

TALÁLD MEG LÉLEKTÁRSADAT

A THETAHEALING®
SEGÍTSÉGÉVEL



Vianna Stibal

TARTALOM

Gyakorlatok listája	7
Guy Stibal előszava	9
Bevezetés	12
I. RÉSZ: A LÉLEKTÁRSI KAPCSOLATOK ALAPELVEI	
1. A szeretet és a ThetaHealing technikája	19
2. A szeretet szintjei	41
3. Útmutató a lélektársakhoz	53
4. Lélektársi hitmunka	71
II. RÉSZ: A LÉLEKTÁRS KERESÉSE	
5. Felkészülés a lélektárs megtalálására	103
6. A lélektárs-manifesztáció	115
7. Randitippek lélektársakhoz	123
8. Tanácsok nőknek	139
9. Tanácsok férfiaknak	149
10. A lélektárs és a szex	155
III. RÉSZ: EGYÜTTÉLÉS A LÉLEKTÁRSSAL	
11. Együttélés	183
12. Hozzuk helyre a kapcsolatot... vagy lépünk tovább	197
A szerzőről	208

GYAKORLATOK LISTÁJA

Felemelkedés a létezés hetedik síkjára	22
Leolvasás-meditáció	24
Energiatesztelés: 1. módszer	28
Energiatesztelés: 2. módszer	29
A hitmunka öt lépése és az ásás nyolc módja	34
Szeretettel kapcsolatos hiedelmek	50
Pozitív emberek manifesztálása	113
Tudd, hogy milyen tulajdonságokat keresel lélektársadban	119
A hozzád illő lélektárs behívása	119
Tíznapos manifesztáció	121
Piramis-gyakorlat a lélektárs megtalálására	121
Lélektársi megerősítések	127
A férfi-női gondolkodásbeli különbségek kiegyensúlyozása	133
Szeretetküldés a magzatnak	136
Élettelen tárgyak programozása	192
Környezetünk beprogramozása életünk jobbá tételéért	193
Múltbéli kapcsolatokból származó lélektöredékek visszahozása	202
Válás – energetikai szinten	205

ELŐSZÓ

Ez a könyv azoknak a spirituális-romantikus embereknek íródott, akik nem veszítették el hitüket abban, hogy valahol kint a nagyvilágban van egy olyan ember, egy különleges személy, akit csak nekik szánt az ég. Valaki, aki ugyanabban az isteni természetű szenvedélyben osztozik, akivel olyan kapcsolatot lehet teremteni vagy újrateremteni, amely a lelkünk mélyére hatol, vagy olyan intenzitással születik újjá, amelyben mindkét fél úgy érzi, hogy ketten alkotnak egyet. Egyszóval, olyan embereknek, akik lélektársukat keresik.

Számomra ennek alapja az emberi lélekben ösztönösen jelen lévő misztikus, romantikus tulajdonságokban rejlik. Természetes, hogy mindannyian olyan társat keresünk, aki isteni szinten ért meg minket, és hisszük, hogy két ember azért kerül össze, hogy beteljesítsék az isteni tervet és a sors által vezérelve együtt dolgozzanak a felsőbb célokért.

A lélektárs iránti vágy is pontosan ugyanez: ősidők óta arra vágyunk, hogy megtaláljuk isteni párunkat, akivel egyszerre lélegezzünk új életet hozunk létre, olyan életet, amely túlmutat a fizikai szinteken.

Ebből a szemszögből nézve a lélektárs megtalálásának mélyebb vonulatai is vannak. A lélektárral való egyesülés a rendkívüli energiák létrehozásáról szól. Ezt az energiát néhányan a filozófusok vagy bölcsék kövének, a walesiek Awennek – isteni inspirációnak – nevezik, amely abból a szenvedélyből fakad, amely mélyen bennünk pihen és beteljesülésre vár. Ez a beteljesülés pedig csak két összeillő lélek egyesülése által jöhet létre. Az ebből kiáramló inspiráció pedig létezésünk többi aspektusát is meghatározza.

Olyan, mint amikor kavicsot dobunk az állóvízbe. Az isteni időzítés kifejeződéseként a két lélek egyesülése is ilyen hullámokat küld szét a világba. Ez az isteni időzítés nem csak egy síkon történik. Először is azért, mert a két lélek eggyé válása mindkét ember szellemét fejlődésre ösztökéli. Másodszor pedig (és talán ez a legfontosabb), a kozmosz azért alkotta meg ezeket a kapcsolatokat, hogy másokat is inspiráljon és segítségükre legyen spirituális fejlődésük során. Fényenergiát teremtve újabb és újabb gyertyát gyújt, hogy elhozza a fényt a világnak.

Sokan úgy születünk erre a világra, hogy tudjuk, hogy milyen érzés az, ha szeret minket valaki, de nem tudjuk, hogyan teljesíthetjük ezt be a legfelsőbb és legjobb szinteken. Ahhoz, hogy felismerjük szívünk óhaját és megtaláljuk azt az embert, aki mellett jól érezzük magunkat, először magunkat kell megszeretnünk. A következő lépésre csak ezután szánhatjuk rá magunkat. Az első lépés azonban nem olyan könnyű, mint amilyennek tűnik. A szeretethez bátorság kell. Sokan ösztönösen tudják, hogy a másik ember iránt táplált érzések már-már veszélyesen erősek lehetnek, szinte bekebelezik az embert. Ettől nagyon sokan félnek, ezért igyekeznek elkerülni azokat a kapcsolatokat, amelyek során nagyon közel kerülhetnek a másikhöz. Vannak, akik annyira el akarják kerülni ezeket a kapcsolatokat, hogy inkább nem is hisznek bennük.

Bevallom, voltak idők, amikor én is feladtam. Nem hittem, hogy valaha is megtalálhatom azt a főpapnőt, akinek az érkezésére egyébként az univerzum folyamatosan felhívta a figyelmemet. Már az is megfordult a fejemben, hogy szerzetes leszek, elvonulok és aszkéta életet fogok élni. De 1997. április 1-én (37. születésnapomon), amikor a Hale-Bopp-üstökös napközelségbe került, tudtam, hogy eljött a változás ideje. Olyan volt, mint amikor egy csodás napsütéssel teli, szélcsendes napon a semmiből hirtelen hatalmas vihar kerekedik.

Tudtam, hogy valami történni fog, a változás közelít. Ez a bizonyos vihar augusztusban kezdődött, a szél és az eső maga Vianna volt. A ThetaHealing víziójában elsodort. Minden egy csókkal kezdődött. Őszre már mindketten beleszerettünk egymásba, sorsunk összeforrt, és az ima szárnyán szálltunk tova.

Hiszem, hogy ami Vianna és köztem azzal a csókkal kezdődött és a mai napig is tart, nem más, mint maga a lélektársi vonzalom. Ezt a könyvet szerelmünk történetének és a világot körülölelő romantikának ajánlom. És most, drága barátom, indulj útnak Viannával, hogy végre te is visszanyerd az igaz szerelemben vetett hitedet.

Guy Stibal

BEVEZETÉS

Ennek a könyvnek a megírását férjemmel – Guy Stiballal – való szerelmünk igaz története inspirálta. A történet tulajdonképpen már tíz évvel találkozásunk előtt elkezdődött. Ekkor kezdődtek ugyanis azok a vízióim, amelyekben egy montanai férfit láttam magam előtt. Ekkoriban úgy éreztem, hogy az életem nem teljes, valami hiányzik. Egy nagyszerű és mély szerelemre vágytam. Olyanra, amelyet már korábban megtapasztaltam. Arra vágytam, hogy ismét így érezhessek. Szenvedélyes és az emberi értelmet meghaladó szerelem után áhítottam. Éreztem, hogy ha valaha találkozni fogok ezzel az emberrel, az olyan lesz, mintha már korábbról ismernénk egymást.

Vízióim miatt lelkiismeret-furdalás gyötört, ugyanis ekkoriban kapcsolatban éltem egy másik férfival. De bármennyire igyekeztem is, nem tudtam kiverni a fejemből ezeket a látomásokat. Több éven át velem voltak, és akkor csúcsondtak ki a leginkább, amikor elkezdtem leolvasásokat tartani és megtanultam, hogy hogyan lehet teremteni. Ekkor egy nagyon fontos dologra jöttem rá: ha nem követjük álmainkat, akkor azzal engedélyt adunk másoknak arra, hogy ők irányítsák az életünket. Amíg nem tanultam meg, hogyan teremthetem meg magamnak azt, amit szeretnék, addig úgy éltem az életemet, ahogy mások akarták és elvárták tőlem.

A Guy előtti kapcsolataimban nem engedtem, hogy a másik fél igazán szeressen engem. Úgy vélem, hogy ez azért volt így, mert én nem szerettem magamat. Nem illettünk össze ezekkel a férfiakkal, ezért kapcsolataim rendre tönkrementek. Szerencsére elég okos voltam ahhoz, hogy el tudjam őket engedni. Sőt, meg voltam róla

győződve, hogy el *kell* engednem őket, mert csak így találhatom meg azt a bizonyos montanai férfit.

Végül pedig megtanultam értékelni magamat, és képessé váltam arra, hogy manifesztáljam azt a férfit, akire vágytam. Végre el tudtam képzelni, hogy van olyan ember, akivel életem végéig együtt szeretnék lenni. Amikor összejöttünk Guyjal, valójában láttam, ahogyan egy hintaszékben ülve együtt öregszünk meg. A hiányzó darabok végre a helyükre kerültek. Erről írtunk is egy könyvet, amely az *Ima szárnyán (On the Wings of Prayer)* címet viseli.

Hogy mi segített lélektársat manifesztálni? A leolvasások és a konzultációk. Ezeken a konzultációkon jöttem rá arra, hogy a többiek is keresik lélektársukat. Párkapcsolati témában a leggyakrabban ezt a kérdést tették fel nekem klienseim: „Megtalálom valaha a lélektársamat?”

Akkor jöttem rá arra, hogy mekkora erőt tud adni az embernek az, ha megtalálja az Igazít, amikor összejöttem Guyjal, ezért elkezdtem klienseimet arra bátorítani, hogy ők is próbálják meg manifesztálni a leginkább hozzájuk illő lélektársat. Végül pedig arra az elhatározásra jutottam, hogy papírra vetem saját történetemet, hogy megmutassam az embereknek, hogy a lélektárs megtalálása igenis lehetséges.

Ahogy telt-múlt az idő, láttam, hogy néhány ember rendkívül hatékonyan manifesztál, míg másoknak sehogy sem sikerül. Minél több leolvasást végeztem, és ezer meg ezer különböző esettel találkoztam, egyre inkább kezdett kirajzolódni a közös minta. Miközben a ThetaHealinget továbbfejlesztve megalkottam a hitmunkát, rájöttem, hogy rengeteg negatív hiedelem dolgozik az emberekben a kapcsolatokat és a szerelmet illetően. Az egyik legalapvetőbb hiedelem a „lehetetlen megtalálni a hozzánk illő lélektársat” volt.

Ebben a könyvben megmutatom, hogyan lehet megváltoztatni ezeket a hiedelmeket, hogy mindannyian megtaláljuk lélektársunkat és szerető kapcsolatban éljünk vele.

HOGYAN HASZNÁLJUK A KÖNYVET

Ez a könyv az előző két, ThetaHealinggel foglalkozó munkámhoz, azaz a *ThetaHealing*® és a *ThetaHealing haladóknak*® című könyvhöz kapcsolódik. A *ThetaHealing*ben részletesen bemutatam a leolvasás folyamatát, a gyógyítást, a hitmunkát, az érzelemmunkát, az ásás módszerét és a génmunkát, valamint hasznos információval szolgáltam a létezés síkjairól a kezdők számára is. A *ThetaHealing haladóknak*® című könyv mélységeiben ismerteti meg az olvasót a hit- és érzelemmunkával, az ásás folyamatával, valamint bepillantást nyújt a létezés különböző síkjain szerzett tapasztalataimba, amelyekről úgy vélem, hogy elengedhetetlenek a spirituális felemelkedéshez. Ez a mostani könyv nem tartalmazza ezeket a folyamatokat olyan részletességében, mint ahogyan azok a fent említett két könyvben megtalálhatók. Fontos azonban tudni, hogy ezt a könyvet csak akkor érthetjük meg, ha teljes mértékben tisztában vagyunk ezekkel a folyamatokkal, ezért ennek a könyvnek az első fejezetében röviden ismertetem őket.

Ez egy olyan technika, amely a meditáció során – a théta-agyhulámok által – elhozza a gyógyulást, legyen szó bár fizikai, lelki vagy spirituális gyógyulásról. Összpontosított imánk által, tiszta théta-állapotban képesek vagyunk kapcsolódni a mindenség Teremtőjéhez. Ezt a csodálatos képességet maga a Teremtő adta nekünk. A módszerrel nemcsak a saját életemet voltam képes megváltoztatni, de rengeteg ember életébe is pozitív változást hoztam.

Van azonban egy előfeltétele ennek a technikának: hinni kell a Teremtőben, Istenben, a mindenség Teremtőjében. A Teremtőnek több neve van. Csak hogy néhányat említsünk, hívhatjuk Istennek, Buddhának, Sivának, Istennőnek, Jézusnak, Forrásnak vagy Jahvénak. Sok tanulással és gyakorlással mindenki számára elérhetővé válik – min-

denki, aki hisz a mindenben jelen lévő és áramló Mindenségben! A ThetaHealing gyakorlása nem függ attól, hogy hány éves vagy, férfi vagy, vagy nő, hogy milyen a bőrröd színe, vagy mi a hitvallásod. Bárki, aki hisz Istenben vagy a Mindenségben, bekapcsolódhat a ThetaHealing folyamatába.

Az ismereteket megosztom ugyan, ám az alkalmazásuk során bekövetkező változtatásokért nem vállalok felelősséget. Amint felismered, hogy rendelkezel az erővel, amellyel a saját és – hozzájárulásukkal – mások életét is megváltoztatod, tied a felelősség, amelyet vállalnod kell.

Célom, hogy gyakorlati és spirituális útmutatót adjak, amelynek segítségével könnyebben kiigazodhatunk a szerelem, a párkapcsolat és elsősorban a lélektársi kapcsolatok útvesztőjében. Lehet, hogy most is éppen a szerelmet – az isteni szerelmet – keresed. Lehet, hogy még sosem voltál szerelmes, de már nagyon vágysz arra, hogy végre melletted legyen az igazi. Lehet, hogy éppen magányos vagy. Annyi magányos ember él a világon! Remélem, hogy ez a könyv segíteni fog nekik abban, hogy végre ők is társra találjanak. A könyvben nemcsak arról lesz szó, hogyan találhatjuk meg a lélektársunkat, hanem arról is, hogyan tarthatjuk meg, így akkor is hasznát veheted a könyvnek, ha te már megtaláltad lélektársadat.

Használat előtt még egy fontos dologra szeretném felhívni a figyelmedet. Ez a könyv egy randevúzással és házassággal kapcsolatos iránymutató, nem pedig szakítási kalauz. Ne bújj e mögé a könyv mögé és a ThetaHealing technika mögé, ha éppen szakításon töröd a fejedet és el akarod hagyni jelenlegi társadat, feleségedet, férjedet! Sosem lehet tudni. Az emberek változnak. Lehet, hogy ezek mögött a régi és idejétmúlt hiedelmek mögött bújjik meg a hozzád illő – vagy akár – isteni lélektársad.

Úgy vélem, hogy 1998 óta több ember találta meg lélektársát, mint a történelem során eddig bármikor. Úgy gondolom, hogy ez a Föld elektromágneses energiájának változása és a jelenleg is zajló spirituális ébredés miatt van így. Végre egyre több olyan ember van, aki eléggé szereti magát ahhoz, hogy úgy érezze, megérdemli, hogy megtalálja a hozzá illő vagy akár isteni lélektársát. Remélem, hogy te is megtalálsz a tiedet.



I. RÉSZ

**A LÉLEKTÁRSI
KAPCSOLATOK ALAPELVEI**

1. fejezet

A SZERETET ÉS A THETAHEALING TECHNIKÁJA



Hiszem, hogy mindannyiunkra vár valahol a világban egy különleges ember. Nyisd ki a szemed, vedd észre, hogy mi zajlik körülötted. Ha így teszel, akkor te is meg fogod találni azt a bizonyos embert. A ThetaHealing ebben is segíthet. Elmondom, hogyan.

RÖVID EMLÉKEZTETŐ A THETA TECHNIKÁRÓL

A könyvben egy olyan technikát fogunk alkalmazni, amely a théta-állapotba visz el minket. Hogy megértsd, hogy pontosan mi ez, a következőkben röviden összefoglalom, amit az első két könyvemben írtam erről, ugyanis nagyon fontos, hogy legalább áttekintés szinten tisztában legyél azzal, miről is szól ez a technika.

A THÉTA-AGYHULLÁM

Mindent, amit teszünk és amit mondunk, agyhullámaink rezgése szabályoz. Öt különböző agyhullám létezik: az alfa, a béta, a delta, a gamma és a théta. Az agy rendszeresen használja mindegyik frekvenciát.

A théta-állapot a relaxáció nagyon mély formája, álomfázis, amely nagyon kreatív, egyben pedig inspiráló, és amelyet a spirituális érzékelések jellemeznek. Hiszem, hogy ebben az állapotban hozzáférünk a tudatalattihoz és közvetlen kapcsolatba léphetünk az istenséggel. Hiszem, hogy amikor kimondjuk azt a szót, hogy „Isten”, akkor tudatosan tartjuk fenn a théta-állapotot.

Théta-állapotban tudatosságunkat halandó testünkön túlra küldve a létezés hetedik síkjára érve kapcsolatot teremtünk a mindenben

jelen lévő és az univerzumot behálózó mindenség energiájával. Tanulmányok bizonyítják, hogy a gyógyítás théta-delta frekvenciákon zajlik. A gyógyítás során mind a gyógyító, mind pedig a gyógyulásra váró személy ezen a frekvencián rezeg. Ez magyarázatot ad arra is, miért vannak látomásai oly sok gyógyítónak.

A következőkben ismertetett meditációval juthatunk el a mindenség energiáihoz. Ez a mentális „térkép” nyitja meg az elménket, valamint hozzásegít ahhoz, hogy elérjük a létezés hetedik síkját, és az agyunkban található idegsejteket stimulálva összekapcsolódjunk a teremtés energiáival. Belső utazásra indulunk, amelynek során megtaláljuk teremtő énünket, amely egyszerre él bennünk és egyszerre van jelen a kozmikus tudatosságban.

FELEMELKEDÉS A LÉTEZÉS HETEDIK SÍKJÁRA

Összpontosíts a szívedre, majd képzelj el, ahogyan lemész a mindenség részét képező Földanyához. Képzelj el, ahogyan az energia gyönyörű fénygömb formájában a Föld középpontjából indulva belép a testedbe a talpadon keresztül, és továbbhalad a fejtetődön át. Benne vagy a fénygömbben. Állj meg egy pillanatra és figyelj meg, hogy milyen színű ez a fénygömb.

Most képzelj el, ahogyan túlhaladsz az univerzumon.

Most képzelj el, ahogyan az univerzumon túl belépsz a fénybe, a gyönyörű, hatalmas fénybe.

Képzelj el, ahogyan áthaladsz ezen a fényen és újabb, majd újabb és újabb fényt láatsz. Rengeteg pompás fényen haladsz át. Folytasd az utadat. A fények között kissé sötétebb fények is mutatkoznak. Ezek csak a következő fényt megelőző rétegek. Haladj tovább, menj át a létezés összes síkján.

Végül elérsz a legragyogóbb fényig. Haladj át ezen is. Eközben azt fogod észrevenni, hogy sötétebb energiák, zselészerű anyagok között vezet utad. A szivárvány minden színe megtalálható benne. Ahogy belelépsz, látni fogod, ahogyan változik a színe. Különféle formákat és különféle színeket fogsz látni. Ezek a törvények, amelyek univerzumunkat irányítják.

A távolban megpillantod a szivárvány színeiben játszó fehér fényt. Kékes-fehér színe van, olyan, mint a gyöngy. Haladj e felé a fény felé. Ne hagyj, hogy a sötétkék fény elvonja a figyelmedet. Ez a mágnesesség törvénye. Megszólít, jól érzed magadat benne, akár órákig ellennél benne. Ha ezt szeretnéd, akkor térj vissza ide a hetedik síkon tett látogatás után.

Ahogy egyre közelebb kerülsz a fehér fényhez, rózsaszín ködszerű képződményt fogsz látni. Haladj tovább, míg el nem érsz hozzá. Ez az együttérés törvénye, amely arra a helyre irányít téged, ahová el szeretnél érn.

A hetedik szinten csak az energia létezik. Ott nincsenek emberek vagy dolgok. Ha tehát még mindig látod az embereket, akkor menj feljebb.

A hetedik sík az, ahonnan a mindenség Teremtője azonnali gyógyulásokat tud végrehajtani, és ahol – az élet minden területét érintve – teremteni lehet.

Gyakorold a létezés hetedik síkjára történő felemelkedést, hogy megtaláld a mindenség legtisztább energiáját. Ez a folyamat megnyitja az elmét és összeköt minket a mindenséggel.

A LEOLVASÁS

Most, hogy már megszerezted a technikával kapcsolatos háttér-információkat, ideje, hogy összerakjuk a távoli betekintés, vagy ahogyan én hívom: a leolvasás darabjait.

A leolvasás folyamatának felépítése egyszerű:

LEOLVASÁS-MEDITÁCIÓ

1. Összpontosíts a szívedre, majd képzelj el, hogy lefelé indulsz a Földanyához, aki a mindenség része.
 2. Jelenítsd meg magad előtt, ahogyan a földből a lábodon keresztül felfelé hozod az energiát, amely egymás után megnyitja a csakráidat.
 3. Lépj ki egy gyönyörű fénygömbben a koronacsakrádon keresztül, és indulj el felfelé az univerzumba.
 4. Haladj át a létezés összes síkján egészen a mindenségig.
 5. Kapcsolódj a létezés hetedik síkjához és a mindenség Teremtőjéhez.
 6. Rendeld el és kérd meg a Teremtőt, hogy tanújává válhass a leolvasásnak. (Az elrendelés a tudatalattidhoz, a kérés pedig a Teremtőhöz szól.) Mondd halkán a következőket: *„Mindenség Teremtője! Elrendelem X. Y. leolvasását.”* (Mondd ki az illető nevét.)
 7. Lépj be az illető terébe és válj tanújává a leolvasásnak.
 8. Amikor végeztél, tisztítsd meg magad a hetedik sík energiájával és maradj kapcsolatban vele.
-

Ha képes vagy véghezvinni ezt a meditációt, akkor készen állsz a hitmunkára is. A hitmunka nagy jelentőséggel bír, ugyanis ez mutatja meg, hogy miként vélekedsz a kapcsolatokról és az egész életre szóló partner megtalálásáról. Vajon készen állsz arra, hogy megtaláld lélektársadat? Ezt a legkönnyebben a ThetaHealing hit- és érzelmunkájával lehet kideríteni.

HIT- ÉS ÉRZELEMMUNKA

A hitmunka megmutatja, hogy mit gondolunk a kapcsolatokról és magunkról. Az utóbbi ugyanolyan jelentőséggel bír, mint a másik. Ha ugyanis jóban vagyunk magunkkal, akkor az azt jelenti, hogy képesek vagyunk együtt élni magunkkal. Ez pedig azt jelenti, hogy mások is képesek lesznek együtt élni velünk. Ha azonban tele vagyunk belső ellentmondással, akkor ez azokban az emberekben is vissza fog tükröződni, akiket magunkhoz vonzunk. Ezekben az emberekben ott lesznek jó és rossz tulajdonságaink egyaránt.

Ennek általában nem is vagyunk tudatában, sőt azt sem tudjuk, hogy milyen hiedelmeket hordozunk magunkban. Sokunknak voltak olyan nehéz kapcsolataik az életben, amelyeket el tudtunk volna kerülni akkor, ha a kezünkben lettek volna a megfelelő pszichológiai és spirituális eszközök.

Számos ellentmondásos hitrendszer létezik a szív ügyeire vonatkozóan. Ilyen ellentmondás például az, ha valaki teljesen független szeretne maradni, *de ezzel egy időben* arra is vágyik, hogy megtalálja lélektársát, akivel megoszthatná életét. Ezek a hitrendszerek azonban nyilvánvalóan nem összeegyeztethetők egymással.

A leolvasások alkalmával számtalanszor hallottam a nők szájából a következőket: „Minden férfi szemét.” Ha így gondolják, akkor valóban csak szemét férfikkal fognak találkozni. Nagyon sok olyan férfival találkoztam, aki a következő véleménnyel volt a nőkről: „A nők csak kihasználják a férfiakat. Mindegyik, kivétel nélkül.” Mivel így gondolják, kizárólag ilyen nőkkel fognak találkozni, ugyanis a tudatalatti azt súgja nekik, hogy ők valójában ezt akarják.

A hitmunkát könnyen megérthetjük, ha pszichológiai szemszögből nézve úgy tekintünk rá, mint egy kapura, amely a tudat alatti elmére nyitva hozza el a változást. A hitmunka során lehetőségem nyílik arra, hogy alaposan megfigyeljem az embereket. Mindeköz-

ben arra is rájöttem, hogy az emberek egy része egyfajta védelmi buborékot húzott tudat alatti elméje köré. Azért építették maguk köré ezt a védvonalat, hogy az megvédje őket a valós vagy vélt – a ThetaHealingben „programnak” nevezett – fájdalomtól.

A PROGRAMOK

Az emberi agy nem más, mint egy biológiai szuperkomputer, amelynek az a feladata, hogy értékelje a bejövő információkat, valamint reagáljon az őt érő ingerekre. Hogy hogyan reagálunk bizonyos helyzetekben, az attól függ, hogy milyen információt kapott a tudatalattink, és hogyan értelmezte mindazt. Programról akkor beszélünk, amikor a tudatalattink az adott hiedelmet valóságként fogadja el.

Vannak olyan programok, amelyek a javunkra válnak, és vannak olyanok is, amelyek hátráltatnak. Ez programonként és reakciónként változó. Mondok egy példát. Sokan a sikertelenség rejtett programjával élik le az egész életüket. A programot igazolandó, többévnnyi sikeresség után egyszer csak elveszítenek mindent, vagy az önszabotázs eszközével élnek. Nem is tudnak a programok létezéséről. Nem értik, hogy ezek mélyen ott vannak az emberben, gyakran már gyermekkorunk óta a tudatalattinkban lebegnek és a megfelelő pillanatra várnak, amikor végre előtörhetnek és valóra válhatnak.

Hitmunkával azonban képesek leszünk arra, hogy legyőzzük ezeket a negatív programokat, és arra is, hogy pozitív programokkal helyettesítsük őket. A változáshoz nem mást, mint az univerzum leghatalmasabb erőit, a szubatomi részecskéket hívjuk segítségül.

Életünk során folyamatosan tanulunk és fejlődünk. Előfordulhat azonban, hogy a változás és a fejlődés nehéz, mert elképzelhető, hogy gyerekként azt a következtetést vontuk le, hogy a változás fájdalmas és veszélyes. Ilyen rossz tapasztalat például az iskolaváltás. Ha további kellemetlen változások történnek velünk, mondjuk elválnak a

szüleink vagy elveszítjük valamelyik családtagunkat vagy barátunkat, akkor a tudatalattink körül elkezd kialakulni az a bizonyos védőburok annak érdekében, hogy megóvjon minket a fájdalomtól. Az évek előrehaladtával, ahogyan változunk és (a nyugati világszemlélet szerint) fejlődünk, egyre fájdalmasabban éljük meg a változásokat. Egyre nehezebben fogunk megbirkózni ezekkel a történésekkel, legyen szó akár a munkahely elvesztéséről, munkahelyváltásról, egy véget érő kapcsolatról, vagy akár az öregedésről. A fájdalomtól való félelem miatt tehát idővel még nehezebben fogjuk rábírní magunkat bármiféle változtatásra. A tudatalatti köré egyre több réteget húzunk, így a burok egyre vastagabb és vastagabb lesz. A hitmunkának az a célja, hogy áthatoljon ezeken a rétegeken és megmutassa a tudatalattinknak, hogyan legyen képes a változást fájdalom nélkül végrehajtani.

A HIEDELMEK SZINTJEI

A hiedelmeknek négy szintje van. Ezeken a szinteken őrizzük programjait. Ezek a következők:

1. *Az alaphitek szintje:* az alaphiedelmek azok, amelyeket ebben az életben, gyerekkorunkban tanítottak nekünk. Ezeket a hiedelmeket elfogadtuk, részünkévé váltak. Az agy frontális lebenyében energiaként tároljuk őket.
2. *A genetikai szint:* ennek a szintnek a programjait még az őseink dolgozták ki, vagy genetikai szinten adódtak hozzánk jelenlegi életünk során. Ezek a hiedelmek a fizikai DNS-t körülvevő morfogenetikus mezőben tárolódó energiák. Ez a tudásmező közli a DNS-sel, hogy mit kell tennie.
3. *Történelmi szint:* ez a szint az előző életek emlékeinek, a messzire nyúló genetikai emlékezetnek és a kollektív tudattalan tapasztalatainak jelenlegi életünkbe áthozott lenyomatait tartalmazza. Ezek az emlékek az aurában tárolódnak.

4. *A lélek szintje*: ez a szint a személlyel azonos, ez a szint mi magunk vagyunk.

ENERGIATESZTELÉS

A négy szint hitprogramjainak feltérképezésére az izomtesztelésnek vagy „energiatesztelésnek” nevezett egyszerű módszert alkalmazzuk.

Az energiatesztelés során a kliens energiamezőit vagy más szóval a kliensben lévő mindenség essenciáját tanulmányozzuk, amelynek alapja az orvosi diagnosztizáló kineziológia. Ennek során a konzulensnek és a kliensnek is lehetősége nyílik arra, hogy megtapasztalja a különféle stimulusokra adott reakciókat, amelyek fizikálisan és vizuálisan bizonyítják egy-egy program létezését. Fontos, hogy az energiatesztelés során a test megfelelően hidratált legyen, hiszen az energiatesztelés csak így működhet megfelelően. A hitmunka elvégzésére kétféle energiatesztelési módszer közül választhatunk.

ENERGIATESZTELÉS: 1. MÓDSZER

Ülj le a klienssel szemben. A mellkasa előtt lassan mozgasd fel és le a kezedet, fokozatosan lefelé haladva, majd újra felfelé indulva. Ennek köszönhetően a kliens energiamezője összehúzódik és „becipzázódik”, hogy készen álljon az energiatesztelésre.

1. A kliens illessze össze a hüvelykujját és a mutatóujját vagy a gyűrűsujját úgy, hogy az ujjak egy kört formáljanak. Az ujjak maradjanak összeszorítva.
2. Kérd meg a klienst, hogy mondja ki: „Férfi vagyok”, illetve „Nő vagyok”, attól függően, hogy milyen nemű. Értelemszerűen a női kliens mondja azt, hogy „Nő vagyok”.