

dr Laura Berman



Kwantowa miłość

Naukowy sposób na szczęśliwy związek



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

Kwantowa
miłość

dr Laura Berman

Kwantowa miłość

Naukowy sposób na szczęśliwy związek

Słuchaj radia Hay House
na www.hayhouseradio.com



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

REDAKCJA: Mariusz Warda
SKŁAD: Aleksandra Lipińska
PROJEKT OKŁADKI: Aleksandra Lipińska
TŁUMACZENIE: Juliusz Poznański

Wydanie I
BIAŁYSTOK 2019
ISBN 978-83-8171-132-6

Tytuł oryginału: *QUANTUM LOVE*
Copyright © 2016 by Laura Berman
Originally published in 2016 by Hay House Inc

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2016
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część niniejszej publikacji nie może być powielana za pomocą urządzeń mechanicznych, fotokopiujących, elektronicznych ani fonograficznych; nie może być również przechowywana w systemach udostępniania, transmitowana ani kopiowana w żadnej formie, zarówno do użytku publicznego, jak i prywatnego – z wyjątkiem zastosowań legalnych, takich jak cytowanie – bez wcześniejszej zgody wydawcy.

Informacje zawarte w tej książce nie powinny być traktowane jako substytut profesjonalnej porady lekarskiej; zawsze należy konsultować się z lekarzem. Wszelkie praktyczne zastosowanie informacji zawartych w tej książce jest wolną decyzją czytelnika i zachodzi na jego własne ryzyko. Ani autor, ani wydawca nie ponoszą odpowiedzialności za żadne szkody wynikające z zastosowania lub błędnego zastosowania zawartych tu sugestii ani niezasięgnięcia porady lekarskiej, jak również za treści zawarte na stronach internetowych stron trzecich.



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.
www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro
15-762 Białystok
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
85 662 92 67 – redakcja
85 654 78 06 – sekretariat
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt
85 654 78 35 – www.talizman.pl – detal
strona wydawnictwa: www.studioastro.pl

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.psychotronika.pl

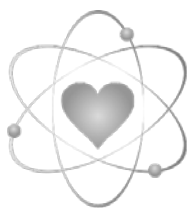
PRINTED IN POLAND

*Książkę tę dedykuję TOBIE: twojemu wewnętrznemu,
prawdziwemu ja, które zawsze i bezwarunkowo
utrzymuje cię w Kwantowej Miłości*

SPIS TREŚCI

Witaj.....	9
Rozdział 1. Co to jest Kwantowa Miłość?	13
Rozdział 2. Poznaj swojego wewnętrznego kwantowego lekarza	25
Rozdział 3. Poznaj swój profil energetyczny	53
Rozdział 4. Zobowiązanie nr 1: Wezmę odpowiedzialność za energię, którą wnoszę do mojego związku.....	95
Rozdział 5. Zakochanie a Kwantowa Miłość.....	119
Rozdział 6. Zobowiązanie nr 2: Określę, czego pragnę w miłości.....	153
Rozdział 7. Twoje ciało to elektrownia.....	189
Rozdział 8. Zobowiązanie nr 3: Wezmę odpowiedzialność za energię swojego ciała.....	225
Rozdział 9. Przeprogramuj mózg, by umysł mógł działać.....	265
Rozdział 10. Zobowiązanie nr 4: Uświadomię sobie, gdzie utknąłem, i przełączę się z mózgu na umysł.....	299
Rozdział 11. Kwantowy seks.....	345
Dziękuję	405
<i>Dodatek.....</i>	<i>409</i>
<i>Materiały źródłowe dotyczące Kwantowej Miłości</i>	<i>443</i>

<i>Przypisy</i>	451
<i>Podziękowania</i>	457
<i>O Autorce</i>	459
<i>Słowa uznania za Kwantową miłość</i>	461



WITAJ

Drogi Czytelniku,

Czy jesteś gotów na Kwantową Miłość?

Wiem, że określenie to w pierwszej chwili może kojarzyć ci się z piosenką z lat 80. albo czymś zasłyszonym na lekcji fizyki w szkole średniej. Zapewniam cię jednak, że nie chodzi ani o kapelę metalową, ani o nudny wykład. Kwantowa Miłość to termin, którego używam w odniesieniu do miłości wzbogacającej, bezwarunkowej, namiętnej, afirmującej życie, satysfakcjonującej i erotycznej. *I to wszystko?* – mógłbyś zapytać. Nie! To dopiero początek. Wierzę, że jesteśmy na tej planecie w pierwszym rzędzie dla Kwantowej Miłości. Ona nami kieruje i nas łączy. Ona nas inspiruje i to ona nas uzdrowi, jeśli tylko jej na to pozwolimy.

Jeżeli sięgnąłeś po tę książkę, ponieważ masz złamane serce – rozumiem cię. Słyszę cię. Dobrze trafiłeś. Jeżeli spotykamy się, bo twój partner już cię nie kocha; bo nie wyobrażasz sobie, by pokazać mu swoje „ohydne ciało”; bo jesteś zmęczony powtarzającymi się kłótniami; bo czujesz, iż nie dość dużo się całowałeś czy romansowałeś albo myślisz, że już nigdy nie spotkasz tego jedyne; bo jesteś samotny, pogrążony w żalu, zawstydzony, przerażony lub zły – ta książka jest dla ciebie. A jeżeli jesteś szczęśliwy w związku, ale zastanawiasz się, o ile lepszy jeszcze mógłby być – też dobrze trafiłeś.

Kwantowa Miłość to nasze niezbywalne, przyrodzone prawo, a mimo to większość z nas spędza całe życie, będąc całkowicie od niej odłączonym. Prawdę mówiąc, jeszcze kilka lat temu właśnie tak żyłam. Przez 25 lat pracowałam z parami ludzi, pomagając im osiągnąć lepsze życie miłosne. Była to satysfakcjonująca, znacząca i ważna praca. Potem moje pozornie doskonałe życie zaczęło się rozpadać i w rezultacie pogrzeżyłam się w nieznanym. Wtedy rozpoczęłam odkrywczą podróż, wkraczając na grunt mądrości złożony z nauk ścisłych, filozofii, fizyki, a nawet metafizyki. Niesamowicie pomogło mi to w pracy, o reszcie mojego życia nie wspominając. Napisałam tę książkę, by podzielić się z tobą zdobytą wiedzą.

Pozwól, że zapoznam cię ze strukturą tej książki. Składa się ona z dwóch różnych typów rozdziałów, których głównym zadaniem jest przejście od teorii do praktyki. Znajdują się w niej rozdziały czysto teoretyczne, wyjaśniające dogłębnie, czym jest Kwantowa Miłość, jak i dlaczego działa oraz co może zrobić dla ciebie, twojego partnera i waszego związku w warstwie emocjonalnej, fizycznej i duchowej. Są one przeplatane rozdziałami omawiającymi różne zobowiązania, zatem mają wymiar praktyczny. W nich będę cię prosiła, abys podjął zobowiązania, dzięki którym zrobisz to, co przybliży cię do Kwantowej Miłości, i nauczę cię praktycznego zastosowania zdobywanej wiedzy, byś stworzył Kwantową Miłość w swoim życiu. Od czasu do czasu poproszę cię o wykonanie ćwiczenia pisemnego albo zanotowania kluczowych kroków na ścieżce Kwantowej Miłości, więc możesz kupić sobie notatnik i uczynić z niego Dziennik Kwantowej Miłości – możesz też wejść na stronę www.drlauraberman.com/quantumlove i pobrać Dziennik Kwantowej Miłości w wersji elektronicznej, by towarzyszył ci w podróży. Niektóre kluczowe ćwiczenia znajdują się w kolejnych

rozdziałach, inne zaś w Dodatku. Więcej narzędzi i ćwiczeń znajdziesz na stronie www.drlauraberman.com/quantumlove.

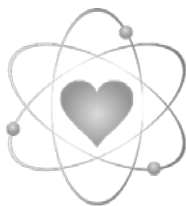
Zanim przejdziemy dalej, chciałabym zaznaczyć kilka rzeczy. Po pierwsze – Kwantowa Miłość jest dla *każdego* i stosuje się do *wszystkich* rodzajów związków: homoseksualnych, heteroseksualnych i wszystkich pomiędzy jednym a drugim. Miłość romantyczna to miłość romantyczna – jest piękna i satysfakcjonująca we wszystkich jej formach.

Single też są mile widziani! Książki tej możesz używać w celu tworzenia i praktykowania w swoim życiu Kwantowej Miłości niezależnie od twojego statusu. Większość omawianych tu przeze mnie zagadnień oraz proponowanych porad i ćwiczeń jest osadzona w kontekście związków. Kiedy zbudujesz w swoim życiu Kwantową Miłość, z całą pewnością pomoże ci przyciągnąć upragnionego partnera. Co więcej, wszystkie techniki, które poznasz dzięki tej książce, pomogą ci zbudować długotrwałą, bogatą, głęboką i satysfakcjonującą miłość, gdy już nadejdzie.

Wszystkie modele i narzędzia, które stworzyłam na potrzeby Kwantowej Miłości, powstały w oparciu o mądrość mędrców i liderów myśli, którzy byli tu przed nami wiele tysięcy lat temu i jeszcze dawniej. Zamierzam „udowodnić” naukowo, najlepiej jak potrafię, jak i dlaczego działa Kwantowa Miłość. Czasami jednak między tym, co potrafię udowodnić za pomocą danych empirycznych a tym, co w moim najgłębszym przekonaniu jest prawdą, jako że zadziałało w życiu moim i niezliczonych osób, które przychodziły do mnie na konsultację, wystąpi luka. Wszystkie imiona i dane identyfikacyjne osób pojawiających się w przytaczanych przeze mnie przykładach zostały zmienione. Zaufanie i szacunek to sprawy podstawowe we wszystkich związkach, łącznie (i przede wszystkim) z tymi dotyczącymi osób, które pojawiły się w moim życiu, by uzyskać pomoc.

Nie miej jednak złudzeń – zanurzanie się w Kwantowej Miłości to podróż. Będzie ona wymagała od ciebie otwartości na nowe idee, zakwestionowania długo podtrzymywanych przekonań, jak również wzięcia odpowiedzialności za stworzoną przez siebie rzeczywistość oraz za nową, dużo lepszą, którą możesz stworzyć. Może nie być to łatwe, ale uwierz mi – warto. W pełni zasługujesz na taką miłość, jakiej pragniesz. Ona na ciebie czeka. Nadszedł czas postawić pierwszy krok na nowej ścieżce – ścieżce Kwantowej Miłości.

Kwantowa Miłość to transformacja. Gdy nauczysz się umieszczać potężną energię w umyśle, ciele i duchu, by dla ciebie pracowała, twoje życie i związek nie będą już takie same. Kwantowa Miłość to także rekultywacja. Urodziłeś się w doskonałym stanie miłości i choć twoje doświadczenia być może oddaliły cię od prawdy i mądrości owego fundamentalnego ja, ono wciąż istnieje – nienaruszone, promienne i doskonałe. Wystarczy po prostu do niego wrócić. *Kwantowa Miłość* ukaże ci, jak tego dokonać.



ROZDZIAŁ 1

CO TO JEST KWANTOWA MIŁOŚĆ?

Kochankowie w istocie nigdzie się nie spotykają.

Przez cały czas są jedno w drugim.

– Rumi

Prosto rzecz ujmując, Kwantowa Miłość to miłość będąca wynikiem świadomego wzięcia w posiadanie energii znajdującej się w ciele, sercu i umyśle, i posługiwania się nią tak, by służyła twojemu związkowi. Polega na zastosowaniu fizyki kwantowej – nauki opisującej prawa rządzące energią – do życia uczuciowego w taki sposób, by odsłoniła ukrytą moc pozwalającą stworzyć upragniony związek.

Być może sądzisz, że najlepszy okres miłości był na samym początku twojego związku, w fazie skąpania w dopaminie, braku apetytu, bezsennych nocy i obłędnej słodczy. Kiedy motyle w brzuchu zniknęły, euforia opadła, a ty poczułeś się spokojniejszy lub silniej związany, albo – jak większość osób – martwiłeś się, że czegoś brakuje bądź coś zostało utracone.

Prawdopodobnie próbowałeś wszystkiego – od terapii dla par po *Kamasutrę*. A może – usiłując przywrócić ekscytację i dramatyzm – utknąłeś na przyprawiającej o mdłości karuzeli wybuchowych kłótni i raniących gierk umysłu. Albo po prostu przywykłeś do tego, na co – twoim zdaniem – najwyżej możesz liczyć: nijakiego seksu, powtarzających się kłótni i dręczącego uczucia nudy i niezadowolenia.

Prawdopodobnie myślałeś, że masz tylko dwa wyjścia: w jakiś sposób przywrócić początkową magię albo rozłożyć ręce w geście porażki. Jednak prawda jest taka, że istnieje lepsza, bardziej satysfakcjonująca alternatywa – wyższy poziom miłości, nakłaniający, byś szedł naprzód, a nie się cofał. Jest nią Kwantowa Miłość.

Dzięki niesamowitym postępom w dziedzinie fizyki kwantowej – badaniom nad życiem i światem na najniższym, najbardziej fundamentalnym poziomie – obecnie wiemy, że w naszym molekularnym rdzeniu wszyscy jesteśmy po prostu naczyniami energii. Szereg fascynujących badań, z których większość przytoczę w tej książce, wyjaśnił, iż rzeczywistość, w której żyjemy, tak naprawdę jest kreowana *przez nas* poprzez oczekiwania, jakie wobec niej mamy. Jest to szczególnie prawdziwe w odniesieniu do naszych najważniejszych związków. Fizyka kwantowa stwierdza, że obserwator (czyli ty) oraz przedmiot obserwacji (partner i związek) są energetycznie połączone i że możesz wpływać na przedmiot obserwacji w dowolnie wybrany sposób. W istocie fizyka kwantowa wykazała, że każdy możliwy wariant rzeczywistości jest dla nas dostępny w każdej milisekundzie, ale to nasza *osobista perspektywa* – czyli oczekiwania, jaka nasza rzeczywistość będzie – odpowiada za ich urzeczywistnianie!

Na kolejnych kartach tej książki powiem ci, co tak *naprawdę* dzieje się w twoim wewnętrznym świecie, a następnie wyjaśnię, w jaki sposób możesz świadomie posługiwać się tym czymś, by powołać do istnienia pasję, ekscytację i połączenie, o jakich nigdy nie myślałeś,

że są możliwe. Nie możesz wrócić do etapu miesiąca miodowego. I jeżeli jesteś ze sobą naprawdę szczery, to wiesz, że nie chcesz prze-handlować komfortu, zaufania ani zażyłości długotrwałego związku za ekscytację czegoś zupełnie nowego. Chcesz wszystkiego: intensywnej i satysfakcjonującej miłości, zaspokajającej twoje potrzeby i pragnienia na każdym poziomie, ale również miłości, która sięga wyżyn intymności i łączy cię z pełniejszym poczuciem celu.

Brzmi zbyt dobrze, żeby było prawdziwe?

Bzdura. Leży to całkowicie w obrębie twoich możliwości. Jako ekspertka od seksu i związków cały czas pomagam parom urzeczywistnić ten cel. Jeżeli zechcesz, ty i twój partner również będziecie mogli go urzeczywistnić, przemieniając wasz związek w manifestację waszych najgłębszych pragnień.

DLACZEGO WŁAŚNIE JA NAPISAŁAM KSIĄŻKĘ O TEJ TEMATYCE?

Jeżeli znasz moje poprzednie książki albo oglądałeś moje audycje telewizyjne, możesz odnieść wrażenie, że tą książką odbiegam od swojej dziedziny. Co sprawiło, że terapeutka od seksu i związków nagle zagłębiła się świat energii i materii? I co, do diaska, ma on wspólnego ze związkami?

Nie spodziewał się tego nikt z mojego zawodowego ani prywatnego otoczenia ani też nie studiowałam tych zagadnień w przeszłości. Miałam ogólne pojęcie o tym, jak działa wszechświat i miało to dla mnie sens. Później jednak zmieniłam i poszerzyłam swój punkt widzenia, głównie dlatego, że nie miałam innego wyjścia.

Po 41. roku życia zaczęłam kwestionować wszystko, co moim zdaniem wiedziałam. Śmierć mojej matki, która zmarła na raka, wy-

wołała w moim świecie prawdziwe trzęsienie ziemi. Po raz pierwszy w moim dorosłym życiu poczułam się niepewnie, przytłoczona i zagubiona. Nie wiedziałam, że można doświadczyć tak ogromnego bólu – miałam wrażenie, jakby ktoś wyrwał ze mnie część mojej istoty. Nie byłam już pewna, kim jestem ani jak przejść przez ten smutek. Rzecz jasna w procesie tym zasięgnęłam wielu porad i przedtem wielokrotnie doświadczyłam utraty, ale więź łącząca mnie z matką była głębsza niż prawie wszystko inne w moim życiu.

Blisko rok po utracie matki zdiagnozowano u mnie raka piersi – w tej samej piersi, w której miała go moja matka. Nigdy wcześniej nie potrzebowałam tak bardzo miłości swojej matki i nigdy dotąd nie stanęłam twarzą w twarz ze swoją śmiertelnością w tak ewidentny i obezwładniający sposób. Moja matka odeszła – czy przyszła kolej na mnie? Czy moje dzieci miałyby zmierzyć się z bólem i smutkiem, który sama ledwo udźwignęłam jako osoba dorosła?

Nie muszę mówić, że rak wywołał falę szoku w mojej rodzinie. Każdy z moich bliskich – mąż Sam, synowie Ethan, Sammy i Jackson – przeżywał to inaczej. Sam próbował być moją skałą, ale wiedziałam, że czuł się przerażony i bezradny. Przywykł do tego, by mieć wszystko pod kontrolą, odnosić sukcesy i być zawsze górą, lecz wtedy nie mógł rozwiązać najgorszego problemu, z jakim kiedykolwiek miał do czynienia. Jednocześnie moje dzieci były wystraszone i niespokojne i zachowywały się tak, jakby walczyły z przerażającą perspektywą utraty mamy. Ja natomiast czułam się załamana, chaotyczna, a nawet zła. Dlaczego mnie to spotkało? Prowadziłam zdrowy tryb życia. Ćwiczyłam jogę, nie paliłam i rzadko sięgałam po alkohol. Dlaczego moje ciało zdradziło mnie pomimo wielu wysiłków włożonych w troskę o jego dobro? Dlaczego świat był tak niepewny i niemiły? Jak mogłam czuć się pewnie i bezpiecznie, skoro stanęłam na krawędzi życia i śmierci?

Wkrótce moje pytania przestały być tylko wewnętrznym, retorycznym lamentem. Jestem urodzoną czytelniczką i badaczką, więc stałam się Nancy Drew* kryzysu egzystencjalnego. Chciałam zrozumieć, przez co przechodzę i dowiedzieć się, jak mogłabym wesprzeć organizm i umysł (o rodzinie nie wspominając) w nadchodzącym strasznym okresie. Pragnęłam zmaksymalizować swoje szanse na przeżycie i wydłużyć czas, jaki mi pozostał z rodziną. Uzbrojona jedynie w Kindle i dociekliwy umysł, byłam zdeterminowana, by stanąć oko w oko z życiem i śmiercią i uzyskać odpowiedzi na pytania.

Chyba miałam nadzieję, że gdy odkryję tajemnice życia, moja rozpacz i mój lęk nabiorą większego sensu. Miałam rację, lecz nie zdawałam sobie sprawy z tego, w jaki sposób te poszukiwania zmienią trajektorię mojego życia i kariery. Gdy spoglądałam wstecz, jedyne co odczuwam to wdzięczność. Był to najsmutniejszy okres w moim życiu, ale jednocześnie najbardziej wzbogacający, przemożny i transformacyjny.

Moje kryzysy życiowe zaczęłam nazywać KCWD-ami (skrót od Kolejne Cholerne Wzbogacające Doświadczenie), ponieważ utrata mamy i zmagania z rakiem nauczyły mnie, że nasze największe cierpienia mogą okazać się naszymi największymi darami. Gdybym nie doświadczyła silnego bólu i utraty, żyłabym nadal tak jak żyłam. Moje życie – choć wspaniałe – nie zmieniłoby się, a ja nie doszłabym do obecnego stanu jasności, wiedzy i zadziwienia. Ból to wspaniały nauczyciel i bezwzględny motywator. Zmusił mnie, bym odrobiła lekcje, które odmieniły moje życie, związki oraz metody pracy z leczonymi przeze mnie osobami i parami.

Zacząłam od poszukiwania odpowiedzi na pytanie, jak przeżyć i rozkwitnąć w walce z rakiem. Chciałam poznać relacje osób, które przetrwały, i skorzystać z ich mądrości i siły. Ale kiedy zaczęłam

* Dziewczyna-detektyw z cyklu powieściowego dla młodzieży autorstwa Carolyn Keene (przyp. tłum.).

podążać tropem znalezionych tekstów, zdałam sobie sprawę z tego, że ich autorzy mieli do powiedzenia coś więcej niż tylko historie swej walki czy informacje na temat superżywności. Książki te wykraczały daleko poza kwestie dotyczące odżywiania i diety przeciwnowotworowej – zawierały wyniki badań naukowych w zakresie neuronauki, biofeedbacku oraz głębi powiązań naszych ciał i umysłów. Im więcej czytałam, tym większy miało to dla mnie sens – naukę stojącą za tymi zagadnieniami zaczęłam praktycznie stosować w mojej samoopiece.

I wtedy zrobiło się ciekawie.

Kiedy poznawałam publikacje na temat potęgi umysłu, natknęłam się ponownie na *Sekret*. Większość z nas słyszała o bestsellerze Rhondy Byrne z 2006 roku na temat Prawa Przyciągania. Znajdował się on na liście bestsellerów przez 146 tygodni z rzędu. Dzięki sukcesowi i popularności książki Rhondy Prawo Przyciągania weszło do codziennego słownictwa, chociaż często towarzyszy mu przewracanie oczami. Poświęcono mu nawet jeden odcinek *Saturday Night Live*^{*}. Prawo Przyciągania uczy, że „podobne przyciąga podobne”. Innymi słowy – pozytywne myśli przyciągają pozytywne wydarzenia, zaś negatywne myśli przyciągają negatywne wydarzenia. Byrne najlepiej podsumowuje to zdaniem: „Myśli są magnetyczne i odznaczają się określoną częstotliwością. Kiedy je snujesz, zostają wysiane we Wszechświat i magnetycznie przyciągają wszystkie podobne rzeczy na tej samej częstotliwości. Wszystko co wysiane, powraca do źródła – do Ciebie”^{**}.

Jak większość ludzi, coś niecoś na ten temat wiem. Zabawiałam się w to, ale nigdy skutecznie nie zastosowałam tego w praktyce. Chciałam w to wierzyć, ale zupełnie nie wierzyłam. Oczywiście pozytywne myśli są świetne i rozumiałam płynące z nich korzyści fizyczne, ale nie mogłam dokładnie zrozumieć, czym tak naprawdę

^{*} Cotygodniowy program rozrywkowy amerykańskiej sieci telewizyjnej NBC (przyp. tłum.).

^{**} Rhonda Byrne, *Sekret*, tłum. Jan Kabat, Wydawnictwo Nowa Proza, Warszawa 2010 (przyp. tłum.).

jest Prawo Przyciągania. Moje wątpliwości przerodziły się w pytania, na które nie znajdowałam odpowiedzi: Jaki mechanizm tym rządzi? I co o mnie mówi fakt, iż przyciągam do swojego życia wszystkie te utraty i choroby?

Jestem urodzonym naukowcem; żeby coś było dla mnie rzeczywiste, musi opierać się na faktach i badaniach naukowych. To jedna z przyczyn, dla których miałam tyle problemów z *Sekretem*. Potrzebowałam mniej „czucia”, a więcej „merytoryczności”. Przełączyłam się na tryb naukowca i zaczęłam drążyć głębiej. *Kto twierdzi, że to naprawdę działa i dlaczego to działa? Czy za tą „nową myślą” w postaci Prawa Przyciągania stoi jakakolwiek nauka?* Zamiast dać się ponieść frustracji z powodu dręczących mnie pytań, postanowiłam znaleźć chłodne, twarde odpowiedzi.

Na fizykę kwantową po raz pierwszy natknęłam się w tym właśnie czasie zadawania pytań. Studiując fizykę kwantową, zdałam sobie sprawę, że można ją stosować nie tylko w świecie nauki, lecz także w całości ludzkiej egzystencji. Odkryłam, że w swej istocie fizyka kwantowa *jest* nauką stojącą za Prawem Przyciągania. Wtedy wszystko zaczęło mieć sens. Kiedy poznałam wymierny aspekt tej metafizycznej idei, stała się ona dla mnie bardziej rzeczywista i namacalna. Zaczęłam bawić się informacjami i stosować je w praktyce – wkrótce odczułam zadziwiający wpływ tej nowej świadomości. Byłam oszołomiona odkryciami na temat energii mojego ciała i jej materialnym wpływem na otaczające mnie osoby.

Zdobytą wiedzę zaczęłam stosować w terapii par, które przychodziły do mnie po pomoc; byłam zdumiona pozytywnymi rezultatami. Podobnie postąpiłam w odniesieniu do moich dzieci, by pomóc im poradzić sobie z lękami i stresem. Poznane zasady zastosowałam do mojej relacji z mężem i zauważyłam, że nasza więź niemal natychmiast zaczęła się pogłębiać i dojrzewać. Zmiana objęła swym za-

sięgiem całą moją egzystencję, rozprzestrzeniając się po niej niczym fala na powierzchni stawu. Wiedziałam również, że mam światu do przekazania coś bardzo ważnego.

UJAWNIAM SIĘ

Prawda wygląda tak: poza tym, że jestem badaczką, terapeutką i na-ukowcem, po zagłębieniu się w kwantowy świat obecnie bardziej jasno i szczerze wierzę w Boga. Wiem, że dla każdego słowo to ma inne znaczenie. Ale Bóg, w którego ja wierzę, jest uniwersalny, obecny we wszystkich religiach i wierzeniach. Dla mnie Bóg nie jest religijnym, instytucjonalnym ani zewnętrznym konceptem. Niezależnie od tego, czy nazwiesz Boga Jezusem Chrystusem, Allachem, Kryszną, Gają, jakimś innymi imieniem albo nie zrobisz tego w ogóle, myślę, że prawie każda osoba wierząca w Boga zgodzi się, że Bóg w swej istocie jest niczym więcej jak tylko czystą, piękną *Miłością*.

Kiedy więc mówię o Bogu, tak naprawdę mam na myśli energię Miłości wibrującą na najwyższej częstotliwości. Nie uważam, by Bóg był od nas oddalony o miliony kilometrów. Wierzę, że wszyscy jesteśmy Bogiem i że Bóg jest w nas. Wierzę, że każdy z nas jest wspaniałą, niepowtarzalną i magiczną ekspresją i kreacją tej wszechwiedzącej i wszechogarniającej, doskonałej Miłości. Jeżeli Bóg jest słońcem, to my jesteśmy milionami wychodzących z niego promieni. Choć sprawiamy wrażenie oddzielonych, w rzeczywistości wszyscy składamy się z tego samego i wywodzimy się z jednego źródła.

Czy w książce tej religia odgrywa jakąkolwiek rolę? Nie. Niezależnie od tego, czy jesteś Żydem, muzułmaninem, chrześcijaninem, wiccanką, ateistą czy agnostykiem, zasady zawarte w tej książce można zastosować w twoim życiu. I obiecuję, że kolejne jej strony będą

dużo mniej ezoteryczne. Chcę jednak, abyś wiedział, że idee takie jak te nieuchronnie się pojawiają, gdyż nie sposób zaprzeczyć, że nasz świat przeniknięty jest nieuchwytną i tajemniczą mocą. Nauka sięga tylko do tego punktu, dalej prowadzi nas już tylko wiara. Z tego powodu, mimo iż nie jest to książka religijna, obejmuje jednak pewne duchowe reguły w takim stopniu, w jakim dotyczy to samego życia, dlatego nie mogę tych idei całkowicie wyłączyć z dyskusji.

W przeszłości klinicyści i naukowcy nie mogli zajmować się ezoteryką, przynajmniej nie oficjalnie. Jeżeli nie można czegoś ująć w czerni i bieli, nie bierzemy tego nawet pod uwagę. Dlatego mam obawy związane z „ujawnieniem” moich poglądów. Ale stawiam ten krok, ponieważ wierzę, że to, czego się nauczyłam, jest zbyt ważne, by to ukrywać. Masz prawo być sceptyczny, a nawet poirytowany – nie krępuj się. Ale błagam – nie zniechęcaj się! Jeżeli wytrzymasz, obiecuję, że nauczysz się bezcennych rzeczy i doprawdy nie ma znaczenia, w co wierzysz.

KILKA SŁÓW NA TEMAT TWOJEJ PRAWDZIWEJ ISTOTY

Książka ta mówi o twoim związku i o tym, w jaki sposób stworzyć w nim spełnienie, więź i szczęście. Chciałabym jednak poświęcić chwilę na najistotniejszy element całej układanki: *ciebie*.

Kim jesteś? Pozornie jest to łatwe pytanie. Odpowiedź mogłaby brzmieć: „Jestem matką”, „Jestem nauczycielką”, „Jestem inżynierem” albo „Jestem ojcem prowadzącym dom”. Twoja odpowiedź mogłaby też zawierać bliższe szczegóły i brzmieć: „Jestem chrześcijaninem”, „Jestem Żydówką”, „Jestem Egipcjaninem” albo „Jestem Brazylijką”. Być może odpowiedź brzmiałaby: „Jestem entu-

zjastą sportu” lub „Uwielbiam czekoladę” albo „Pokonałam raka” bądź „Jestem znakomitym golfistą”, czy też „Jestem wielbicielek Bruce’a Springsteena”. Krótka mówiąc, mógłbyś powiedzieć mi o wszystkim, co czyni cię tym, kim jesteś – o przeszłości, rodzinie, pracy, zainteresowaniach czy przekonaniach.

Problem polega jednak na tym, że nie jest to prawdziwy *ty*. To wszystko ma niewiele wspólnego z twoją prawdziwą tożsamością. To tylko informacje, które mogłabym znaleźć na Facebooku albo na stronie LinkedIn. Takich informacji mógłbyś udzielić na pierwszej randce albo przy zawieraniu nowej znajomości. Moim obowiązkiem jest powiedzieć ci, że *żadne* z powyższych nie jest *prawdziwym* tobą.

Prawdziwego ciebie nie da się sprowadzić do profilu na portalu społecznościowym. Nie da się o nim opowiedzieć na pierwszej randce. Twoje prawdziwe ja jest wieczne, niezmiennie i bezkształtne. Prawdziwy ty to światło wewnątrz ciebie, które świeci zawsze, źródło życia ukryte w głębi ciebie i obserwujące całość toczącego się życia – niezmiennie, niestarzejące się, niesłabnące i nieprzekwitające. Prawdziwego ciebie nazywam twoim *prawdziwym ja*. To właśnie ono (a nie twoje ja z poziomu ego) stworzy Kwantową Miłość.

Michael Singer w swojej cudownej książce *Nieskrępowana dusza. Twoja podróż w głąb siebie** pisze: „W prawdziwym rozwoju nie ma niczego ważniejszego ponad zrozumienie, że nie jesteś głosem swojego umysłu – jesteś tym, który go słyszy”. Innymi słowy twoje prawdziwe ja nie jest częścią twojego mózgu, która czyta te słowa. Nie jest ono nawet tą częścią, która o nich myśli. Nie jest nim również część myśląca o przygotowaniu kolacji ani ta martwiąca się o pracę, ani też pilnująca siedzącego obok dziecka. Prawdziwy ty jedynie obserwuje. Prawdziwy *ty* to ten, który *słyszy* myśl, a nie ten, który ją *przejawia*. Prawdziwy ty to ty obecny w twoim wnętrzu od

* Wydawnictwo SFAJROS, Wrocław 2012 (przyp. tłum.).

początku twojego istnienia, który był tam podczas czwartych, jak i czterdziestych urodzin.

Dlaczego uświadomienie sobie prawdziwego ja jest tak ważne? Dlatego, że gdy uświadomisz sobie, że nie jesteś matką, nauczycielem, chrześcijanką, golfistą ani czekoladoholikiem – że ty to *ty*, wiecznie, bezsprzecznie i niezmiennie – nagle łatwiej jest odpuścić. Życie już ci tak nie zagraża – czy to z powodu niemiłego słowa, kłótni, utraty pracy, sytuacji finansowej, czy też z powodu problemów z dzieckiem. Owszem – to wszystko jest ważne, lecz w ostatecznym rozrachunku nie może wpłynąć na prawdziwego ciebie ani go umniejszyć. Prawdziwy ty pozostanie tak niewzruszony i całkowity, jak gwiazda na nocnym niebie.

Fizycy twierdzą, że energii nie da się stworzyć ani zniszczyć, a fizyka kwantowa stwierdza, że nie jesteś niczym innym, jak tylko energią. Zatem rozumie się samo przez się, że ciebie również nie da się stworzyć ani zniszczyć. Na prawdziwego ciebie nie może wpłynąć nic, co istnieje na świecie. Nie można do niego niczego dodać ani niczego z niego ująć, poprawić ani w żaden sposób zmienić. Istniejesz, jesteś całkowity i nie musisz robić nic, by stać się bardziej rzeczywistym czy uroczym. Co za wspaniałe odkrycie!

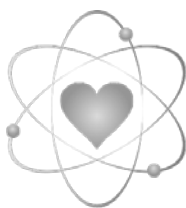
Co te wszystkie informacje mają wspólnego z twoim życiem miłosnym i związkiem? I w jaki sposób możesz zastosować w życiu zasady fizyki kwantowej w prawdziwy, trwały i potężny sposób? Pozwól, że ci to pokażę. Pamiętaj, nie ma nic złego w pytaniach ani wątpliwościach, jakie mogą pojawiać się podczas czytania tej książki. Prawdę mówiąc, byłabym zdziwiona, gdybyś ich nie miał! Akceptuj swoje wątpliwości. Kochaj je. Pozwól pytaniom istnieć bez zmuszania się do znalezienia na nie odpowiedzi.

Podróż ta zainspiruje ciebie i twojego partnera do tego, byście przenieśli istniejącą między wami fizyczną i emocjonalną intymność

na zupełnie nowy poziom. Przypuszczam, że będzie to coś, czego nigdy wcześniej nie doświadczyliscie – w dobrym sensie. W kolejnych rozdziałach przeczytasz na temat energii swojego ciała, jaka jest unikalna częstotliwość twojej energii oraz w jaki sposób świadomie doświadczyc doskonałej harmonii, która już istnieje między częstotliwością twoją i twojego partnera. Nie znaczy to, że nie będzie przeszkód do pokonania ani że nie utkniecie. Będziecie raczej tak doskonale zestrojeni z samymi sobą i swoim partnerem, że będziecie wiedzieli, w jaki sposób *pozostać* zestrojonymi i przekształcić każdy kryzys w mile widzianą możliwość wspólnego rozwoju – w sferze fizycznej, emocjonalnej i seksualnej.

Nie jestem duchowym guru ani fizykiem kwantowym. Jestem klinicystą, naukowcem i szczęśliwie zamężną kobietą. Podczas mojej osobistej podróży, badań i praktyki znalazłam formułę, która pomoże ci odkryć Kwantową Miłość we wnętrzu twoim i twojego partnera. Za pomocą anegdot pochodzących z mojego życia osobistego i zawodowego, studiów przypadku oraz wyników najnowszych badań naukowych i metafizycznych nauczę cię, w jaki sposób tworzyć w swoim życiu Kwantową Miłość. Nauczysz się dokonywać fundamentalnych zmian, które mają głęboko duchowy, a jednocześnie bardzo naukowy sens.

Jestem bardzo podekscytowana tym, że odbędziesz ze mną tę podróż – nie mogę się doczekać, kiedy wyruszymy!



ROZDZIAŁ 2

POZNAJ SWOJEGO WEWNĘTRZNEGO KWANTOWEGO LEKARZA

Przestań działać tak skromnie.

Jesteś wszechświatem w ekstatycznym ruchu.

– Rumi

Czy kiedykolwiek wyobraziłeś sobie coś, czego pragnąłeś, i twoje pragnienie spełniło się? Poznałeś kogoś i z miejsca odniosłeś wrażenie, jakbyście znali się od zawsze? Poczuleś, że z twoim znajomym albo kimś bliskim dzieje się coś niedobrego, a później zadzwoniono do ciebie z informacją, że ta osoba jest w szpitalu? To jest właśnie fizyka kwantowa w działaniu – w twoim życiu.

Czy kiedykolwiek zdarzyło ci się myśleć o swoim partnerze, który chwilę później do ciebie zadzwonił? Tulileś kogoś i czułeś duchową i emocjonalną więź, której nie da się wyrazić słowami? Zmienił ci się nastrój, kiedy twój partner wszedł do domu? Wiedziałeś, co twój

partner sądzi, chociaż ci o tym nie mówił? To jest właśnie fizyka kwantowa w działaniu – *w twoim związku*.

Jak się wkrótce dowiesz, wszyscy składamy się z czystej energii. Z niej składają się nasze ciała, ale również nasze myśli i emocje – energia ta nieustannie wibruje na różnych częstotliwościach. Energia naszych ciał, myśli i emocji jest niewiarygodnie potężna i przyciąga do naszej świadomości rzeczy wibrujące na tej samej częstotliwości, podobnie jak brzmienie kamertonów o identycznej częstotliwości zlewa się w jeden dźwięk. Inaczej mówiąc – kiedy uzyskujemy świadomość czegoś za pośrednictwem jednego z naszych pięciu zmysłów, oznacza to, że jego częstotliwość jest zgodna z wibracjami, które emitujemy we wszechświat.

Co zatem ma to wspólnego z naszym życiem uczuciowym? Wszystko! Twój partner jest obecny w twoim życiu, ponieważ twoje osobiste wibracje wciągnęły cię w świat tej osoby. Znajduje się z tobą w harmonii (nawet jeśli nie zawsze tak czujesz). Oboje macie moc wzajemnego oddziaływania na wasze energie – i z tej racji w rzeczywistości oddziałujecie na fizyczną, umysłową i emocjonalną częstotliwość. Kwantowa Miłość to stan, w którym ty i twój partner znajdujecie się w energetycznej harmonii w optymalnym stanie energetycznym – jako para i jako jednostki. W dalszej części książki zapoznam cię z narzędziami potrzebnymi do świadomego wchodzenia w ten stan – i pozostawania w nim. Najpierw jednak powiem ci więcej na temat podstaw naukowych, dzięki którym te narzędzia działają.

CO TO JEST FIZYKA KWANTOWA?

Jeżeli jesteś jak większość ludzi, na dźwięk słów *fizyka kwantowa* dostajesz zawrót głowy – szczególnie jeżeli posługujesz się lewą pół-

kulą mózgu, nigdy nie miałeś szóstek z matematyki i fizyki, albo nigdy nie marzyłeś o tym, by wgryźć się w nowy odcinek serialu *Nova*^{*}.

Kiedys też taka byłam. Fizyka kwantowa wydawała mi się ekskluzywną dziedziną nauki, która wymaga zaawansowanego wykształcenia i oszałamiającego intelektu, by w ogóle włączyć się w rozmowę. Ale tylko brzmiała w sposób *skomplikowany*. Nigdy nie przypuszczałam, że jej zasady są relatywnie proste. Podstawową wiedzę z tej dziedziny mogą zrozumieć i zastosować wszyscy – nawet ci, którym w szkole średniej cudem udało się zaliczyć przedmioty ścisłe. Muszą tylko otworzyć się na nowe możliwości.

W rzeczywistości prawdziwa trudność w zrozumieniu teorii kwantowej nie wynika ze skomplikowanych abstrakcji ani naukowego żargonu, lecz z faktu, iż koncepcje te są sprzeczne ze wszystkim, co naszym zdaniem wiemy na temat wszechświata. Podobnie jak ludzie żyjący w średniowieczu uważali, że świat jest płaski, a Słońce krąży wokół Ziemi, tak również jeszcze do niedawna ludzie mieli błędne pojęcie na temat praw rządzących wszechświatem.

W przeszłości fizyka klasyczna uczyła nas, że stanowimy rezultat naszych działań i doświadczeń. Podobnie otaczająca rzeczywistość – wszystko, czego dotykamy, co widzimy i czego doświadczamy – stanowi rezultat działania sił zewnętrznych. Patrzyliśmy na żywioły – powietrze, ziemię, ogień i wodę – jako siły natury, które ukształtowały znany nam świat. Jednakże fizycy kwantowi spoglądają *głębiej*. Badają najmniejsze cząstki istniejące we wszechświecie – fundament wszystkiego, co istnieje na tym świecie i w nas – i odkryli, że wszechświat może funkcjonować inaczej niż sądziliśmy.

Owo nowe zrozumienie, w jaki sposób działa nasz świat i jaką odgrywamy w nim rolę, pociąga za sobą przeogromne implikacje w odniesieniu do naszych związków. Fizyka kwantowa wiedzie nas

^{*} Amerykański serial telewizyjny o tematyce naukowej (przyp. tłum.).

ku zadaniu pytania nie tylko o to, kim jesteśmy, ale *dłaczego* jesteśmy i *w jaki sposób* oraz co to oznacza dla naszej przyszłości, naszego życia, a przede wszystkim – dla naszych związków.

Tylko lekko zaboli – otwórz się na podstawy fizyki kwantowej

Fizyka kwantowa niezaprzeczalnie jest skomplikowana, więc skupię się wyłącznie na podstawowych zasadach, które moim zdaniem stanowią fundament zmian w twoim związku. Dlatego nie martw się – nie musisz mieć doktoratu!

Nie zrozum mnie źle – uwielbiam tworzyć i stosować badania naukowe, ale nie jestem fizykiem kwantowym. Kiedy zaczynałam tę podróż, byłam wystraszona, ponieważ obawiałam się, że wiedza ta będzie dla mnie trudna do zrozumienia. Z tego powodu wyłożę wszystko możliwie najprostszym językiem. Przepraszam wszystkich fizyków kwantowych za to, że moje wyjaśnienia wydadzą się im za bardzo uproszczone. Moim celem jest przyswajalność, ponieważ wierzę, że z tych transformacyjnych idei możemy skorzystać wszyscy.

Teraz musisz tylko mieć otwarty umysł i wolę innego spojrzenia na życie. Poproszę cię, abyś popatrzył na świat i swoją rzeczywistość w sposób, który może wydać ci się nico dziwny. Pamiętaj – od tysięcy lat ludzie uważali, że „wiedzą” wszystko o życiu na Ziemi – dopóki nie nadeszło nowe pokolenie, które udowodniło, że wiedza poprzedniego pokolenia była błędna lub niekompletna. Nasze poglądy zapewne czeka podobny los. Nie bój się więc rozważyć swoich długo utrzymywanych przekonań, a nawet je zakwestionować.

Pamiętaj również, że będzie w porządku, jeżeli nie będziesz się zgadzał z przedstawionymi tu ideami. Nie musisz. Po prostu chciej

o nich myśleć, bawić się nimi i z dystansu spojrzeć na swoje życie, mając otwarty, poszukujący odpowiedzi umysł.

ZASADA FIZYKI KWANTOWEJ NR 1: WSZYSTKO JEST ENERGIA

Jesteś czystym potencjałem. Nie mam tu na myśli potencjału w sensie dosłownym, że posiadasz potencjał zmiany pracy, schudnięcia czy napisania bestsellera. Masz potencjał dokonania tego wszystkiego – jest to potężna, zmieniająca życie prawda, którą należy zaakceptować i w którą należy wierzyć. Ale jest coś więcej – na głębszym poziomie jesteś *czystą energią*, która nie może umrzeć, doznać uszczerbku ani zostać zniszczona.

Ta sama energia łączy cię ze wszystkim i z każdym z twojego otoczenia. Składasz się z tej samej energii co twój partner, sąsiad, kobieta po drugiej stronie globu, gwiazdy, a nawet wiatr! Granice, które postrzegasz między sobą a otaczającym cię światem, na poziomie kwantowym nie istnieją. Nie jesteś samotną wyspą. Jesteś falą na przepastnym oceanie inteligencji, mocy i mądrości.

Być może myślisz: „Wspaniale, że wszyscy jesteśmy istotami wypełnionymi energią potencjalną, ale co to tak naprawdę oznacza? I skoro mam w sobie tak wiele energii, dlaczego na koniec dnia jestem tak śmiertelnie zmęczony?”. Gdy używam słowa energia (i gdy używają go fizycy kwantowi), nie powinieneś go rozumieć w sposób, do jakiego przywykłeś, na przykład w wyrażeniu „Dzieci mają niespożytą energię” albo „Spożywanie chudego białka to dobry sposób na doenergetyzowanie”. Zamiast tego mam na myśli samo źródło życia, ocean czystej egzystencji, zawsze istniejący w nas i dookoła nas.

Energia istniejąca w nas i w każdym kawałeczku otaczającego nas świata znajduje się w nieustannym ruchu. Możesz to sobie wyobrazić jako miliardy tańczących, kołyszących się strun energii. Każda struna porusza się i wibruje w niepowtarzalny sposób i działa jak magnes, przyciągając struny o tej samej częstotliwości wibracji. Przyciąganie to rozciąga się po całej przestrzeni i czasie (ponieważ na poziomie kwantowym przestrzeń i czas nie istnieją). Kiedy te struny energii przyciągają się wzajemnie, tworzą kępki, a gdy zgromadzi się odpowiednia ilość energii, tworzy widzialną formę. To tak zwana masa.

Jeżeli termin *masa* wywołuje w tobie nieprzyjemne wspomnienia z sali do fizyki w szkole średniej, nie przejmuj się. Masę łatwo zdefiniować. Masa to energia (i na odwrót – energia to masa). Są tym samym, tyle że w innej formie. Wyobraź to sobie w ten sposób: masa to energia posiadająca formę, którą możemy dotknąć i zobaczyć, natomiast energia potencjalna to masa oczekująca na uformowanie.

Pomyśl, co to oznacza dla ciebie, twojego ciała i umysłu. Twoje ciało i każdy tworzący go fragment jest masą. Jest to twoja energia w formie fizycznej. Twoje myśli również są energią, lecz nie mają formy. Nie posiadają masy – istnieją w postaci energii. Twoje uczucia mogą być jednym i drugim. Nie możemy zobaczyć naszych aktualnych emocji, ale na pewno możemy zobaczyć ich manifestację w postaci uśmiechu albo zmarszczonych brwi, śmiechu czy łez. Wszystko to jest energią – *twoją energią*.

Nasza energia nie jest też w nas uwięziona. Nieustannie wylatuje we wszechświat i w bardzo namacalny sposób ma wpływ na świat nasz i otaczających nas ludzi. Dzieje się to za sprawą mocy naszego wzajemnego połączenia.

ZASADA FIZYKI KWANTOWEJ NR 2: WSZYSCY JESTEŚMY POŁĄCZENI

Majowie mieli tradycyjne pozdrowienie *In Lak'ech*, co znaczy „Jestem innym tobą”. Co za prosta, aczkolwiek potężna myśl! Chociaż Majowie zapewne nie mieli pojęcia o fizyce kwantowej, powiedzenie to doskonale oddaje jedną z jej podstawowych zasad: *Nie jesteś sam*. Słynny psychiatra i psychoterapeuta Carl Jung ujął to podobnie, choć nie tak zwięźle, gdy napisał: „Na ścieżce życia ciągle spotykamy siebie pod tysiącami postaci”. Inaczej mówiąc, mimo że czujesz się oddzielony od otaczającego cię świata, a czasami nawet od niego odizolowany, tak naprawdę jesteś połączony ze wszystkim i z każdą osobą z twojego otoczenia, zaś każda osoba, z którą wchodzisz w interakcję, ma potencjał, by czegoś cię nauczyć.

W naszej kulturze filozofia jedności jest niełatwa do zaakceptowania, zwłaszcza tam, gdzie indywidualizm i autonomia są wysoce respektowane (w szczególności wśród Amerykanów). Prawda jest jednak taka, że ludzkość może rozkwiąć właśnie dzięki jedności. Kiedy rodzaj ludzki pojawił się na tej planecie, jego przetrwanie zależało od łączących go wzajemnych więzi. Nasze przetrwanie zależało od innych ludzi w stopniu nie mniejszym niż od tlenu albo czystej wody. Potrzebowaliśmy siebie nawzajem dla ochrony, towarzystwa i przedłużania gatunku. W tamtych czasach nasza rzeczywistość była odzwierciedleniem braku oddzielenia między nami, które istnieje na poziomie kwantowym. Jednakże w miarę upływu czasu kolejne społeczeństwa zależały do siebie w coraz mniejszym stopniu. Przeszliśmy od życia w jaskiniach i wędrowek plemion Nomadów do życia w odrębnych szalasach, społecznościach, mieszkaniach, a w końcu

w wielkich domach, w których jesteśmy oddaleni od naszych rodzin o tysiące kilometrów. Krok po kroku zdolność do życia w oddzieleniu – przyjemność bycia samemu i definiowania siebie jako jednostek – stała się nie tylko normą kulturową, lecz również nagrodą.

Chociaż zasady indywidualizmu mogą być wygodne dla naszego ego (i choć mogą być ściśle powiązane z naszymi systemami przekonań), wielu współczesnych myślicieli obecnie podważa powszechnie występujące przekonanie o wzajemnym oddzieleniu ludzi. Co więcej, podważają również przekonanie o oddzieleniu ludzi od wszystkiego, co istnieje.

W fizyce kwantowej zasada mówiąca, że wszystko jest ze sobą połączone to tak zwana nielokalność. Mówi ona, że jedna cząstka energii może oddziaływać na drugą, nawet gdy w żaden sposób nie stykają się ze sobą, a nawet gdy są od siebie oddalone o miliardy kilometrów. Idee kwantowe takie jak ta tłumaczą zjawisko połączenia między ludźmi.

Ewolucja połączenia między ludźmi na poziomie energetycznym

W 1964 roku irlandzki fizyk John Stewart Bell opublikował krótki artykuł, w którym przyjął założenie, że małe cząstki – takie jak elektrony – mogą wykazywać natychmiastową koordynację (na przykład ruch jednego mógłby wywoływać ruch drugiego dokładnie w tym samym czasie), nawet przy dzielących je wielkich odległościach. Albert Einstein nie był zachwycony tą ideą – nazwał ją „upiornym działaniem na odległość”. Jednak analizy sugerowały zjawisko, które fizycy nazywają „splątaniem kwantowym”¹.

Austriacki fizyk Erwin Schrödinger był jednym z pierwszych, którzy poruszyli ideę splątania, zdawszy sobie sprawę, że dwie cząstki mogą się zachowywać tak, jakby były jedną, nawet jeśli dzieli je przestrzeń i czas. W rzeczywistości połączenie to może wciąż istnieć również wtedy, gdy jedna z tych cząstek już nie istnieje².

Na myśl o tym pewnie dostajesz oczopląsów! Pomyśl o tym w ten sposób: wiemy, że energii nie można stworzyć ani zniszczyć – ona po prostu *jest*. Jej *forma* może się jednak zmieniać. Zatem niezależnie od tego, gdzie znajdują się cząstki energii i jaką formę przybierają, jeżeli dwie cząstki są splątane, są tym samym. I nie ma znaczenia, że jedna znajduje się na Księżycu, a druga w Miami – jeśli jedna z nich wiruje, druga wskutek tego również. Jako że energia znajduje się we wszystkim i w każdym i istnieje w nieskończonej ilości form, można śmiało powiedzieć, że cząstki energii, z których jesteśmy zbudowani, mają w czasie i przestrzeni nieskończoną ilość splątań. Tego rodzaju łączność i koordynacja oznacza, że „jedność” jest czymś rzeczywistym. Dzięki splątaniu na poziomie kwantowym wszyscy jesteśmy *jednym*. Nie jesteśmy oddzielnymi istotami, unoszącymi się w przestrzeni jako niepołączone. Wszyscy składamy się z milionów molekuł o wspólnej przeszłości i przyszłości. Co za koncepcja!

Jeszcze wspanialsze jest zastosowanie koncepcji splątania do par. Siła energetycznego powiązania między partnerami może być tak intensywna, że dwa ciała mogą zachowywać się tak, jakby były jedną istotą.

Naukowcy z Uniwersytetu w Waszyngtonie chcieli zaobserwować zachowanie kochanków, więc poprosili wybrane pary o poddanie się testowi. Jeden z partnerów zostawał w sali, drugi zaś udawał się do innej części budynku. Następnie świecili latarką w oko pierwszego z partnerów, w tym samym czasie badając reakcje oczne i mózgowie drugiego. Zaobserwowali, że ośrodek wzroku w mózgu dru-

giego z partnerów reagował na działanie światła na oko pierwszego, mimo że partnerzy znajdowali się w dużej odległości od siebie i nie wiedzieli, co się działo w drugiej sali³¹!

Zasady fizyki klasycznej nie mogłyby wyjaśnić tej szokującej i poruszającej reakcji, jednakże fizyka kwantowa dysponuje prostym wyjaśnieniem: wszyscy jesteśmy połączeni i w każdej chwili wpływamy na otaczający nas świat. Nasza zdolność oddziaływania poprzez połączenie energetyczne zwana jest *koherencją*.

W jaki sposób wpływamy na energię naszych partnerów i naszą własną – koherencja i synchronizacja

Koherencja to łagodny, spokojny i pełen miłości stan zharmonizowania z sobą samym, który ma miejsce, gdy masz otwarte serce – nieco później powiem ci, jak ten stan osiągać. Kiedy znajdujesz się w stanie koherencji, twoje serce i umysł pracują razem w doskonałej harmonii. Nie ma w tobie zamieszania, a jedynie swobodny przepływ, gdy układy twojego organizmu wchodzi w stan zharmonizowania. Kiedy znajdujesz się w stanie koherencji, twoje układy są zharmonizowane i wibrują na najwyższej częstotliwości.

Jak dowiesz się z kolejnych rozdziałów, wysoka częstotliwość to klucz do wejścia na ścieżkę Kwantowej Miłości. Ma ona związek z wyższymi i szczęśliwszymi stanami świadomości, takimi jak radość, miłość czy wdzięczność. Koherentny stan energetyczny jest niezwykle korzystny również dla twojego ciała. Wspomaga układ odpornościowy, redukuje stres i sprawia, że masz świetne samopoczucie. I wreszcie – kiedy znajdujesz się w koherentnym stanie energetycznym, pozytywnie wpływasz na partnera i wasz związek. Jedną z kluczowych informacji zawartych w tej książce jest ta, iż *ty*

masz moc tworzyć i przekształcać krajobraz waszego związku w dowolny pożądaný sposób, po prostu tworząc zmianę najpierw w sobie. Kiedy masz otwarte serce i znajdujesz się w stanie koherencji, wkraczasz w Kwantową Miłość i dzięki fizyce kwantowej wprowadzasz w nią również swojego partnera i wasz związek. Istnieje sztuka wchodzenia w stan koherencji. Nauczę cię tego w rozdziale 4 (Zobowiązanie nr 1: Wezmę odpowiedzialność za energię, którą wnoszę do mojego związku).

Kiedy fizjologicznie i energetycznie znajdujesz się w stanie koherencji, dysponujesz takim poziomem jasności i mądrości, który jest niedostępny poza stanem koherencji. W większości przypadków, kiedy próbujemy znaleźć rozwiązanie problemu, czujemy się niespokojni albo zdenerwowani – z tego poziomu niełatwo jest znaleźć rozwiązanie. Wejście w stan koherencji daje ci dostęp do mądrości twojego prawdziwego ja. Może on również pozytywnie wpływać na energię twojego partnera poprzez proces zwany *synchronizacją*.

Zasada splątania pomaga nam zrozumieć, że wszyscy jesteśmy połączeni. Synchronizacja to rezultat splątania, forma koherencji, w której stan energetyczny jednego układu może wpływać na drugi. Może on istnieć tylko w nas, gdy serce bije nam szybciej, a oddech przyspiesza, albo też może rozciągać się poza nas i wpływać na naszego partnera.

Synchronizacja w działaniu

Mój mąż i ja właśnie się kłóciliśmy.

„Przecież ci o tym powiedziałam. *Wiedziałaś*. A mimo to...”

Czułam, jak włącza mi się reakcja obronna. To był odruch, który zdarzał mi się zbyt często, kiedy czułam się zagrożona albo sfrustrowana. Sam przedstawiał mi swój punkt widzenia, ale gdy zaczynałam

myśleć o tym, co mu odpowiedzieć, jego słowa ulatywały. W ogóle nie słuchałam tego, co mówił, tylko czekałam na swoją kolej.

To był mój typowy *modus operandi*. W kłótni nigdy nie ustępowałam. Jak większość moich postfeministycznych rówieśniczek, lubię mówić, że ogień wyssałam z mlekiem matki. Mama nauczyła mnie, bym nigdy nie pozwoliła mężczyźnie (ani nikomu innemu) kontrolować mnie i zawsze obstawała przy swoim. Dorastałam w przekonaniu, że niepodjęmowanie walki jest równoznaczne z tchórzostwem, natomiast zdolność przekonywania do swoich racji to oznaka siły. Uczyłam tego również swoje dzieci. W moim życiu i mojej rodzinie był to utrwalony wzorzec zachowań – obecny jest także w życiu wielu innych ludzi.

Energia między mną a Samem była ostra i napięta. Czuło się ją w tonie naszego głosu, języku ciała i dobieranych przez nas słowach – oczywiście w niczym to nie pomagało. Ale tym razem postanowiłam nie dać się wciągnąć w nawykowy wzorzec zachowań. Zestroiłam się z energią mojego ciała i poczułam napięcie w klatce piersiowej i na plecach. Kiedy uświadomiłam sobie, jak bardzo energia ta wzmacniała obecne we mnie napięcie, wywołując fizyczny dyskomfort i wzmagając moją postawę obronną, zrozumiałam, że żadne z nas nie poczuje się lepiej, dopóki nie wyjdziemy z tego szkodliwego stanu.

Po postanowiłam, że ten jeden raz, tytułem eksperymentu, wyjdę z trybu obronnego poprzez zwykle zrelaksowanie się i wejście w stan czystej, bezwarunkowej miłości do męża. Jest ona zawsze we mnie obecna, nawet gdy jestem na niego zła, nawet jeśli skrywa się pod warstwą żalu i defensywności. Nie dotykając go fizycznie ani nie zmieniając w żaden sposób swojej ekspresji, dotarłam do niego emocjonalnie. Pomyślałam, jak bardzo go kocham i że ta kłótnia

to szrama na naszym związku i jego historii. Otworzyłam na niego swoje serce. I pozwoliłam mu mówić.

Stało się coś dziwnego.

Nagle spojrzał na mnie, nieco zmieszany. A potem powiedział: „Zapomniałem, o czym mówiłem”. Musisz wiedzieć, że jedną z cech mojego męża, które mnie najbardziej pociągają, jest jego ostry jak brzytwa umysł. Z powodzeniem mógłby argumentować przed Sądem Najwyższym. Utrata wątku zatem była dla niego zjawiskiem niespotykanym. Jego ciało wyraźnie się rozluźniło. Twarz złagodniała, a ramiona opadły. Wyglądało to tak, jakby energia mojej miłości rozproszyła w nim całą złość i napięcie, mimo że nie wiedział, co się stało.

W fizyce kwantowej połączenie między Samem a mną, które umożliwiło tę zmianę, jest formą koherencji zwaną synchronizacją. Kiedy otworzyłam serce, osiągnęłam stan koherencji z samą sobą, a ponieważ Sam i ja jesteśmy energetycznie splątani, jego stan fizyczny zsynchronizował się z moim. Nasze energie uzyskały wibracyjną harmonię i pozwoliły nam połączyć się z naszym najwyższym ja. Nasza złość i napięcie fizyczne opadły, gdy oboje weszliśmy w połączenie oparte na miłości.

Koherencja i synchronizacja pokazują, jak głębokie i znaczące są naprawdę ludzkie związki. Nie jesteś połączony ze swoim partnerem tylko dlatego, że mieszkacie razem albo nosicie to samo nazwisko. Połączenie to nie ma też wyłącznie natury fizycznej ani mentalnej. W łączącej nas więzi jest coś dużo głębszego.

Okazuje się, że koherencja to klucz do stworzenia upragnionego życia i związku. Ty i twój partner jesteście połączeni ze sobą na najbardziej fundamentalnym poziomie. Nieustannie odbieracie i wysyłacie sobie nawzajem wiadomości, nawet gdy nie jesteście tego świadomi i gdy nie znajdujecie się w tym samym pokoju. Gdy twój

partner emituje negatywną energię, wpłynie to ujemnie na twój nastrój – jeżeli nie zostanie to rozwiązane, może nawet zniszczyć związek.

Wyobraź sobie, że kłócąc się z Samem, zamiast wejść w stan miłosnej koherencji, weszłam w stan intensywnej złości. Ta energia oczywiście dotarłaby do niego i prawdopodobnie odpowiedziałby tym samym. Ty i twój partner w sposób naturalny synchronizujecie poziom swoich energii – świadomi tego czy nie. Ale zbyt często poziom energii jest negatywny i bezproduktywny. Kiedy nauczysz się kontrolować swoją energię i efektywnie ją wykorzystywać, będziesz mógł pogłębić i wzmocnić łączącą was więź. Zdolność ta nie ma ograniczeń fizycznych ani czasoprzestrzennych. Nasza energia może oddziaływać wszędzie i manifestować się w sposób namacalny.

Takie połączenie daje nam cudowną zdolność tworzenia Kwantowej Miłości w naszym życiu.

ZASADA FIZYKI KWANTOWEJ NR 3: TY TWORZYSZ SWOJĄ RZECZYWISTOŚĆ

Gdybym cię spytała: „Co jest rzeczywiste”, odpowiedź na to pytanie mogłaby wydać ci się prosta. Mogłbyś odpowiedzieć: „Ja jestem rzeczywisty, ty jesteś rzeczywista, ten stół jest rzeczywisty, ten pokój jest rzeczywisty. Kwiat stojący w rogu pokoju jest rzeczywisty, herbata w naszych filiżankach jest rzeczywista i kot leżący na kanapie jest rzeczywisty. Wszystko, co widzimy, słyszymy, czujemy i dotykamy, jest rzeczywiste. Reszta to tylko wyobrażenia i wspomnienia”.

Czyżby? Pozwól, że posłużę się eksperymentem myślowym zaproponowanym przez Erwina Schrödingera w 1935 roku. Popro-

sił, by wyobrazić sobie kota zamkniętego w pudełku. Wewnątrz znajduje się również fiołka z trucizną i materiał radioaktywny. Jeżeli ten materiał radioaktywny rozpadnie się, fiołka z trucizną pęknie. To z kolei uśmierci kota (biedny kot; nie przejmuj się – to wszystko dzieje się na niby).

Następnie Schrödinger postawił pytanie: Kot jest żywy czy martwy? Wszyscy znajdujemy się na zewnątrz pudełka, więc jedynym sposobem na upewnienie się, czy kot żyje, byłoby otwarcie pudełka i obserwacja: „Tak, fiołka pękła, kot nie żyje” albo „Nie, fiołka nie pękła, kot nadal żyje”. Schrödinger powiedział jednak, że dopóki nie otworzymy pudełka, kot będzie żywy *i* martwy jednocześnie. Żaden z rezultatów nie został wyeliminowany, dlatego istnieją obie możliwości⁴.

Podobnie jest z naszą rzeczywistością. Tylko po otwarciu pudełka moglibyśmy powiedzieć: „Tak, kot żyje”. Jeżeli nie zajrzymy do pudełka, życie i śmierć będą potencjalnie współistniały. Czy zatem kot przeżyje i miauknie następnego dnia? To zależy od ciebie.

Pozwól, że zapytam ponownie: „Co jest rzeczywiste?”. Odpowiedź brzmi: *to, co wybierzesz*. Wybieramy naszą rzeczywistość. To my dowodzimy. My decydujemy.

Twoje osobiste vibracje zadecydują o tym, jaki świat stworzysz. Kiedy jesteś zły, najprawdopodobniej stworzysz więcej sytuacji, które podtrzymają twoją złość, ponieważ energia tej emocji przyciąga rzeczy i zdarzenia pozostające z nią w wibracyjnej zgodności. Wszystko, co się znajduje w twoim materialnym świecie, w jakiś sposób ucieleśnia twoje osobiste vibracje. Inaczej mówiąc, niezależnie od tego, jaka jest twoja historia, twoja energia prawdopodobnie pracuje tak, by dowieść, że to prawda.

Obserwacja świata zmienia świat

A gdybym ci powiedziała, że w każdej chwili wszechświat jest stwarzany dla ciebie, przez ciebie, dosłownie na twoich oczach? Brzmi niedorzecznie, ale to prawda.

Wszystko w świecie fizycznym składa się z atomów. Czy one są? Naukowcy odkryli, że w 99,9999999999 procentach są pustą przestrzenią. Nie jest to jednak całkowicie pusta przestrzeń, niewypelniona niczym próżnia. Jest ona wypełniona potencjałem, energią i informacjami. Jest to pula możliwości oczekująca na uformowanie i nabranie dla nas kształtów. Jest to pole kwantowe.

Naukowcy odkryli nawet, że materia istnieje tylko wtedy, gdy jest obserwowana. Atomy przybierają kształt, kiedy skupiamy na nich swoją uwagę, a kiedy tego nie robimy, wracają do swego pierwotnego stanu czystej energii i potencjału. Wszechświat dosłownie jest stwarzany *dla* nas i, jak udowadnia fizyka kwantowa, jest on również stwarzany *przez* nas, ponieważ nasze oczekiwania i przekonania na temat świata mają moc nadawania kształtu temu, co widzimy, lub określania, czy w ogóle to widzimy.

W przeszłości wierzyliśmy w paradygmat obserwator-obserwowane. W świat i osobę go obserwującą. Jedno i drugie w żaden sposób nie było ze sobą powiązane. Naukowcy uważali, że mogą analizować obiekty i przeprowadzać badania, nie wpływając na wyniki eksperymentów. W związku z tym ich odkrycia były całkowicie niepodważalne i wiarygodne.

Dziś wiemy, że to oczywiście nieprawda – zarówno w odniesieniu do ludzi (na osoby badane zawsze ma wpływ wiedza, stąd potrzeba istnienia grup kontrolnych i grup placebo), jak również w odniesieniu do przedmiotów badań niebędących ludźmi. Obejmuje to również poziom kwantowy; podział na obserwatora i przedmiot

obserwacji nie jest słuszny nawet w odniesieniu do elektronów na poziomie subatomowym.

Fizyk Fred Alan Wolf ogłosił, że wszechświat nie istnieje bez osoby postrzegającej. Brzmi to niewiarygodnie, ale badania na polu fizyki kwantowej potwierdzają jego słowa. Najlepszym tego przykładem jest tak zwane doświadczenie Younga, po raz pierwszy przeprowadzone w Instytucie Nauki Weizmanna i powtórzone setki – jeśli nie tysiące – razy na całym świecie.

Naukowcy z Instytutu Nauki Weizmanna stworzyli małą przesłonę z dwoma otworami. Następnie wystrzelili w jej kierunku cząstki (małe kawałeczki materii) i sprawdzali, jak zachowywały się po drugiej stronie przesłony. Cząstki – co oczywiste – przelatywały przez obydwa otwory, pozostawiając czysty, regularny wzorec jako dowód swej trajektorii. Potem naukowcy przepuścili przez przesłonę fale. Zauważyli, że fale interferowały ze sobą i za przesłoną tworzyły „wzorec interferencyjny”. W tym przypadku również było to sensowne dla fizyków, ponieważ fale nakładały się (tak jak to się dzieje w przyrodzie), stąd nie mogły zachowywać się jak cząstki.

Następnie przepuścili przez tę przesłonę elektrony, spodziewając się, że będą zachowywały się jak cząstki i wytworzą czysty, regularny wzorec (elektron to cząstka subatomowa, obdarzona ładunkiem ujemnym). Nie zostały jednak wyraźnego, przewidywalnego wzorca. Jak to możliwe? Najpierw naukowcy zastanawiali się, czy przypadkiem elektrony nie interferowały ze sobą, więc postanowili przepuścić przez przesłonę tylko jeden elektron. Okazało się, że elektron nadal zostawiał wzorec interferencyjny – jakby interferował sam ze sobą!

Pragnęli dowiedzieć się więcej, zatem postanowili stworzyć urządzenie, które mogłoby rejestrować zachowanie elektronu w momencie przechodzenia przez przesłonę. Ku swemu ogromnemu zdziwieniu odkryli, że gdy elektron był poddany obserwacji, *przestał* zachowywać się jak fala,

a zaczął zachowywać się jak cząstka i zamiast wzorca interferencyjnego pozostawiał po sobie wzorec charakterystyczny dla cząstek. Fizycy byli zdumieni, ponieważ wyniki eksperymentów wykazały, iż sam fakt obserwacji dosłownie zmienił zachowanie elektronu, jak gdyby był świadomy, że jest obserwowany i z tego powodu postanowił zmienić formę⁵!

Co to tak naprawdę oznacza? Ja oraz wielu innych naukowców i nauczycieli uważamy, że oznacza to, iż w istocie to my sami kreujemy rzeczywistość swojego życia i swoich związków. Rzecz jasna – wszyscy wiemy, że tworzymy naszą *percepcję* rzeczywistości. Zgadza się również, że wybrany przez nas sposób intelektualnej i emocjonalnej interpretacji różnych wydarzeń tworzy nasze życiowe doświadczenia. Zajmiemy się tym bliżej w kolejnych rozdziałach. W tym miejscu chcę tylko podkreślić, że idea ta stanowi naukowe podłoże dla Prawa Przyciągania i *Sekretu*. W każdej milisekundzie kreujemy naszą rzeczywistość. Nawet małe cząstki materii w sensie dosłownym reagują na nasze spojrzenie i wskutek tego inaczej się zachowują. Jesteśmy architektami świata, który każdego dnia widzimy dookoła nas.

Faktycznie – kontrolujemy naszą rzeczywistość przede wszystkim w takim stopniu, iż wybieramy jedną rzeczywistość, a ignorujemy drugą. I robimy to w każdej milisekundzie. Nawet jeśli myślimy „zdarza się” albo że „świat jest, jaki jest”, prawda jest taka, iż mogliśmy wybierać z całego mnóstwa różnorodnych możliwości. Mogłeś wybrać całkowicie odmienną rzeczywistość... tak jak i teraz*.

Istnieje nieskończenie wiele rzeczywistości

U milionów kobiet diagnozuje się raka piersi. Jednakże sposób, w jaki ja przeżyłam to doświadczenie, nie był taki sam jak w przy-

* Ciekawe spostrzeżenia na ten temat w swojej książce zatytułowanej "Jesteś tym, czym są Twoje myśli" zawarła Małgorzata Wójcik. Publikację można nabyć w sklepie www.talizman.pl (przyp. wyd. pol.).

padku innych kobiet, nawet tych, którym postawiono identyczną diagnozę i tak samo leczono. Każda z nas przepuściła swoje doświadczenie przez filtr systemu przekonań i oczekiwań, podobnie jak członkowie naszych rodzin i znajomi. Każdy z moich synów czuł się inaczej z powodu mojej diagnozy i w inny sposób zareagował, podobnie jak mój mąż. Inaczej mówiąc – wszyscy doświadczyliśmy innej rzeczywistości.

Niezależnie od tego, czy zdajemy sobie z tego sprawę czy nie, jest to fizyka kwantowa w praktyce. Gdyby rzeczywistość była jak kamień, wszyscy członkowie mojej rodziny w taki sam sposób przeżyliby doświadczenie rozpoznania u mnie raka. Ale tak po prostu nie jest. Ze świadomości tej prawdy wynika cudowna wolność: twoja rzeczywistość jest plastyczna, a ty posiadasz moc jej kontrolowania.

Przeprowadzono mnóstwo badań naukowych, które pozwoliły wyjaśnić wpływ ludzkich myśli na świat materialny. Japoński naukowiec, dr Masaru Emoto, większość kariery poświęcił na badanie wody i zmian molekularnych zachodzących w zamarzających kropelach wody. Dr Emoto chciał się przekonać, czy czynniki zewnętrzne mogą zmieniać kształt przybierany przez kryształki wody. Mówiąc konkretnie, chciał zbadać, czy ludzka świadomość i intencja mogą *zmieniać* strukturę molekularną wody. Czy woda może *reagować* na energię ludzkich myśli i uczuć?

Aby to zbadać, dr Emoto fotografował molekuly wody po skryzalizowaniu. Jednak przed wykonaniem zdjęć kierował ku różnym kropelkom różne energie: ku jednym muzykę Beethovena, ku innym – Metalliki. Na jedne działał emocjami takimi jak gniew albo obrazami ludzi, na przykład Adolfa Hitlera, zaś w odniesieniu do innych myślał o pokoju albo o ludziach takich jak Matka Teresa i kierował ku nim pozytywną energię, jaką te obrazy w nim wywoływały. Zdumiewające jest to, iż wykonane przez niego fotografie wykazywa-

ły, że woda zdaje się inaczej reagować na pozytywne i negatywne myśli oraz na harmonijną i kakofoniczną muzykę. Woda, na którą oddziaływał skupieniem na wdzięczności i pokoju, formowała się w piękne, niemal symetryczne kształty. Woda, która odbierała energię gniewu, zdrady i mordu, układała się w nieregularne, czarne i poszarpane kryształy⁶.

Ciało człowieka w większości składa się z wody. Pomyśl, co pozytywne i negatywne intencje i emocje zrobiły kropelkom wody. Wyobraź sobie taką samą zmianę molekularną zachodzącą w twoim ciele – każdego dnia i za każdym razem, kiedy dajesz się ponieść emocjom takim jak gniew, czy uczuciom takim jak bezwartościowość albo beznadzieja. A teraz wyobraź sobie wibracje tej potężnej energii, wpływające na twojego partnera.

Życie to nie chaos, nad którym nie masz żadnej kontroli. Twój związek nie jest beznadziejny. Twoje życie seksualne nie musi być pozbawione namiętności. Możesz decydować, jakiego życia i związku pragniesz. Redagujesz swoją rzeczywistość. Możesz tworzyć życie, jakiego pragniesz. Gdy już zrozumiesz, że możesz zmieniać swoją rzeczywistość za pomocą swojej energii, zaczniesz uświadamiać sobie, że twoje ograniczające przekonania i bolesne wspomnienia są nie tylko nieprzyjemne, lecz w rzeczywistości uniemożliwiają ci życie, jakiego pragniesz.

Te trzy zasady kwantowe – że wszyscy jesteśmy energią, że wszyscy jesteśmy połączeni i że kreujemy naszą rzeczywistość – tworzą podstawy Kwantowej Miłości. Pokazują nam one, że wszystko jest możliwe oraz że mamy moc kształtowania i przekształcania naszego życia i naszych związków za pomocą naszego osobistego pola energetycznego oraz siły energetycznego połączenia z partnerem.

Aby zacząć korzystać z tej mocy, najpierw musimy zrozumieć ograniczenia, które tak długo utrzymywały nas w nieświadomości.

PRAWDA NA TEMAT NASZYCH PIĘCIU ZMYŚLÓW

Być może teraz myślisz: jak to wszystko jest możliwe? Kot jest żywy i martwy, woda reaguje na muzykę, a ludzie mogą powstrzymać przestępczość myślami? Czy to wszystko prawda?

Nie ma nic złego w tym, że wszystko to brzmi odrobinę niedorzecznie. Przecież sprzeciwia się to wszystkiemu, w czym dorastaliśmy. Jak każdy nowy paradygmat myślowy, jest on trudny do zaakceptowania, szczególnie że sam paradygmat mówi nam, że „nie ma paradygmatu”.

Chaos pogłębia jeszcze fakt, iż nie jesteśmy w stanie zobaczyć ani doświadczyć większości otaczającego nas wszechświata. John Maunsell, neuronaukowiec z Harvardu, mówi: „Ludzie myślą, że widzą to, co istnieje, ale to nieprawda”. Ma rację. Wszystkie informacje docierające do nas za pośrednictwem oczu, uszu, nosa, języka i skóry – a zgodnie z szacunkami naukowców każdego dnia odbieramy *miliardy* bitów informacji – muszą być filtrowane przez nasze mózgi, byśmy mogli świadomie je postrzegać. W celu zarządzania ilością bodźców, jaką musi przetworzyć, mózg tworzy wzorce, nastawienie i uogólnienia, które łączą ze sobą informacje w sposób umożliwiający ich przetworzenie. Czasami zniekształca informacje, by się wpasowały, a czasami całkowicie je usuwa. Twój mózg *wybiera*, na czym skupisz swoją uwagę w oparciu o to, co uważa za ważne. W ten sposób widzisz to, co chcesz widzieć, co możesz widzieć i co manifestujesz. Twoje zmysły kształtują twoją rzeczywistość, a następnie mówią ci, że to jedyna istniejąca rzeczywistość.

Jednakże twoja rzeczywistość nie jest jedyną dostępną rzeczywistością. Tak naprawdę istnieje nieskończenie wiele dostępnych ci rzeczywistości. Chociaż masz do dyspozycji 400 miliardów bitów