotroniczne i jak zwykle prosiłam o wiadomości. Po trzech dniach miałam telefon: "Wróciłam właśnie z kontrolnego prześwietlenia. Guz zniknął. Jestem ogromnie szczęśliwa". Jean i jej mąż Marcin pozostawali ze mną w kontakcie. Nie tylko sami ćwiczyli trzy razy dziennie, lecz nauczyli tego najstarsze dziecko. "Gdy podrosną trochę mniejsze dzieci, dołączają i one do tych rodzinnych ćwiczeń - twierdzili z zapałem".

Wszystkie te choroby zostały wyleczone przy pomocy tej samej techniki psychotronicznego leczenia. Posiada ono swoje niezmiennie zasady, ujęte w punkty i podpunkty; a różnice w poszczególnych wypadkach chorobowych dotyczą tylko poszczególnych słów i terminów.

Leczenie psychotroniczne polega na odwołaniu się do swego Wyższego Ja, do potęgi własnej Nadświadomości, na przedstawieniu swego pragnienia oraz na utrwaleniu ich przez umysłowe przeżywanie scenek radości, szczęścia z odzyskanego zdrowia, gratulacji najbliższych i scenki w gabinecie lekarza, który ze zdziwieniem, ale i z radością stwierdza absolutne wyleczenie z choroby. Proste, łatwe, a tak bardzo nam potrzebne! Przywykły w wyobraźni do własnej tryskającej zdrowiem i radością sylwetki, dużo łatwiej będzie w nią uwierzyć na jawie.

### Technika psychotronicznego leczenia ślepoty

Wstęp:

1. Wybierz spokojne miejsce, połóż się wygodnie lub usiądź, opierając głowę o oparcie krzesła.
2. Zamknij oczy i przez chwilę obserwuj swój oddech, nie kontrolując go. Rozluźnij całe ciało.

3. Oddychaj przez nos, głęboko, przeponowo. Przy wdechu obserwuj wewnętrznym okiem powietrze utleniając cały twój organizm. Doprowadź w wyobraźni to obfite utlenienie do partii mózgu. Przy wydechu rozluźnij całkowicie mięśnie brzucha i pogrążaj w głębokim relaksie całe ciało i umysł. Powtórz to ćwiczenie trzy razy, za każdym razem usiłuj jeszcze bardziej pogłębić relaks.

Część środkowa, zasadnicza:

1. Powtarzaj w umyśle następujące słowa: "Przez bezgraniczną potęgę mojej Nieświadomości i głęboką mądrość "wyższego Ja" rozkazuje, by zmobilizowane zostały ogromne zasoby energii, istniejące wewnątrz mnie i poza mną, aby obdarzyć mnie światłem oczu. Wszystkie komórki mego ciała zniszczone i chore są w tej chwili uzdrawiane, tak że żadna choroba nie ma prawa we mnie istnieć, a dar widzenia jest mi zwrócony". 2. Ujrzyj w swym mentalnym filmie siebie z uzdrowionym wzrokiem, rozglądającego się dokoła i napawającego oczy widokami nigdy lub dawno nie widzianymi. Otaczają cię krewni lub przyjaciele, ściskają cię, gratulują i mówią takie lub temu podobne słowa: "To wspaniale, że możesz widzieć. Nigdy bym nie uwierzył, że to możliwe, ale trudno zaprzeczyć faktom. Ogromnie się cieszymy i gratulujemy". - "Dzięki za udział w moim szczęściu. Masz rację, to cudownie móc widzieć."

3. Stwórz w umyśle scenkę w gabinecie lekarza. Bada wzrok i mówi ze zdziwieniem: "Nie pojmuję, jak to się stało, medycznie nie mogę tego wytłumaczyć, lecz stwierdzam fakt, że pani normalnie widzi. Ogromnie się cieszę i gratuluję".

Zakończenie:

Oddychaj głęboko przez nos. Przy wdechu obserwuj wewnętrznym okiem powietrze, obficie utleniające cały twój organizm. Doprowadź je w wyobraźni do partii mózgu. Przy wydechu rozluźniaj całkowicie mięśnie brzucha i pogrążaj w głębokim relaksie całe ciało i umysł. Powtórz to ćwiczenie trzy razy, za każdym razem jeszcze bardziej rozluźniając całe ciało.

2. Obserwuj przez chwilę swój oddech, nie kontrolując go. Pozostawaj w relaksie.

3. Otwórz oczy i wróć do codziennych obowiązków.

Ćwiczyć trzy razy dziennie.

## TECHNIKA PSYCHOTRONICZNEGO LECZENIA PARALIŻU

1. Wybierz spokojne miejsce...

2. Zamknij oczy i obserwuj swój oddech nie kontrolując go...

3. Oddychaj głęboko przez nos...

4. Powtarzaj w umyśle następujące słowa: "Przez bezgraniczną potęgę mojej Nadświadomości i głęboką mądrość mego "wyższego Ja" rozkazuję, by zmobilizowane zostały ogromne zasoby energii, istniejące wewnątrz mnie i poza mną, by obdarzyć mnie absolutnym zdrowiem. Wszystkie komórki mego ciała zniszczone lub zagrożone paraliżem są w tej chwili uzdrawiane, tak że żadna choroba nie ma prawa we mnie istnieć. Członki, które



niegdyś były ograniczone w ruchach są obecnie doskonale sprawne".

5. Stwórz obraz samego siebie. Swobodnie, z gracją poruszasz sparaliżowaną częścią ciała. Obserwuj to bardzo dokładnie, napawaj się lekkością swych ruchów. Usłysz w umyśle radosne zdziwienie otoczenia: "W jaki sposób, na miłość Boską, wyleczyłeś się z paraliżu? Przecież lekarze uważali to za absolutnie niemożliwe. Serdecznie się cieszymy razem z tobą. Cudownie jest widzieć cię w takim stanie".

6. Stwórz teraz scenkę w gabinecie lekarza, który mówi z radosnym zdziwieniem: "Nie myślałem, że kiedykolwiek nastąpi dzień, gdy będzie pani mogła posługiwać się swym sparaliżowanym ramieniem. Nie rozumiem jak to się stało, ale ogromnie się cieszę i gratuluję".

7. Oddychaj głęboko przez nos...

8. Obserwuj swój oddech nie kontrolując go...

9. Otwórz oczy...

Ćwiczyć trzy razy dziennie.

Zdziwienia krewnych, przyjaciół i lekarzy z całkowitego szybkiego wyleczenia są bardzo potrzebnym, sensownym przygotowaniem do podobnych przeżyć w rzeczywistości.

## TECHNIKA PSYCHOTRONICZNEGO LECZENIA EPILEPSJI

1. Wybierz spokojne miejsce...

2. Zamknij oczy...

3. Oddychaj głęboko...

4. Powtarzaj w umyśle: "Przez bezgraniczną potęgę mojej Nadświadomości głęboką mądrość "mego wyższego Ja" rozkazuję, bym w tej chwili została uleczona z epilepsji i ataków epileptycznych. Rozkazuję, by psychotroniczne leczenie przyniosło mi nowe siły i dar wspaniałego zdrowia. Nie chcę być epileptykiem już nigdy więcej".

7. Stwórz umysłowy filmik, przedstawiający cię w otoczeniu przyjaciół czy rodziny. Niech się cieszą razem z tobą, gratulują ci i mówią: "Tak się cieszymy, że już nie cierpisz na epilepsję. Pewne, że ty sam jesteś jeszcze szczęśliwszy, ale i my nie posiadamy się z radości, że już się nie męczysz".

8. A teraz niech nastąpi scenka z lekarzem: "Nie rozumiem jakim sposobem odzyskała pani całkowite zdrowie, ale jestem szczęśliwy razem z panią".

7. Oddychaj głęboko...

8. Obserwuj swój oddech nie kontrolując go...

## 9. Otwórz oczy...

Ćwiczyć co najmniej trzy razy dziennie.

Evelyn Monahan bardzo usilnie i wielokrotnie przestrzega przed negatywnymi myślami, które są udreńką człowieka i smutną gwarancją choroby.

Są myśli negatywne czynne, agresywne w stosunku do innych, wrogie, krzywdzące, mściwe, oraz myśli negatywne bierne, wynikające z poczucia upokorzenia, odrzucenia, skrzywdzenia kogoś itd. I jedno i drugie (najczęściej występuje w formie mieszanej) są źródłem wielu chorób, jakże często artretyzmu, reumatyzmu, zapalenia stawów, wrzodów żołądka, astmy, zaburzeń mowy i innych. Nie przypadkowo więc wprowadza autorka w instrukcji psychotronicznego leczenia artretyzmu uroczyste wyznanie: "Daruję wszelkie urazy, jakie kiedykolwiek czułam w stosunku do innych i pragnę, aby ludzie ci postępowali zawsze w harmonii ze swym najwyższym dobrem". Słusznie też twierdzi na innym miejscu, że "ilekroć odczuwasz niechęć do jakiejś ludzkiej istoty i podtrzymujesz to uczucie, ograbiasz sam siebie z energii, którą normalnie mógłbyś wykorzystać dla zachowania twego fizycznego i psychologicznego zdrowia. Żadna pretensja do kogoś nie jest tak ważna, jak twoje własne zdrowie i głupcem byłby człowiek, gdyby pozwolił, żeby tego rodzaju przeszkoda stała na drodze wyleczenia się z artretyzmu czy reumatyzmu. Masz nie tylko prawo, ale i obowiązek korzystać z potęgi swojej Nadświadomości dla dobra własnego zdrowia w myśl znanego na pozór paradoksalnego powiedzenia: "Pan Bóg pomaga tym, którzy sobie pomagają." Zapamiętaj Czytelniku "twoje ciało chce być zdrowe i jest w najwyższym stopniu zainteresowane odbiorem energii, którą mu przesyłasz za pośrednictwem twego "wyższego Ja". Naprawdę, twoje ciało jest wspaniałym organizmem i tylko najwyższa Inteligencja mogła je powołać do istnienia. Ta sama Inteligencja stworzyła twój umysł, który posiada moc oddziaływania na ciało. Twoją sprawą jest zadbać, by wpływ ten był zawsze pozytywny. Możesz z tego wyciągnąć wniosek, że umysł jest tworem bardziej doskonałym, niż ciało."

"Zuzanna R., młoda jeszcze, 32-letnia kobieta, od dwóch lat przykuta była do wózka inwalidzkiego. Zniekształcający artretyzm zaatakował nie tylko nogi, ale i kręgosłup. Była żoną i matką dwóch chłopców (4 i 6 lat). Życie nie układało się łatwo. Cierpiała fizycznie i psychicznie. Wiedziała, że jest ogromnym ciężarem dla rodziny. Lekdrze nie wiele byli w stanie pomóc. Z rozpaczą zwróciła się do mnie. Przedyskutowałyśmy technikę psychotronicznego leczenia i Zuzanna z zapaleniem zaczęła ćwiczyć. Po trzech tygodniach zapukał ktoś do moich drzwi i do pokoju weszła uśmiechnięta Zuzanna. - "Nie wie pani, kto by chciał kupić wózek inwalidzki?" - zażartowała. Była właśnie na kontrolnej wizycie u swego lekarza, który widząc jej lekki chód zaniemówił ze zdziwienia. ("Chciałam już wzywać lekarza do swego doktora, tak był zaszokowany"). Obecnie Zuzanna nie tylko chodzi, ale potrafi biegać i to tak szybko, że nie każdy młody chłopak może ją dogonić.

"Siedem lat cierpienia na wrzód żołądka uczyniło z Ryszarda K. człowieka wyczerpanego fizycznie, psychicznie i finansowo. Był od 14-stu lat wyższym wojskowym. Po 7-miu latach stresów i stałych napięć nerwowych zachorował na owrzodzenie żołądka. Początkowo sądził, że nie będzie tak trudno żyć z tym schorzeniem i że nie jest to zbyt wysoka cena. jaką płaci za prestiż w swej jednostce i wysokie uposażenie finansowe. Bóle dokuczały mu jednak coraz bardziej. Każdego tygodnia musiał dzień lub dwa zostawać w domu. Ta nieobecność w pracy

denerwowała go i jeszcze bardziej pogarszała stan zdrowia. Po skontaktowaniu się ze mną rozpoczął energicznie leczenie metodą psychotroniczną. Po tygodniu zadzwonił, że nie odczuwa bóli, a po następnych 10 dniach zawiadomił, że Rentgen nie wykazał śladu wrzodu żołądka. Niepotrzebne już były lekarstwa i uciążliwa dieta. Jeszcze później doniósł, że awansował, zwiększyły się obowiązki, ale nie narzekał, nigdy w życiu nie czuł się lepiej. Oczywiście codziennie uprawiał technikę psychotronicznego leczenia".

"Katarzyna N. miała 50 lat i od 10 lat cierpiała na zapalenie stawów w obu ramionach. Zaczęliśmy leczenie. Katarzyna była jedną z najbardziej zdyscyplinowanych osób, jakie kiedykolwiek spotkałam, nie zdziwiłam się więc, gdy po trzech dniach zawiadomiła mnie telefonicznie, że nie odczuwa już żadnych bólów. Rentgen nie wykazał nawet śladów zapalenia stawów. - „Lekarz był bardzo zdziwiony, ale nie wiem kto był bardziej szczęśliwy, ja czy on". Ostatnio słyszałam, że Katarzyna rozpoczęła pracę w szpitalu. Chce w ten sposób mieć okazję zaznajamiania cierpiących ludzi z niezwykłą techniką psychotronicznego leczenia."

"Karen R. od wczesnego dzieciństwa cierpiała na zaburzenia mowy. Po kilku dość gładko wypowiedzianych słowach następowały coraz dłuższe przerwy, połączone z nerwowymi grymasami twarzy, A była to młoda, atrakcyjna, 23-letnia kobieta. Jej wizyta trwała u mnie bardzo długo, zanim opowiedziała swoją historię, i poprosiła o pomoc. Była najstarsza z trojga dzieci, była przed rodzicami odpowiedzialna za młodsze rodzeństwo. W wieku 4,5 lat zaczęła się jąkać. Rodzice nie leczyli jej sądząc, że wyrośnie z tego. Stało się jednak odwrotnie. Nauka nie szła najlepiej, odpowiedzi w klasie były torturą. Nie wytrzymała, rzuciła szkołę i poszła do takiej pracy, gdzie mogła milczeć: Została szwaczką w dużym przedsiębiorstwie. Karen dobrze pracowała, lecz zawsze awanse ją omijały. Latami wykonywała tę samą pracę i czuła, że już dłużej nie wytrzyma jako milczący automat.

Z zapalem rozpoczęła ćwiczenia psychotroniczne. Po tygodniu zatelefonowała. Dość łatwo można ją było zrozumieć. Przerwy między słowami były dość krótkie i rzadkie. Następny telefon miałam od niej po dwóch tygodniach. Gdybym nie wiedziała o jej uprzednim jękaniu się, nigdy bym jej o tę przypadłość nie posądziła. Dowiedziałam się, że już po 10-ciu dniach ćwiczeń nie jąkała się, że jest bardzo szczęśliwa i największym jej pragnieniem było zapoznanie innych ludzi z tą metodą".

Wiele razy podkreślałam już w tej książce, że umysł może doprowadzić do choroby. Może co prawda ogromnie pomóc w odzyskaniu zdrowia, ale o wiele częściej przez myśli negatywne szkodzi ciału. Od prawników człowiek pozwolił, by ciało jego ponosiło konsekwencje negatywnych emocji i psychicznych depresji. Rezultatem tego są m. in. ślepotą, zaniemówienie, częściowy lub całkowity paraliż i wiele, wiele innych chorób. Smutnym jest fakt, że ogromna ilość ludzi cierpi dziś na przypadłości tylko dlatego, że nie nauczono ich korzystać z potęgi siły własnej Nadświadomości, która leczy wszystkie choroby fizyczne, psychiczne i umysłowe.

"Dawid L. młody 25-letni mężczyzna, leżał 5,5 roku kompletnie sparaliżowany. Ruchy jego ograniczały się tylko do poruszania wargami i oczami. Paraliż nastąpił nagle, niespodziewanie. Chciał pewnego dnia wstać z łóżka na śniadanie i już nie mógł. Źródłem

tęgo nieszczęścia były sprawy ambicjonalne: Dawid był przewrażliwiony na punkcie własnej osoby. Miał wygórowaną ambicję i wszstkich podejrzewał o niedocenieanie go.

O pomoc do mnie zgłosiła się jego matka. Oboje z synem zaczęli rygorystycznie stosować technikę psychotronicznego leczenia. Po dwóch i pół tygodniu zatelefonowała pani L. prosząc, bym natychmiast przyszła do nich. Zapewniała, że sprawa jest bardzo pilna. Gdy otworzyłam drzwi ich domu, wybiegł naprzeciw mnie Dawid i entuzjastycznie chwycił mnie w ramiona. Nie mógł sobie darować, że przez tyle czasu był przykuty do wózka przez własne negatywne myśli i przez własną niewiedzę. Obecnie pałał chęcią niesienia pomocy innym ludziom, również ofiarom paraliżu.

Ponieważ choroba Dawida L. wyrosła na podłożu napięć psychicznych, E. Monahan dodała do instrukcji "punkt po punkcie" dodatkowy rozkaz wyciszenia tych właśnie emocji. Oczywiście dołączyła to wezwanie do punktu 4. Oto ten dodatek:

"Cudowna siła Nadświadomości przechodzi właśnie przez moje ciało. Całkowicie uspokaja mój umysł. Wypełniony tym wewnętrznym wyciszeniem pozbywam się wszelkich negatywnych uczuć. Rozkazuję, aby były one natychmiast zastąpione uczuciami głębokiego zadowolenia i radości".

"Amerykańscy Indianie mają takie porzekadło: "Nie sądź nikogo, zanim nie przejdiesz mili w jego własnych kierpcach". To właśnie miał pewnie na myśli młody człowiek John L., cierpiący od trzech lat na paraliż prawego ramienia, gdy w czasie swojej pierwszej wizyty u mnie zrobił mi złośliwy zarzut: "Jak pani może żądać od ludzi, żeby optymistycznie patrzyli na świat i byli pełni nadziei? Jakie ma pani do tego prawo? Czy pani ma pojęcie, co czuje człowiek, gdy medycyna stwierdza, iż nie zna jeszcze lekarstwa na jego chorobę? Jeśli rzeczywiście nigdy nie była pani w takiej sytuacji, to nie może sobie pani nawet wyobrazić, jak odbiera się te płomienne myśli wygłaszane przez panią!".

Otóż wiedziałam aż nadto. Jedenastu lekarzy orzekło, że paraliż mego ramienia nigdy nie ustąpi, a 13 okulistów nie widziało dla mnie najmniejszej nawet szansy odzyskania wzroku. Przerwałam więc potok cierpkich uwag Johna. W krótkich słowach opowiedziałam mu o tragedii swego życia. Zaniemówił z wrażenia. Tym uważniej i spokojniej wysłuchał zasad techniki psychotronicznego leczenia. Po dwóch tygodniach miałam wiadomość: paraliż całkowicie ustąpił. John nie posiadał się z radości. Czuł się jak uczeń na wakacjach, cały świat należał do niego".

"Czy oglądaliście w telewizji film dwa lata temu, którego fabuła osnuta została wokół losu pięciu ciężko chorych ludzi? U wszystkich była ta sama diagnoza - polynephritis i każdego z nich mogła uratować tylko sztuczna nerka. Do ich dyspozycji była tylko jedna sztuczna nerka, czterej pozostali musieli przyjąć wyrok śmierci. Film ten był dla mnie smutny z dwóch powodów: po pierwsze to fakt, że ktoś w tym kraju musi umierać nie z braku wiedzy, lecz pieniędzy, a po wtóre, że ktoś cierpiący usłyszał straszny wyrok: "nieuleczalna choroba" tylko dlatego, że medycyna nie zdołała się jeszcze uporać z tym schorzeniem. Gdyby autor scenariusza znał leczenie psychotroniczne, film ten miałby diametralnie inne zakończenie.

Patricia R. oglądała ten film i o wiele wyraźniej niż normalnie zdała sobie sprawę z

beznadziejności swojej sytuacji, gdyż cierpiała właśnie na polynephritis. Nie zaprzętała sobie głowy myślą, czy ją uratuje sztuczna nerka. Była na to zbyt uboga. Czuła się skazana na śmierć.

Po otrzymaniu ode mnie instrukcji zaczęła z zapalem ćwiczyć. Po miesiącu zadzwoniła. Czuła się bardzo dobrze, była właśnie w trakcie robienia kontrolnych badań. Po 10 dniach usłyszałam głos Patrycji - "Polynephritis zniknęła zupełnie. Nie ma śladu choroby. Doktor nie mógł zrozumieć w jaki sposób mogło się to stać. Odkryłam mu tę tajemnicę. Patrzył na mnie w osłupieniu, wątpię czy uwierzył. Ale to jego sprawa, ja jestem w 100 % zdrowa".

Gdyby więc - powtarzam - autor scenariusza znał tę prostą metodę psychotronicznego leczenia - bohaterowie jego filmu nie byliby skazani na śmierć, a dla milionów ludzi byłby to film niemal tak szokujący, jak filmy Alfreda Hitchcock'a".

"Szkodliwość palenia papierosów stała się sprawą bezdyskusyjną. Do akcji zwalczania tego nałogu przystąpiły: radio, telewizja, prasa, medycyna. Na czoło wszystkich technik, czy środków odwykowych, stawia się silną wolę. Technika niżej podana nie bazuje na sile woli lecz na niewzruszonej potędze własnej Nadświadomości. Przystaniesz palić, ponieważ nawiążesz kontakt ze swoim "wyższym Ja". Twoja Nadświadomość uchyli pragnienie palenia, ponieważ jest ono sprzeczne z naturalnym dążeniem do doskonałego zdrowia. Możesz pomóc tą metodą nie tylko sobie, ale i swoim bliskim.

Kerin L. był od 15-stu lat nałogowym palaczem. Wypalał dziennie 3,5 paczki papierosów. Twierdził, że papierosy pomagają mu znosić stresy i że bez nich nie byłby w stanie tak intensywnie pracować. Gdy zgłosił się do mnie o pomoc, był w krytycznej sytuacji, z którą nie umiał sobie poradzić. Od pewnego czasu zaczął odczuwać ostre bóle w klatce piersiowej. Gdy na zlecenie lekarza zrobił kontrolne badania, diagnoza brzmiała: angina pectoris. Lekarz kategorycznie zabronił palenia papierosów, a Kerin nie mógł się na to w żaden sposób zdobyć.

Wy tłumaczyłam mu technikę psychotronicznego leczenia, która pozwoliła mu rzucić palenie papierosów nie w ciągu miesiący czy tygodni, lecz w ciągu godzin".

Autorka wstawiła do 4 punktu instrukcji następującą wstawkę: "Przez siłę Nadświadomości i mądrości mego "wyższego Ja" odrzucam od tej chwili pragnienie palenia papierosów. Potępiam ten nawyk i odpędzam od siebie każdą siłę, która zniewala mnie do stawiania tego nałogu ponad mój własny rozsądek. Pragnę pozostawać w harmonii z moim "wyższym Ja", które będzie czuwać nad zachowaniem mego całkowitego zdrowia nawet wtedy, gdy mój świadomy umysł zajęty będzie innymi sprawami".

Ta inwokacja do wyższego Ja i potęgi Nadświadomości jest wyrażona słowami Evelyn Monahan. Nie jest to jednak sztywna formułka, której należy się na pamięć nauczyć. Propozycja autorki powinna być raczej traktowana jako osnowa do indywidualnych wariantów.

"Miliony kobiet przechodzi co miesiąc niepotrzebny ból, uważając go za smutny lecz nieunikniony dodatek do losu płci żeńskiej. Ogromne nieporozumienie.

Gdy Eilene R. przyszła do mnie pierwszy raz była od trzech tygodni bez pracy. Pracowała tylko cztery miesiące. Była zatrudniona w szpitalu w charakterze pielęgniarki i bardzo lubiła swoją pracę. Mimo doskonałej opinii jej comiesięczna kilkudniowa absencja w pracy spowodowała rozwiązanie stosunku służbowego. "Nic nie mogę na te okropne bóle i nie wydaje mi się, żebym gdziekolwiek mogła pracować". Wysłuchała z wielką uwagą techniki psychotronicznego leczenia, nabrała otuchy i przyrzekła kontaktować się ze mną. Zadzwoiła po 2,5 miesiącu. Nie dzwoniła wcześniej, bo chciała mieć stuprocentową pewność, że się wyleczyła. Powróciła do pracy w szpitalu, od 6-ciu tygodni nie opuściła ani jednego dnia. Po ośmiu miesiącach znowu zadzwoniła. Pracowała nadal w tym samym miejscu, dwa razy już awansowała".

"Gdy ktoś narzeka przy mnie na bezsenność, zawsze myślę o Ralphie J. Od dłuższego czasu cierpiał on na bezsenność, choć robił wszystko żeby spać, łącznie z zażywaniem środków nasennych, przepisywanych mu przez lekarza, wyczytanych w prasie czy przypadkowo zasłyszanych. Był u kresu sił fizycznych i psychicznych "Proszę mi powiedzieć, co mam zrobić, żebym choć przez jedną noc dobrze spać" - pytał mnie zrozpaczony. Podałam mu technikę psychotronicznego leczenia i zapewniłam, że będzie miał nie jedną dobrą noc, lecz wszystkie. Wyraźnie niedowierzał. Dopiero po 7-miu tygodniach miałam od niego wiadomość. Donosił, iż nie spędził ani jednej bezsennej nocy od pierwszego zastosowania techniki psychotronicznego leczenia. Był zachwycony. Koniecznie radził opublikować tę technikę, "Zbyt wielu ludzi cierpi na bezsenność" - twierdził.

W tym wypadku ćwiczyć należy przed samym snem, tzn. po udaniu się na spoczynek. Punkt 4 instrukcji "punkt po punkcie": "Dzięki mądrości mego "wyższego Ja" jestem świadomy całkowitego relaksu, jaki obejmuje moje ciało i umysł. Przez potęgę Nadświadomości rozkazuje, by opuściły mnie wszystkie napięcia, stresy i niepokoje, a zapanowała we mnie harmonia. Żądam, aby wszystkie systemy mego organizmu zostały całkowicie wyciszone, a praca ich przebiegała swobodnie i normalnie. Napętniam się archetypem błękitu w odcieniu nieba o północy. Odpoczywam w tym kolorze, czuję jak opuszczają mnie wszystkie stresy. Popadam w zdrowy, spokojny, nieprzerywany sen aż do rana. Rano wstanę całkowicie wypoczęty, radosny".

Gdy przed półtora rokiem poznałam Margaret D. nie mogłam uwierzyć, że ma ona tylko 27 lat. Ważyła 200 funtów. Próbowwała różnych diet, zapisała się do "klubu zdrowia", leczyła się u dwóch lekarzy. Efekty były minimalne. W ciągu czterech miesięcy straciła 3 funty. Pesymizm Margaret był tak głęboki, że potrzebowałam 45 minut, by zaczęła ufać przedstawionej przeze mnie metodzie. Z niedowierzaniem nastawiła uszy, gdy powiedziałam jej, że nie ma potrzeby stosowania diety i odmawiania sobie na siłę ulubionych potraw. "Widzi pani, Margaret, potęga Nadświadomości reguluje także pani apetyt. Sama pani nie będzie chciała dużo jeść. Będzie pani przy tym podświadomie wybierać tylko te potrawy, które pod względem kaloryczności okażą się dla pani odpowiednie".

Po miesiącu zjawiała się u mnie z małą wagą łożnicową pod pachą. Straciła 30 funtów. "Trzydzieści funtów w ciągu miesiąca i jeszcze ani razu nie byłam głodna!". Margaret zjadała dotychczas ilości pożywienia wystarczające dla co najmniej trzech osób. Spytała mnie, czy zamiast trzech razy może ćwiczyć cztery razy dziennie, tak bardzo spieszyło jej się do normalnej wagi. Nie pozwoliłam jednak. Instrukcja psychotronicznego leczenia nie potrzebuje żadnych poprawek, potrzebna jest tylko wytrwałość i dokładność. W następnym miesiącu straciła 40 funtów. Zaczęła nawet obawiać się, czy za bardzo nie zeszczupleje.

Wymarzyła dla siebie 110 funtów. Uspokoiłam Margaret, że jej "wyższe Ja" samo dopilnuje spełnienia tego życzenia, niech więc się tym nie niepokoi. Ustaliśmy następnym termin wizyty za trzy tygodnie. Zjawiła się punktualnie i jak zwykle z wagą łazienkową pod pachą. Gdy na niej stanęła, strzałka wagi pokazała 110 funtów. Margaret przeobraziła się w atrakcyjną młodą kobietę, wróciła z radością do życia towarzyskiego, a 6 miesięcy temu wyszła za mąż. Stale waży 110 funtów".

#### PUNKT 4 INSTRUKCJI "PUNKT PO PUNKCIE":

"Przez cudowną potęgę Nadświadomości rozkazuję, żeby moje ciało już w tym momencie zaczęło tracić wagę. Rozkazuję też, aby wraz z utratą nadwagi ciało moje uzyskało i zachowało stan doskonałego zdrowia. Chcę, aby inteligencja mego "wyższego Ja" doprowadziła moje chudnięcie do ilości kilogramów, jakiej sobie sama dla siebie życzę, niech leczenie psychotroniczne obejmie także mój apetyt. Niech pragnę tylko takiego pożywienia i w takich ilościach, które są potrzebne dla zachowania całkowitego zdronia".

"Walter J. był od 10-ciu lat alkoholikiem. Z dobrego, troskliwego męża i ojca zamienił się w osobę nieodpowiedzialną, rujnąjącą zdrowie i życie nie tylko swoje, ale i najbliższych. Zaczął chorować psychicznie. Żona i dzieci opuściły go. O pomoc prosiła mnie jego żona. Uzgodniłyśmy, że i ona i dzieci złączą niezwłocznie stosować technikę psychotronicznego leczenia. Przy końcu siódmego tygodnia Walter zadzwonił do żony i oznajmił, że postanowił całkowicie zerwać z piciem. - "Nie mogę zrozumieć dlaczego straciłem całkowicie pociąg do alkoholu. Naprawdę nie mogę już pić". Gdy przez następne dwa miesiące rzeczywiście nie pił i zaczął pracować, powróciła żona z dziećmi".

Punkt 4 instrukcji: "Jestem wypełniony cudowną mocą nadświadomości. Rozkazuję, aby energia ta została użyta do wyleczenia mnie z alkoholizmu. Niech od tej chwili nie pragnę więcej alkoholu, niech czuję się wolny od tego nałogu, cieszę się harmonią i doskonałym zdrowiem".

#### PUNKT 5

"Na krótką chwilę ujrzyj sam siebie w sytuacji wytworzonej przez ten nałóg, a następnie wytwórz w umyśle scenkę, gdy spokojnie, zdecydowanie odmawiasz wypicia "jednego". Niech do twej świadomości dojdą słowa zaproszenia i twojej kulturalnej odmowy. Dodaj scenę, gdy przechodzisz obok sklepu ze spirytualiami, patrzysz na okno wystawowe, uśmiechasz się do siebie i spokojnie przechodzisz dalej".

Technikę psychotroniczną można zastosować dla zdobycia wewnętrznego spokoju. Punkt 4 tej instrukcji może brzmieć np. tak: (według propozycji Evelyn Monahan):

"Przez mądrość mego "wyższego Ja" pragnę po wszystkie czasy pozostawać w głębszym wewnętrznym spokoju i doskonałej harmonii. Pragnę, by to odczucie stale rzutowało na wszystkie dziedziny mego życia. Żadne słowa ani okoliczności nie mogą naruszyć mego "wewnętrznego spokoju, gdyż jest on częścią składową mojej prawdziwej natury. Czy jestem

sam czy wśród tłumu, jestem zawsze pełen spokoju. Pragnę, aby mój spokój przechodził na wszystkich, z którymi się stykam".

Jeżeli używasz tej techniki dla siebie przy normalnym stanie zdrowia, ćwicz jeden raz dziennie. Jeżeli natomiast chcesz wyleczyć kogoś, kto cierpi psychicznie czy umysłowo, ćwicz trzy razy dziennie".

Wpływ kolorów na nasze zdrowie

"Barwy odgrywają ważną rolę w naszym życiu. Fale świetlne oddziałując na nasz wzrok powodują widzenie barwne. Każdy ze znanych nam zasadniczych kolorów posiada określoną długość fali świetlnej i jako taki przenosi określoną dawkę energii. Nic więc dziwnego, że różne kolory czy raczej różne barwy światła wywierają różny wpływ na człowieka. Ja sama, będąc przez 9 lat niewidomą, wyraźnie odczuwałam w swej podświadomości to specyficzne działanie".

Czerwień zawiera tajemnicę bezgranicznej energii. Używana jest przy psychotronicznym leczeniu chorób krwi.

Zieleń jest źródłem niezastąpionej energii, potrzebnej dla odnowy systemu nerwowego, serca i układu krążenia.

Błękit niesie wyciszenie i głęboki spokój. Oddaje ogromne usługi przy psychotronicznym leczeniu wszelkich form infekcji organizmu.

Oranż zawiera nie zastąpioną energię potrzebną do trwania i asymilacji. Ta specyficzna energia obejmuje także asymilowanie tlenu przez system oddechowy. Jest specjalnie korzystna przy leczeniu astmy i chorób płuc.

Żółć posiada bezcenną energię potrzebną dla oczyszczenia organizmu. Jest ona specjalnie korzystna przy leczeniu takich chorób jak cukrzyca, choroby jelit i nerek.

Indygo zawiera ogromną siłę leczniczą przy chorobach w obrębie głowy, a więc: oczu, uszu, nosa, gardła oraz przy zaburzeniach umysłowych i psychicznych.

Fiolet jest źródłem energii szczególnie korzystnej przy leczeniu chorób systemu nerwowego, przy zaburzeniach umysłowych spowodowanych urazami mózgu, przy chorobach i uszkodzeniach samego mózgu, przy bezsenności i okaleczeniach oczu.

Biel jest ogromnie pomocna przy leczeniu ciała i umysłu jako całości. Jest specjalnie pomocna w wypadku, gdy szczegółowa diagnoza choroby, czy obrażeń cielesnych nie została postawiona, czy nie może być ustalona.

"Scotty od trzeciego roku życia cierpiał na astmę. W wieku 5 lat ataki nasilały się i męczyły go dwa, a nawet trzy razy dziennie. Leczyli go najlepsi specjaliści, rodzice kupowali najdroższe lekarstwa, ale wyniki były znikome. Dziecko cierpiało nadal. Gdy Janet przyprowadziła do mnie swego 6-letniego synka, uderzyła mnie powaga w tej dziecinnej, miłej twarzyczce. Nie ulegało wątpliwości, że życie Scoltiego było bardzo smutne. Poleciałam w przypadku Scoltiego oranż. Wypisałam na arkuszu papieru technikę psychotronicznego leczenia i prosiłam o kontaktowanie się ze mną. Przy końcu tygodnia była już wyraźna



poprawa, a po następnych 6-ciu dniach Janet doniosła mi, że synek już od kilku dni biega bez żadnych objawów astmy i że właśnie idzie z nim do lekarza na kontrolne badanie. Umówiliśmy się, że bezpośrednio stamtąd przyjdą do mnie. Uśmiech Scotiego był wesoły, szczerzy, dziecięcy. Dziecko było całkowicie zdrowe. - "Szkoda, że nie widziała pani twarzy lekarza. Był zaszokowany" - opowiadała Janet wesoło. Obecnie Scotty ma już 8 lat. Dawno zapomniał o atakach astmy, zapisał się na piłkę wodną".

## INSTRUKCJA PRZY LECZENIU ASTMY Z ZASTOSOWANIEM KOLORU

Ćwiczyć trzy razy dziennie.

1. Wybierz spokojne miejsce...

2. Zamknij oczy...

3. Zanim wciągniesz przez nos powietrze wywołaj w swej świadomości barwę oranżu. Stwierdź wewnętrznym okiem, że wszystko dookoła ciebie jest w pięknym odcieniu jasnego oranżu oraz, że taki jest kolor samego powietrza. Wdychając głęboko wyobraź sobie łagodne światło koloru pomarańczowego, pulsujące długimi strumieniami. Uświadom sobie przepływ przez twoje ciało tego pomarańczowego powietrza. Powtórz głębokie oddechy trzy razy, za każdym razem uświadamiając sobie jasno oranżowy kolor. Powtarzaj w myśli następujące słowa: "Przez cudowną moc mojej Nadświadomości i najwyższą inteligencję mego "wyższego Ja" zarządzam, aby uniwersalny archetyp oranżu, niosący bezkresną siłę został wchłonięty przez mój system oddechowy. Niech przeniknie całkowicie moje ciało i umysł, uwalniając mnie od astmy i wszelkich jej objawów, przenosząc mnie w stan doskonałego zdrowia fizycznego i psychicznego. Przez potęgę mojej Nadświadomości i nieskończoną energię archetypu oranżu jestem wyleczony z astmy. Ataki astmy nigdy więcej nie będą wprowadzać dysharmonii w stan mego doskonałego zdrowia".

Następne punkty - według zwykłego schematu.

Oczywiście lecząc kogoś, wstawia się imię tej osoby we wszystkich punktach środkowej części instrukcji.

"Oczywistym jest, że żaden kolor nie jest sam w sobie ani zły, ani dobry, lecz każdy z nich może być wykorzystany dla dobra człowieka i może szkodzić w okolicznościach czy stanach zdrowia nieodpowiednich".

Czerwień nie jest kolorem korzystnym dla osoby psychicznie podnieconej, rozhisteryzowanej czy krańcowo wyczerpanej. Energia witalna zawarta w czerwieni utrudni pożądane uspokojenie.

Szarość w ubraniu czy otoczeniu powinna unikać osoba z depresją psychiczną oraz w negatywnych sytuacjach życiowych.

Błękit nie jest wskazany dla osób odczuwających zanik energii fizycznej czy umysłowej. Ogromna siłą wyciszająca archetypu błękitu wzmocniłaby jeszcze odczucie braku sił witalnych.

## TECHNIKA PSYCHOTRONICZNEGO LECZENIA ZA POMOCĄ BŁĘKITU

Dla uspokojenia wewnętrznego w sytuacjach krytycznych, jak również przy depresjach chronicznych.

1. Wybierz spokojne miejsce...
2. Zamknij oczy...
3. Wciągając głęboko powietrze, wyobraź sobie, że sączysz w siebie błękitne światło, że rozchodzi się ono po całym ciele, uspakajając cię nerwowo. Stwierdź w umyśle, że wszystko wokół ciebie przesycone jest błękitem, że błękit ten wypełnia każdy zakamarek twego umysłu, wnosi spokój i ciszę. Powtórz trzy razy.
4. Powtarzaj w umyśle: "Jestem pogrążony w całkowitym spokoju, w doskonałej harmonii z całą naturą. Nigdy przedtem nie odczuwałem głębszego spokoju i żadne zewnętrzne okoliczności nie mogą go naruszyć".
5. Znowu oddychaj głęboko przez nos, upajając się ciszą panującą w całym twym organizmie. Powtórz to ćwiczenie trzy razy, za każdym razem głębiej odczuwając błogi spokój w ciele i umyśle.
6. Obserwuj swój oddech nie kontrolując go...
7. Otwórz oczy i idź...

"Ilekcroć spotykam osobę, która narzeka na brak energii, muszę myśleć o Marcie D. Od lat czuła w sobie pustkę. Wiele rzeczy ją interesowało, ale nie miała energii zająć się nimi. Mąż jej był czynnym przemysłowcem i zapalonym sportowcem. - "Wydaje się, że im bardziej jest zajęły, tym więcej ma energii. Gorąco pragnę dotrzymać mu kroku".

Wy tłumaczyłam Marcie, że każdy człowiek może mieć nieskończone zasoby energii, musi tylko umieć po nie sięgnąć. Przedstawiłam technikę psychotronicznego leczenia i prosiłam o kontaktowanie się ze mną. Po trzech tygodniach zadzwoniła z dalekiej Bahamy, gdzie kibicowała mężowi w jego sportowych wyczynach. Sama zaczęła uprawiać sport, pomagała mężowi w prowadzeniu przedsiębiorstwa, zwiedzała wiele krajów, tryskała energią.

Bez względu na to, jaka była twoja energia w przeszłości, wiedz, że możesz mieć nieskończone zapasy energii i nigdy nie doświadczyć uczucia wyczerpania i bezsilności".

## TECHNIKA UŻYCIA CZERWIENI CELEM ZWIĘKSZENIA ENERGII ORGANIZMU

1. Wybierz spokojne miejsce...
2. Zamknij oczy...
3. Wdychając głęboko przez nos pozwól swej świadomości napełnić się uniwersalnym

archetypem czerwieni i obserwuj w umyśle, jak wypełnia on twój umysł i ciało. Wyobrażaj sobie, że wdychasz czerwień jako taką, obserwuj, jak czerwień ta przenika wszystkie komórki twego ciała i umysłu. Powtórz to ćwiczenie trzy razy i za każdym razem uświadamiaj sobie rosnącą w tobie energię.

4. Powtarzaj w myśli następujące słowa: "Przez moc mojej Nadświadomości jestem w stanie przyjąć bezgraniczną energię, archetypu czerwieni. Mój umysł i ciało nasycone są teraz ogromną energią, opuściło mnie wszelkie zmęczenie i wyczerpanie. Pragnę, aby moje "wyższe Ja" utrzymało we mnie na stałe ten niewyczerpany zapas energii".

5. Znowu zrób głęboki wdech przez nos, rozciągając przeponę. Obserwuj wewnętrznym okiem przenikanie czerwieni przez każdą komórkę twego ciała. Powtórz trzy razy, za każdym razem coraz bardziej uświadamiając sobie przenikającą cię energię.

6; Obserwuj swój wdech...

7. Otwórz oczy...

Ćwiczyć trzy razy dziennie

"Józef W. cierpiał na 8 różnego typu alergii. Był niemal na wszystko uczulony oprócz powietrza, oczywiście powietrza czystego, w przeciwnym bowiem razie i ono dawało reakcję alergiczną. W czasie naszego spotkania Józef ciągle kichał, pociągał nosem, wycierał łzawiące oczy. Nie pamiętał siebie zdrowego. "Jeśli rodzice się nie mylą, to moja pierwsza alergia wystąpiła, gdy miałem trzy tygodnie życia. Matka miała 16 różnych typów alergii, ojciec - 14, więc ja i tak wyszedłem z tego obronną ręką" -próbował żartować". Jak tylko sięgam pamięcią dom nasz był zawsze istną apteką. Może mi pani wierzyć lub nie, ale nawet skutki nadmiaru leków musieliśmy łagodzić pigułkami. To brzmi jak żart, ale proszę mi wierzyć, to jest smutną prawdą. Błagam o pomoc, nie znajdzie pani nikogo bardziej zainteresowanego w odzyskaniu zdrowia. Niezwłocznie przystąpiłam do wyjaśnienia metody psychotronicznego leczenia, a Józef nie odwracał ode mnie swoich czerwonych, podpuchniętych oczu.

Po pięciu tygodniach zadzwonił: "Właśnie wracam od dwóch specjalistów schorzeń alergicznych. Żaden z nich nie stwierdził śladu alergii. Bardzo, bardzo dziękuję. Chciałbym, by wszyscy dowiedzieli się o tej cudownej technice. Może pewnego dnia zdecyduje się pani napisać o tym książkę".

"Wszyscy jesteśmy wspaniałymi istotami. Fakt, że Stwórca uczynił naszym naturalnym prawem doskonałe zdrowie, napędza mnie zachwytem i nieustannym pragnieniem celebrowania radości życia. To, że choroby, które nas trapią są smutną rzeczywistością, nie ma tu nic do rzeczy. Kiedy stwierdzam następnie, że ten sam Stwórca obdarzył nas zdolnością przywracania i zachowywania tego zdrowia oraz zapobiegania chorobom - staję w wielkim podziwie przed wspaniałą, bezkresną Potęgą".

„Leczenie psychotroniczne jest niezastąpioną pomocą w nagłych nieszczęśliwych wypadkach. Jean B. była moją słuchaczką. Ogromnie interesował ją problem psychotronicznej pomocy przy nagłych wypadkach. W osiem miesięcy po ukończeniu kursu odwiedziła mnie, by opowiedzieć wypadek, w którym miała możliwość sprawdzić swoje

umiejętności. Otóż pewnego dnia ona wraz dwiema swymi siostrami przygotowywała w pośpiechu uroczysty obiad. Gwoździem przyjęcia miał być rzadki rarytas - homary. Nikt nie zauważył, że do kuchni wślizgnęła się 4-letnia siostrzenica Jean - Brenda i zaglądała do wszystkich garnków. Na nieszczęście nie trzeba było długo czekać, dziecko wylało na siebie rondel wrzątku, parząc sobie ramiona, piersi i brzusek. Brenda wrzeszczała w niebogłoso, matka jej dostała szoku, jedna z ciotek trzymała nieszczęsne dziecko pod kranem z zimną wodą, a Jean głośno recytowała słowa instrukcji psychotronicznego leczenia w nagłych wypadkach. W ciągu 25 minut Brenda znalazła się już w szpitalu. Gdy lekarz po opatrzeniu ran małej wyszedł do poczekalni uspokoił rodzinę, że dziecko szybko dojdzie do zdrowia i spytał jak to się właściwie stało - "Gdy mu opowiedziałam - opowiadała Jean - patrzył na mnie w osłupieniu z widocznym niedowierzaniem. - "To dziecko jest za słabo poparzone jak na to, że wylało na siebie garnek wrzątku. Chcę ja zatrzymać trzy dni i to raczej dla obserwacji, niż leczenia".

## INSTRUKCJA PSYCHOTRONICZNEGO LECZENIA W NAGŁYCH WYPADKACH

Powtarzaj głośno lub w myśli:

"Przez mądrość mego "wyższego Ja" i potęgę mojej Nadświadomości rozkazuję, żeby wszystkie objęte wypadkiem komórki ciała X... zostały uleczone lub zastąpione nowymi. Żądam, by ciało X... odrzuciło wszelkie objawy zniszczenia, a cieszyło się doskonałym zdrowiem". Weź głęboki oddech przez nozdrza. Powtórz trzy razy. Nigdy w podobnych wypadkach nie należy zaniedbać pomocy lekarskiej.

"Phyllis C. zapisała się na mój kurs psychotronicznego leczenia po ciężkim przeżyciu, jakim był dla niej atak serca męża. Była przekonana, że już nigdy nic podobnego się nie powtórzy, tym niemniej zapragnęła nieść pomoc w takich wypadkach nawet osobom obcym. Po 7-miu miesiącach historia się jednak powtórzyła, z tą tylko różnicą, że tym razem atak jej męża był dużo groźniejszy. Natychmiast przewieziono go do szpitala i umieszczono w separacie reanimacyjnej. Lekarze nie dawali mu nawet 50% szansy przeżycia. Phyllis od samego początku stosowała technikę psychotronicznego leczenia i ku ogromnemu zdziwieniu lekarzy mąż jej szybko powracał do zdrowia. Teraz nie widzieli już niebezpieczeństwa życia i twierdzili, że po 6 tygodniach wróci do domu, a po 4 miesiącach - do pracy. Phyllis słuchała, milczała i rygorystycznie kontynuowała psychotroniczne leczenie.

W tydzień później lekarze znowu zmienili zdanie. James tak szybko powracał do zdrowia, że miał opuścić szpital nie po 8-miu, a po 4-ch tygodniach. W rezultacie wrócił do domu już po trzech tygodniach hospitalizacji, a do pracy - po czterech tygodniach (nie miesiącach) od dnia wystąpienia ataku. Lekarz wypisujący go ze szpitala nie ukrywał ogromnego zdziwienia: - "Jestem kardiologiem od 15 lat i w ciągu mojej praktyki nigdy jeszcze nie widziałem, żeby ktoś tak szybko wracał do zdrowia po ciężkim ataku serca. Ma pan wiele szczęścia, że pańska wola życia jest tak silna i że pańskie ciało ma tak ekstremalną zdolność szybkiej regeneracji. Biorąc to pod uwagę nie mogę tylko zrozumieć, dlaczego po pierwszym ataku, dużo przecież łżejszym, dochodził pan do zdrowia tak powoli".

Szczegółowe kontrolne badanie, przeprowadzone w niedługim czasie, nie wykazało żadnej choroby serca, niczego, co by mogło tłumaczyć uprzednie dwa ataki".

"Żaden pesymista nie może wieść życia szczęśliwego, nie może być również pożądanym

towarzyszem życia. Może zdziwi was fakt, że negatywne myśli są realną chorobą nie tylko dla ich nosiciela lecz także często i dla otoczenia. Myśl jest potężną formą energii i jeśli myśli twoje są smutne, negatywne, możesz oczekiwać, że i życie twoje będzie podobne. Osoba, która myśli negatywnie, przyciąga różne rodzaje negatywnych okoliczności. A przecież człowiek jest zwycięzcą, przez naturę przeznaczonym do radości.

John M. był instalatorem dużego hydrogazowego przedsiębiorstwa. Marzyło mu się założenie własnego punktu usługowego, ale zawsze coś stawało na przeszkodzie. John był wybitnym pesymistą i w gruncie rzeczy nie wierzył w spełnienie się jego marzeń.

- "Moja żona i przyjaciele twierdzą, że jestem pesymistą, a ja jestem tylko realistą. Mam chodzić z uśmiechniętą gębą jak jakiś idiota, gdy wiem, że sprawy nie układają się dla mnie pomyślnie?"

- "Dlaczego jest pan zawsze pewien tego najgorszego?"

- "Nie jestem geniuszem, żeby zmienić ten układ. Ostatecznie nigdy mi się dobrze nie układało, dlaczego miało by się to stać teraz?"

- "Przecież pan sam prowokuje swój los, sam sprowadza niepowodzenia. Jak mogą panu wierzyć inni, skoro pan sam sobie nie wierzy".

Omówiłam z nim technikę psychotronicznego leczenia i zobowiązałam do kontaktu ze mną. Po trzech tygodniach zadzwonił, powiedział, że czuje się szczęśliwy i idzie mu na ogół lepiej. Po dalszych czterech tygodniach zadzwonił znowu.

- "Stało się, stało się to dziś!" - krzyczał radośnie w słuchawkę - "Od dziś jestem właścicielem własnego zakładu. Wie pani, początkowo myślałam, że pani jest trochę kopnięta twierdząc, że myśli człowieka tworzą okoliczności życiowe. A jednak ma pani całkowitą rację. Ćwiczymy tę technikę z całą rodziną".

Po kilku miesiącach odwiedzili mnie oboje z żoną. Otworzyli jeszcze jedną usługową placówkę, interes szedł doskonale. W najbliższej przyszłości miała powstać trzecia filia.

Janet B. z powodzeniem mogła by dostać nagrodę za pesymizm, gdyby tylko takie nagrody w ogóle rozdzielano. Uważała, że nic dobrego nie spotkało jej w życiu i że nic takiego nie przytrafi się jej w przyszłości. Rzeczywiście nie wesołe było jej życie. Jednym ze smutnych skutków negatywnego myślenia była uporczywa choroba skóry. Leczyła się u pięciu dermatologów, nie wierząc zresztą, by cokolwiek mogli jej pomóc. Wydała na leczenie mnóstwo pieniędzy, a poprawy nie było. W końcu zdecydowała się żyć z tą egzemą do końca życia. Najstarsza córka również zaczęła narzekać na to samo schorzenie.

"Powiedziałam Karolinie, że pewnie i ona będzie musiała podzielić mój los. Lekarze nie są w stanie pomóc ani jej, ani mnie. No cóż musimy żyć dalej z tą straszną chorobą. Następną ofiarą na pewno będzie moja najmłodsza córka Donna".

Powiedziałam Janet, że przede wszystkim musimy leczyć jej pesymizm. Ostro zaprotestowała. Przyszła do mnie jedynie w sprawie tej uporczywej egzemy u siebie i u Karoliny. Byłam dla niej po prostu śmieszna z propozycją leczenia pesymizmu, podczas gdy ona sama ani trochę nie uważa się za pesymistkę.

Po półtoragodzinnej dyskusji uległa wreszcie, przyrzekła rygorystycznie ćwiczyć i zawiadomiać mnie o wynikach w leczeniu. Po trzech tygodniach zjawiała się u mnie. Była nie do poznania: twarz - łagodna i uśmiechnięta, skóra czysta, głos - przyjemny, wesoły. Egzema znikła również ze skóry Karoliny. - "Cały nasz dom stał się szczęśliwszy. Mąż dostał awans, a Karolinę wybrano do Rady Uczniów w jej szkole. Wszystko teraz idzie lepiej".

#### Instrukcja dla zwalczania pesymizmu

PUNKT 4. "Przez mądrość mego "wyższego Ja" i potęgę Nadświadomości zdaję sobie całkowicie z tego sprawę, że jestem odpowiedzialny za swoje myśli. Wiem, że myśli moje są ziarnem, z którego wyrastają okoliczności mego życia. Rozkazuję, by moje "wyższe Ja" użyło potęgi Nadświadomości w celu niedopuszczenia do mnie myśli negatywnych. Od tego momentu opuści mnie wszelki pesymizm. Niech potęga mojej Nadświadomości chroni mnie przed negatywnym wpływem szkodliwych myśli."

Jeśli ktoś z twego otoczenia jest zmartwiony, powiedz mu, że ma on dużo więcej powodów, by być szczęśliwym, niż nieszczęśliwym. Poza tym, by wywołać uśmiech na twarzy bliźniego niekoniecznie trzeba używać słów. Własny twój spokój, zadowolenie, aproba życia będzie w naturalny sposób promieniować na otoczenie. A przede wszystkim żądaj w umyśle przez mądrość swojej Nadświadomości i swego "wyższego Ja", by wszyscy dokoła porzucili smutki, i napełnili się uczuciem szczęścia i radości, które jest ich przyrodzonym prawem. Powtarzaj w myśli: "Chcę, by radość i szczęście, które odczuwam, owiały także serca ludzi wśród których się znajduję."

"Jeff i Sally byli bardzo przybici i nieszczęśliwi, gdy zjawili się u mnie po raz pierwszy. Przed czterema miesiącami odkryli przypadkowo, że ich 15-letnia córka Doborah jest narkomanką. Byli z nią u dwóch lekarzy, ale wszelka nadzieja wyleczenia rozbijała się o to, że sama dziewczynka nie pragnęła zmiany sytuacji. Fakt, że rodzice odkryli jej tajemnicę, wyzwolił w niej cynizm i bezczelność. Otwarcie żądała pieniędzy na heroinę, w przeciwnym wypadku groziła, że zacznie kraść lub pójdzie na ulice.

"Przedtem była takim kochanym, spokojnym dzieckiem" - mówili z rozpaczą. Jakże dobrze znałam ten smutek i niepokój na twarzy. Znałam je z licznych kontaktów z rodzicami, którzy szukali ratunku dla swych wykończonych dzieci w metodzie psychotronicznego leczenia. I nigdy ich ona nie zawiodła. Wręczyłam im instrukcję i prosiłam o wiadomość. Po trzech miesiącach odwie-dzili mnie oboje. Przyszli powiedzieć o swoim szczęściu, że Doborah jest całkowicie wyleczona, wróciła do szkoły, wszystkie wieczory spędza w domu, jest jak dawniej spokojna, kochająca".

Psychotroniczne leczenie może przybrać formę grupowego działania. Poleczona potęga Nadświadomości szeregu osób tworzy ogromną siłę. Optymalnie grupa taka liczyć powinna od 10 do 15 osób. Ważne jest jednak nie ilość a jakość członków. Grupa zbiera się przeważnie raz w tygodniu, najczęściej kolejno w mieszkaniach poszczególnych członków. Zebrania trwają od 1,5 do 2 godzin. Za każdym razem wybiera się kierownika, który prowadzi seans. Dobrze jest dać taką szansę każdemu po kolei. Nie należy dopuścić do tego, by zebrania grupy miały czysto towarzyski charakter. Sprawą honoru jest absolutna dyskrecja. Starajmy się pomóc lecz nigdy nie osądzać i nie obgadywać.

Pożytecznie jest utworzyć tzw. "gorącą linię", polegającą na jednoczesnym ćwiczeniu całej

grupy w intencji ofiary jakiegoś wypadku. Jeżeli ktoś z grupy potrzebuje nagłej pomocy dla siebie czy kogoś bliskiego, członkowie zespołu powiadają się wzajemnie i niezwłocznie wkraczają do akcji niesienia natychmiastowej psychotronicznej pomocy. "Gorąca linia" działa bardzo skutecznie i bardzo szybko, gdyż posiada zwielokrotnioną siłę.

Cynthia W. była przez rok członkiem grupy psychotronicznego leczenia. We własnym domu uległa w tym czasie tragicznemu wypadkowi. Odpryski szkła z rozbitej szyby poraniły jej oczy w stopniu tak poważnym, że lekarze nie widzieli możliwości uratowania wzroku. Momentalnie zorganizowano "gorącą linię". Gdy po dwóch dniach zdjęto bandaż z oczu Cynthii, lekarze osłupieli ze zdziwienia: gałki oczne nie wykazywały żadnych śladów ran, a chora doskonale wszystko widziała. Wzrok Cynthii był w 100% uratowany".

"Potęgę Nadświadomości można wykorzystać także do "uleczenia" sytuacji życiowych, do usunięcia napiętej, wrogiej atmosfery w rodzinie czy w miejscu pracy, do nawiązywania serdecznych stosunków między skłóconymi przyjaciółmi, a nawet do rozwiązywania kłopotów finansowych.

Mike i Eilen D. tworzyli od roku skłóconą, nieszczęśliwą parę małżeńską. Byli u psychologa, psychiatry, u różnych specjalistów od spraw małżeńskich, wydali na to 1.000 dolarów i bez skutku.

"Nasze małżeństwo umiera na naszych oczach, a my nic nie możemy na to poradzić". Z niejaką nadzieją w sercu i instrukcją w ręku opuścili mój pokój. Po trzech miesiącach otrzymałam telefon od Mika, a jego szczęście było wyczuwalne nawet przez telefon: "Eilen i ja nigdy nie byliśmy szczęśliwi. Obecnie spodziewamy się dziecka. Czy to nic wspaniałe? Jeżeli będzie dziewczynka (osobiście marzę o chłopcu) nazwiemy ją pani imieniem - Evelyn. Nasze dziecko zaczniemy bardzo wcześnie zaznajamiać z techniką psychotronicznego działania. Urodził się wspaniały syn".

## INSTRUKCJA PRZY WPROWADZANIU HARMONII W SKŁÓCONE MAŁŻEŃSTWO

PUNKT 4: Powtarzaj w umyśle następujące słowa: "Przez mądrość mego "wyższego Ja" i potęgę mojej Nadświadomości pragnę, abyśmy oboje z mężem (z żoną) uwolnili się od wszelkich pretensji, żalów, negatywnych względem siebie uczuć oraz zaniechali czynów przynoszących szkodę nam i naszemu małżeństwu. Pragnę, aby miłość nasza stawała się intensywniejsza i szersza z każdym dniem, byśmy obydwój poznali ją głębiej i lepiej niż kiedykolwiek przedtem"

"Diana i Paula miały po 30 lat i od 15 lat były przyjaciółkami. Ich przyjaźń skończyła się przed 5-cią miesiącami kłótnią. Diana, która zgłosiła się do mnie o pomoc w przywróceniu dawnych serdecznych kontaktów z przyjaciółką, nie pamiętała nawet o co im poszło. Nagadała Pauli masę głupstw, których nie powinna powiedzieć, a przyjaciółka nie pozostała jej dłużna. - "To śmieszne, nasi synkowie bawią się ze sobą, a my matki, od tylu lat przyjaciółki, nie odzywamy się do siebie. Ilekroć próbuję zagadnąć do Pauli ostentacyjnie nie odpowiada".

Podaliśmy technikę działania psychotronicznego i czekałam na wiadomość. Po niecałym tygodniu miałam telefon: "Przedwczoraj Paula sama mnie zagadnęła i zarządziła na lunch. Szybko doszliśmy do wniosku, że jaki by nie był powód naszej kłótni, głupio jest zrywać tak

długoletnią przyjaźń. Paula powiedziała też, że od kilku dni czuła, że musi tę sprawę jakoś załatwić".

"Marta B. była od dwóch lat wdową. Mąż zginął w wypadku samochodowym. Została sama z czteroletnim synkiem bez żadnych oszczędności finansowych. Tuż przed wypadkiem wzięli na spłaty niewielki domek i chociaż Marta nieźle zarabiała jako sekretarka, kłopoty finansowe mnożyły się i otrzymanie domku stało pod znakiem zapytania. W tej trudnej sytuacji prosiła mnie o pomoc za pośrednictwem psychotronicznej techniki. Po dwóch miesiącach zjawiała się u mnie Marta. - "Ma pani przed sobą prywatną sekretarkę wicedyrektora naszej firmy. Mam miesięcznie o 400 dolarów więcej i trzykrotnie ciekawszą pracę niż przedtem. Związek Kredytowy Towarzystwa przejął hipotekę domu i opłaty są teraz dużo mniejsze niż pobierane przez bank. Ze spłatą domu nie będzie teraz problemu".

## POSŁOWIE

"Cud psychotronicznego leczenia" - już sam tytuł książki, której dokładne omówienie wraz z licznymi i długimi cytatami zostało nam przekazane w niniejszym opracowaniu, może niektórych odstraszyć od zagłębiania się w jego treść, tym bardziej, iż autorka często, zbyt może nawet często powtarza w oryginale to określenie lub też mówi o "cudownej technice leczenia psychotronicznego". Nie obawiajcie się jednak Drodzy Czytelnicy stonowanego tu określenia "cud", chociaż rzeczywiście to, co autorka osiąga swą metodą, a nie wierzyć jej nie mamy podstaw, zakrawa na oczywisty cud w jego potocznym znaczeniu.

Czymże jednak jest cud? Powołajmy się na najwyższy chyba autorytet w tej dziedzinie, na św. Augustyna. Mówi on: "Cud nie dzieje się w sprzeczności z naturą lecz w sprzeczności z tym, co nam o naturze wiadomo". Takie określenie cudu pasuje już doskonale do metody leczniczej Evelyn Monahan i nie powinno budzić niczyich zastrzeżeń. To, co można osiągnąć stosując jej metodę, jest sprzeczne z tym, co nam aktualnie o naturze wiadomo. Ale czy rzeczywiście absolutnie sprzeczne? Przecież obecnie rozwija się wiele metod leczenia poprzez oddziaływanie psychiczne. Można by rozpocząć ich wyliczanie od tak prostej metody, jak stosowanie nawet przez medycynę formalną placebo. W zakres ten wchodzi również hipnoza, ale także i autosugestia. Wśród licznych metod oddziaływania na psychofizyczny stan organizmu różnego typu treningów autogennych można wliczyć zapożyczone ze Wschodu hatha-jogę i zen'a, z zachodnich systemów sofrologię i metodę relaksu dynamicznego A. Caycedo.

Są to jednak raczej systemy nastawione na ogólnopsychofizyczne zharmonizowanie organizmu, poprawiające stan zdrowia, nie dające tak spektakularnych efektów wyleczenia z ciężkich (często z punktu widzenia medycyny formalnej nieuleczalnych) chorób, jak metoda Evelyn M. Monahan. Ta zaś, jak się wydaje, zaczerpnęła z wyżej omawianych metod zarówno wstępną i końcową relaksację, jak też i ćwiczenia oddechowe, które jednak do maksimum uprościła. Zaczerpnęła też z zachodniej psychologii pojęcie nadświadomości, które wzbogaciła o reminiscencje z filozofii wschodniej pojęcia "ego" oraz "Wyższego Ja". To jej "Wyższe Ja" nie jest przez nią dokładniej sprecyzowane, ale domyślamy się o co autorce chodzi. Oryginalnością metody Evelyn Monahan, poza wielkim uproszczeniem omawianych wyżej metod i odrzuceniem wszystkich zbędnych akcesoriów, jest przede wszystkim bezpośrednie zwrócenie się do "Wyższego Ja", czy też poprzez owo "Wyższe Ja" do organizmu z konkretnym sprecyzowanym żądaniem powrotu do zdrowia. Organizm nasz według autorki, jest tak plastyczny i tak podległy naszej psychice, że potrafi w najwyższym



stopniu uaktywnić się, zwalczając infekcję i regenerując własne tkanki.

Wiemy doskonale, iż wiara i to nie tylko w pojęciu religijnym czyni cuda. Tu jednak wydaje się, iż nawet bezwzględna wiara w wyleczenie, przynajmniej w początkowej fazie nie jest konieczna. Według autorki wyleczenie uzyskiwali nawet ci, którzy przystępowali do ćwiczeń z powątpiewaniem, natomiast rygorystycznie stosowali jej instrukcję.

Ale nie tylko wyleczenie własnego organizmu z choroby lub nałogu przedstawia nam autorka. Opisuje ona wypadki leczenia innych osób, przy czym szczególnie dobre efekty daje grupowe oddziaływanie osób tworzących tzw. "gorącą linię". Evelyn Monahan posuwa się jeszcze dalej twierdząc, iż można tą samą metoda wpływać na poprawę warunków materialnych, a nawet na pozytywne dla siebie kierowanie biegiem wypadków. Jest to już dużo trudniejsze do wyjaśnienia. Może głębokim przekonaniem o słuszności zabiegów oddziaływujemy podświadomie na innych.

I jeszcze jedną odmianę swej metody prezentuje autorka, leczenie kolorami. I tu opiera się ona na faktach wszystkim dobrze znanych, iż jedne barwy oddziałują na nas podniecająco, inne - uspokajająco. Ale E. Monahan dochodzi do wniosku, że nawet nie trzeba tych kolorów widzieć, wystarczy je sobie wyobrażać, aby otrzymać efekty lecznicze. I co najciekawsze, zgodnie z jej relacją, otrzymuje je.

Podane przez nią przykłady są bardzo sugestywne, przemawiają do czytelnika, w nikim chyba nie wzbudzają podejrzeń fikcji, a jednak publikacja ta byłaby bardziej poważna, gdyby przedstawione uleczenia zostały udokumentowane odpisami kart chorobowych i diagnozami, stwierdzającymi wyleczenie. Interesujące jest twierdzenie autorki, że nie było wypadku, aby jej metoda zawiodła, jeśli była właściwie stosowana. I tu podchodzimy do najbardziej newralgicznego punktu metody Monahan. Nie przedstawiła ona czytelnikowi granic, do których może działać system psychotronicznego leczenia: Obawiam się, że zarówno jak nie odrośnie ucięta ręka, tak nie wyzdrowieje organizm całkowicie zniszczony przez chorobę. Gdzieś istnieje granica cudu psychotronicznego leczenia, inaczej moglibyśmy śmierć odkładać do nieskończoności. Jednak to są zastrzeżenia lecz nie negacja metody. Przeciwnie należy ją wypróbować. Jestem przekonany, iż w wielu wypadkach przyniesie ona pożądane skutki, wszak "na świecie dzieją się rzeczy, o których nawet nie śniło się filozofom".