



Ο πρώην ειδικός υπολογιστών στην Wall Street ένωσε να χάνει τη γη κάτω από τα πόδια του, όταν οι γιατροί του ανακοίνωσαν ότι του μένουν μόλις δύο μήνες ζωής. Μετά από επέμβαση, διαπίστωσαν ότι ο καρκίνος του νωτιαίου μυελού από τον οποίο έπασχε, δεν υπήρχε τρόπος να νικηθεί. Ο ίδιος ο ασθενής όμως είχε άλλη άποψη. Έψαξε, ταξίδεψε, μυήθηκε κι ανακάλυψε -όχι πώς να νικήσει τον καρκίνο- αλλά ποιος πραγματικά είναι και τι επιθυμεί στη ζωή του. Αυτή η γνώση και η εφαρμογή της στη νέα πραγματικότητα που έγινε η ζωή του νίκησαν όχι μόνο τον καρκίνο, αλλά κάθε κακή σκέψη που μπορούσε να πληγώσει το σώμα του! Από τότε, με πλήθος σεμιναρίων σε 22 χώρες του κόσμου και με τα βιβλία του προσπαθεί να μάς πείσει ότι «Όλα μπορούν να θεραπευθούν». Ο Brofman υποστηρίζει ότι το σώμα μας είναι ο καθρέφτης της ζωής μας. Τα μέρη του σώματός μας που δεν λειτουργούν καλά απεικονίζουν τα μέρη της ζωής μας που δεν λειτουργούν καλά.

☛ **Τα βιβλία σας είναι γεμάτα ελπίδα. Τόση ελπίδα για τόσο δύσκολα θέματα... δεν είναι «επικίνδυνα»;**

Και η δική μου περίπτωση ήταν δύσκολη. Είχα διαγνωσθεί με καρκίνο στο νωτιαίο μυελό στο τελικό στάδιο, όταν ήμουν 34 και οι γιατροί μου είχαν δώσει μόνο 2 μήνες ζωής. Ξεπερνώντας το δικό μου πρόβλημα με επιτυχία, και δουλεύοντας τόσα χρόνια με δεκάδες χιλιάδες άλλους ανθρώπους, από τους οποίους κάποιοι είχαν αξιοσημείωτα θετικά αποτελέσματα, βλέπω τι είναι πιθανό και προτιμώ να δίνω στους ανθρώπους ελπίδα από το να τους αποθαρρύνω. Αν οι άνθρωποι πιστεύουν ότι είναι πιθανό, η μόνη ερώτηση που μένει είναι «τι πρέπει να κάνω;» Ο κίνδυνος ελλοχεύει μόνο στους ανθρώπους που δεν αναρωτιούνται ποιες είναι οι πιθανές λύσεις στο πρόβλημά τους.

☛ **Τι αποκομίσατε από την προσωπική σας περιπέτεια;**

Έμαθα τη σημασία του να είσαι ευτυχισμένος, κάνοντας πράγματα που σε κάνουν ευτυχισμένο, να εμπιστευτείς και να είσαι ειλικρινής με τον εαυτό σου. Δείξε μου κάποιον με πρόβλημα υγείας και θα σου δείξω κάποιον που τον στενοχωρεί κάτι. Έμαθα ακόμα τη σημασία της

# Έχετε μόνο ένα σώμα - φροντίστε το!

Ο Martin Brofman Phd, πριν από πολλά χρόνια κατάφερε να νικήσει τον καρκίνο ανακαλύπτοντας ποιος πραγματικά είναι ο ίδιος κι αποδεχόμενος τις πραγματικές του επιθυμίες. Ακούγεται αφελές; Διαβάστε παρακάτω πώς.



αγάπης και πως οι κοινωνικές αξίες (η επιτυχία στη δουλειά, η οικονομική αναβάθμιση κ.λπ.) συχνά μπορούν να εκτοπίσουν ό,τι είναι πραγματικά σημαντικό για εμάς. Η δουλειά μας υποστηρίζει τη ζωή μας. Η ζωή μας όμως είναι το κύριο γεγονός και δεν πρέπει να περιστρέφεται γύρω από τη δουλειά μας.

Έμαθα ότι εμείς δημιουργούμε την πραγματικότητά μας σύμφωνα με τα «πιστεύω» μας. Πρέπει λοιπόν, να αλλάξουμε τα «πιστεύω» μας, προκειμένου να αλλάξουμε την πραγματικότητά μας.

## ΤΑ ΤΣΑΚΡΑΣ

☛ **Τι είναι τα τσάκρας και γιατί είναι τόσο σημαντικά για την υγεία μας;**

Τσάκρας είναι σανσκριτική λέξη που σημαίνει τροχός ή δίνη και αναφέρεται σε κάθε ένα από τα επτά ενεργειακά κέντρα που συνθέτουν τη συνείδησή μας, το ενεργειακό μας σύστημα. Τα τσάκρας, τα ενεργειακά κέντρα, λειτουργούν σαν αντλίες ή βαλβίδες που ρυθμίζουν τη ροή της ενέργειας μέσα από το ενεργειακό μας σύστημα. Η λειτουργία των τσάκρας αντανάκλα τις αποφάσεις που παίρνουμε, υπολογίζοντας το πώς αντιδρούμε στις συνθήκες της ζωής μας. Ανοιγοκλείνουμε αυτές τις βαλβίδες κάθε φορά που σκεφτόμαστε, νιώθουμε ή αποφασίζουμε κάτι. Τα τσάκρας δεν είναι απτά. Πρόκειται

για πτυχές της συνείδησης, όπως η αύρα. Όμως τα τσάκρας είναι πιο πυκνά από την αύρα, αλλά λιγότερο πυκνά από το φυσικό μας σώμα. Αλληλεπιδρούν με το σώμα μας μέσω δύο τεραστίων οχημάτων, του ενδοκρινικού συστήματος και του νευρικού συστήματος.

Όλες οι αισθήσεις μας, όλες οι αντιλήψεις μας, όλες οι πιθανές καταστάσεις επίγνωσης, όλα όσα είναι πιθανά να ζήσουμε, μπορεί να διαιρεθούν σε επτά κατηγορίες. Κάθε κατηγορία μπορεί να σχετισθεί με ένα συγκεκριμένο τσάκρας. Έτσι, τα τσάκρας δεν αντιπροσωπεύουν μόνο κάποιο συγκεκριμένο σημείο του σώματός μας αλλά και συγκεκριμένα σημεία της συνείδησής μας.

Όταν είμαστε αγχωμένοι, ανάλογα με την αιτία θα το νιώσουμε στο σώμα μας στο σημείο που επικοινωνεί το συγκεκριμένο τσάκρας. Αν αυτό το άγχος διαρκέσει πολύ, θα μάς δημιουργήσει ένα σωματικό σύμπτωμα. Το σύμπτωμα μάς «ειδοποιεί» για το πρόβλημα στην πραγματικότητά μας και το μεταφορικό του νόημα γίνεται προφανές, όταν το περιγράψουμε. Για παράδειγμα, «δεν μπορώ να περπατήσω» μπορεί να σημαίνει ότι δεν μπορώ να ξεφύγω από μια δυσάρεστη κατάσταση. Αν αλλάξουμε αυτή την κατάσταση, αν πάρουμε το μήνυμα και αντιδράσουμε, το σύμπτωμα απλώς θα υποχωρήσει ή θα εξαφανισθεί, ανάλογα με το τι πιστεύει ο καθένας μας ότι είναι πιθανό να συμβεί. Φυσικά, πιστεύουμε ότι τα πάντα είναι δυνατά.

## Η ΘΕΡΑΠΕΙΑ

👉 **Πραγματικά πιστεύετε ότι όλοι μπορούν να θεραπευτούν;**

Πιστεύω ότι υπάρχει η πιθανότητα, και είναι εφικτό δημιουργώντας ή επιτρέποντας τις απαραίτητες αλλαγές στη συνείδηση και κατανοώντας το μήνυμα του συμπτώματος.

👉 **Σε ποιες περιπτώσεις δεν μπορεί κάποιος να θεραπευτεί;**

Αν ο θεραπευτής δεν πιστεύει ότι μπορεί να θεραπεύσει κάποιον, ή ο ασθενής διατηρεί την αντίληψη ότι δεν είναι δυνατόν να θεραπευτεί ή αν με κάποιον άλλο τρόπο δημιουργεί αντιστάσεις στη θεραπεία...

👉 **Ποια είναι η μεγαλύτερη δύναμη;**

Εργάζομαι με τη σκέψη ότι όλα ξεκινούν από τη συνείδηση. Σε ό,τι με αφορά, αντιλαμβάνομαι την συνείδηση σαν τη μεγαλύτερη δύναμη στο σύμπαν. Αν με ρωτάς για τον Θεό, θα έλεγα ότι πιστεύω σε έναν εγγενή Θεό (ή Θεά) μέσα μας. Άλλωστε, αν ο Θεός είναι παντού, τότε Αυτός/Αυτή/Αυτό υπάρχει στο βαθύ σημείο του ποιο είμαστε.

👉 **Πιστεύετε ότι η επιστήμη μπορεί να μάς βοηθήσει;**

Εκτιμώ την επιστήμη με τη σκέψη ότι τελικά μάς δείχνει τον δρόμο για να αντιληφθούμε τη φύση της συνείδησης. Σύμφωνα με την Κβαντική Θεωρία για παράδειγμα, ο παρατηρητής ενός γεγονότος επηρεάζει το γεγονός, ανάλογα με το πώς το παρατηρεί – αποδεικνύοντας τη δύναμη της συνείδησης πάνω στα γεγονότα του φυσικού κόσμου. Αυτό ενισχύει την άποψη ότι οι αντιλήψεις μας δημιουργούν την πραγματικότητα μας. Πάνω απ' όλα είμαστε πνευματικά Όντα που υπάρχουν σε ένα φυσικό Σύμπαν – έτσι όσο περισσότερο κατανοούμε και τα δύο και το πώς αλληλεπιδρούν τόσο περισ-

σότερο καταλαβαίνουμε τους εαυτούς μας και την πραγματική φύση του ποιο είμαστε.

👉 **Μπορείτε να μάς διδάξετε ένα κόλπο, έναν έξυπνο τρόπο να θεραπεύσουμε τον εαυτό μας;**

Πίστεψε ότι μπορείς να το κάνεις και επίμενε. Άλλαξε τη γνώμη σου γύρω από κάποιο ζήτημα. Απελευθέρωσε την ένταση από τα συναισθήματα που δημιουργούν το σύμπτωμα κι εκείνο δεν θα έχει πια λόγο ύπαρξης. Ξέρω ότι η απελευθέρωση μπορεί να είναι άμεση ή σταδιακή, αλλά πάντα ξέρω ότι είναι δυνατή.



## Η ΕΥΤΥΧΙΑ

👉 **Ποιος είναι ο νούμερο ένα κανόνας για μια ευτυχισμένη ζωή;**

Θα έλεγα ότι είναι τρεις κι όχι ένας:

**A. Ζήσε την αλήθεια σου.**

**B. Κάνε ό,τι σε κάνει ευτυχισμένο.**

**C. Εμπιστεύσου το ταξίδι σου.**

👉 **Πείτε μου ποιο είναι το πρώτο πράγμα που κάνετε όταν ξυπνάτε το πρωί και το τελευταίο πριν πέσετε για ύπνο.**

Το πρώτο πράγμα που κάνω το πρωί είναι να φιλήσω τη γυναίκα μου και το γιο μου και να φάω ένα καλό πρωινό. Συχνά ακολουθεί διαλογισμός μαζί με τη γυναίκα μου. Το τελευταίο πράγμα που κάνω πριν κοιμηθώ είναι να φιλήσω το γιο μου για καληνύχτα και να με πάρει ο ύπνος νιώθοντας την επαφή με τη γυναίκα μου.

👉 **Έχετε μια κρυφή επιθυμία; Νικήσατε τον καρκίνο και ζείτε υγιής κι εύχομαι ευτυχισμένος. Τι άλλο επιθυμείτε;**

Λοιπόν, θα ήταν ωραίο να κερδίσω το Νόμπελ.

Τέλος πάντων... θα ήθελα να δω τις ιδέες μου να κάνουν το γύρο του κόσμου, έτσι ώστε όταν θα φύγω, αυτές οι ιδέες να παραμείνουν για να επωφεληθούν όσοι ζουν.

### INFO

Ο Martin Brofman τον Μάιο θα βρίσκεται στην Ελλάδα για το σεμινάριο «Ο καθρέφτης του σώματος». Αναζητήστε περισσότερες πληροφορίες για τα βιβλία του, τα σεμινάρια αλλά και τη ζωή του στις ιστοσελίδες: [www.dioptra.gr](http://www.dioptra.gr), <http://www.healer.ch>

