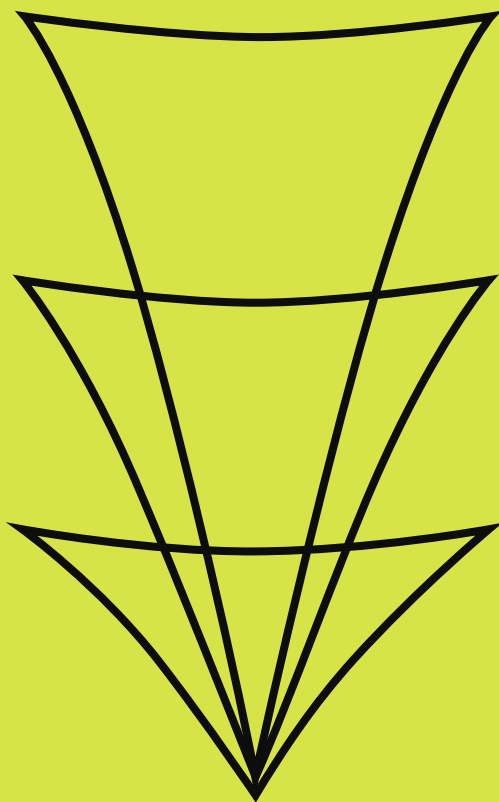


Anne Linnamägi

KVANTJOOGA



Energiakoodid infoväljas
kehale, hingele ja vaimule

Anne Linnamägi

KVANTJOOGA

Energiakoodid infoväljas
kehale, hingele ja vaimule



Loovuse Kool
2018

Trükitud trükikojas AS Pajo

ISBN 978-9949-9272-1-0

SISUKORD

SISSEJUHATUS	4
1. ENERGIAKOODID INFOVÄLJAS	6
2. ENERGIAKOODIDE KASUTAMINE	9
3. KVANTJOOGA	11
4. ENERGIAKOODIDE JOONISED JA JUHENDID	12
Tuleviku rikastamine. Joonis 1	12,13
Sisemine rahu ja tasakaal. Joonis 2	14,15
Elurõõmu suurendamine Joonis 3	16,17
Õnneseisundi saavutamine. Joonis 4	18,19
Immuunsüsteemi tugevdamine. Joonis 5	20,21
Tuule harmoneerimine.	
Elumuutustega kaasaminek. Joonis 6	22,23
Vere puhastamine. Joonis 7	24,25
Nägemise parandamine.	
Silmade tugevdamine. Joonis 8	26,27
Maksa puhastamine.	
Loovideede teke. Joonis 9	28,29
Liigeste tugevdamine. Joonis 10	30,31
Keha ja hinge valu vaigistamine. Joonis 11	32,33
Joogivee ja kehas oleva vee puhastamine.	
Joonis 12	34,35
Toidu sobivaks muutmine.	
Kehakaalu vähendamine. Joonis 13	36,37
Energiakood peavalu leevendamiseks. Joonis 14...	38,39
Nooruse geeni aktiveerimine. Joonis 15	40,41
Lootuse väestamine. Joonis 16	42,43
Ühtsus oma eluülesandega. Joonis 17	44,45
Vaimne avardumine. Joonis 18	46,47
Universaalne armastus. Joonis 19	48,49
Kontakti loomine ühtsusteadvusega. Joonis 20 ...	50,51
AUTORIST. MINU LÜHILUGU	52

SISSEJUHATUS

See raamat on mõeldud kõigile, kes tahavad osa saada infoväljast saadud infomustrite saladusest ja mõjujõust meie kehale, hingele ja vaimule.

Väli, mis meid ümbritseb ja läbistab, on täis energiamustreid. Algselt hakkasin ma tunnetama ja nägema inimeste energiaväljade mustreid ja nende järgi määrama inimeste põhiloomust. Energiamustrid ilmusid nende peopesale, keda vaatlesin. Kirjutasin sellest ka artikli ajakirjas „Avanemine“ aastal 2000, nr 7. Õigepea ei olnud mul välja vaatlemisel kätt enam vaja, keskendusin lihtsalt teise inimese energiaväljale ja nägin ja tunnetasin sealt tulevat igakülgset informatsiooni, mida kajastan oma raamatus „Kvantnägemine II osa. Kontakt tervendava eluenergiaga“. Kvantnägemisega kaasneb võime näha energiamustreid kõikjal ja kõiges ning nende tähendust lahti mõtestada. Fokuseerides oma tähelepanu ka puule, taimele, kivile, tähele, taevale jms ilmuvad kõikjalt energiamustrid. Rannakividest välja kiirgavaid energiamustreid ja nende tervendavat toimet kajastab minu raamat „Kvantnägemine I osa. Tervendavad rannakivid“.

Laiema ja ka abstraktsema tähendusega infovälja mustrid, mida saan vastusena konkreetsele küsimusele, hakkasid mulle ilmuma mõned aastad tagasi. Mul tarvitseb vaid mõelda, esitada, küsimus ja vastus tuleb silmapilkselt infomustrina. Tavaliselt küsin energiakoodi, sest see on võti, mis käivitab teatud protsessi, millega parasjagu tegelen. Sulen silmad ja lõdvestun, esitan näiteks küsimuse selle kohta, kuidas saavutada ühtsus oma eluülesandega. Kinniste silmade ette ilmub infomuster, mida kajastab joonis 17.

Küsid *nägemise parandamise* energiakoodi, ilmub koheselt infomuster, mida on näha joonisel 8 jne.

Kvantinformatsiooni on võimalik edasi kanda silmapilkselt.

Infomustrid on universaalsed ja unikaalsed. Infoväljas on olemas info kõige olnud ja oleva kohta siin maailmas. Seetõttu võib saada infoväljast vastuseid mistahes küsimustele.

Raamatus on ära toodud 20 energiakoodi. Iga koodi juures on juhend kasutamise kohta, valida saab kas meditatsiooni või kvantjooga vahel. Antakse ülevaade infomustri tervendavast toimest ja mõjust ning millal, millise enesetunde või vaevuse korral seda kasutada.

Lisaks keha ja hinge tervendavatele koodidele on filosoofilisemat laadi meie elu ja elutee tähendusega seotud infomustrid nagu joonisel 18 *vaimne avardumine*, joonisel 19 *universaalne armastus*, joonisel 20 *kontakti loomine ühtsusteadvusega* jne.

Raamatus ära toodud energiakoodid aitavad igakülselt parandada meie heaolu ja tervist, mõtestada lahti oma elu ja eluülesannet. Kasutan ka ise neid valikuliselt igal hommikul, tehes kvantjoogat 3-4 energiakoodile ja päeval lisaks meditatsiooni ühele energiakoodile, mida ma valin välja vastavalt oma enesetundele ja vajadusele just sellel päeval.

Soovitan ka teil lisaks tavalisele hommikvõimlemisele teha kvantjoogat mõnele nendest energiakoodidest ja te saate värskendavat energiat ja alateadvuses vastuseid oma küsimustele. Head võimalused saabuvad ellu ootamatult ja üllatuslikult, elu muutub värvikamaks, päevadesse lisandub sisemist rahu ning elurõõmu.

1. ENERGIAKOODID INFOVÄLJAS

Meid ümbritseb infoväli, mis avaldab infot erineval viisil ja millega võib suhelda mitmel moel. Üks võimalus on minna otse kontakti infoväljas olevate mustritega. Infoväljas on kogu olemasolev info säilitatud infomustritena.

Kvantfüüsika järgi eksisteerib füüsilise maailma pinna mittefüüsiline tegelikkus, mida võib nimetada informatsiooniks, teadvuseks või intelligentsusväljaks.

Energiaväljas on peidetud salajane info, mille üheks väljundiks on tähenduslikud ja mõju avaldavad energiakoodid erinevate energiamustrite näol.

Kui ajaloo kulg on sageli sõltunud koodide loomisest ja nende lahti murdmisest, siis infovälja koode ei looda, need on väljas alati olemas ja kättesaadavad neile, kelle tunnetus võimaldab kontakti saada selle infoga ja näha väljas toimuvat. Tihtipeale on selline välja tunnetus ja nägemine pika arengu tulemus.

Energiakoodid väljenduvad infoväljas erinevate mis kannavad endas vastavat informatsiooni, olles meile vajalikud kehaliste vaevuste, hinge- või vaimuhädade korral. Koodid on võtmeks, mis käivitavad vajalikud protsessid, näidates teed vastavate probleemide lahendamiseks või õigemini lahendavad need ise. Meie oleme selles protsessis vaatlejad.

Energiakood ei anta mõistatusena, vaid valmis kujul, vastusena meie taotlusele, olles vajalikud meie energiaväljas teatud energiamustrite aktiveerimiseks, toetamiseks, korrastamiseks või isegi ilmumiseks, kuna viimased pole meil siiani väljendunud ja seega on nende mõju meile puudunud. Näiteks kood *nooruse geenide aktiveerimiseks* (joonis 15) või *kontakti loomiseks ühtsusteadvusega* (joonis 20). Tervendavad koodid on vajalikud kehaliste vaevuste korral, näiteks kui liigesed valutavad (joonis 10, *liigeste tugevdamine*). Hingele, kui me ei tea, mida ette võtta, oleme stressis, sobivad koodid sisemise rahu ja tasakaalu saavutamiseks (joonis 2), elurõõmu tõstmiseks (joonis 3), ühtsuse saavutamiseks oma eluülesandega (joonis 17). Kui meie vaim on väsinud, vajame vaimse avardumise (joonis 18) ja tuleviku rikastamise koodi (joonis 1) jne.

Keskendudes teatud keha, hinge või vaimu puudutavale küsimusele ning saades kontakti kvantväljaga (infoväljaga), joonistub kood silmade ette (minul kinniste silmade ette) erinevate energiajoontena samasse ruumi ossa, moodustades kindla kujundi (mustrid). Samal ajal on näha energia liikumise suund ja on tajutav kiirus. Tervendav kood ilmub vastusena mõttelisele küsimusele. Korrates sama küsimust, ilmub infoväljast ka täpselt sama energiamuster. Noppides väljast meile vajaliku infomustrid, saab nähtamatu nähtavaks ja tunnetavaks.

Energiakood käivitab alati teatud protsessi organismis, mõjudes nii meie kehale, hingele kui ka vaimule. Seejuures toimub meie energiavälja puhastav, korrastav, tervendav protsess. Energiakoodiga saab arendada teatavaid endale vajalikke omadusi, tunnetuslikke võimeid, tõsta sensitiivsust, loovust, saada inspiratsiooni, arendada intuitsiooni. Tervis muutub tugevamaks, emotsioonid tasakaalukamaks ja vaim värskemaks ning avaramaks.

Energiakoodi on kerge lahti mõtestada, kuna see ilmub valmis vastusena infomustri näol. Juba küsimuses endas sisaldub vastuse taotlus. Vastus ilmub valmis kujul, mitte staatilise mustrina vaid dünaamilisena. Energia on liikumises, moodustades kujundi eri suundadest ilmuvatest energiajoontest, mis võivad olla kõverad, sirged, kaarjad jms. Kui keskenduda mingile soovile, olles samal ajal kontaktis infoväljaga, näiteks *elurõõmu suurendamine*, järgneb esimesele koodile teine, kolmas jne – jada koode, mis avaldavad meie energiaväljale soovitud mõju. Käivitavale energiakoodile võib järgneda ka rida erinevaid energia-liikumisi – mustreid, kui see on meile vajalik. Seda otsustab infoväli ja kvantnälgija saab protsessis toimuvat jälgida.

Kosmos on tulvil informatsiooni. Harmoonia saab alguse Universumi teadvusega ühendumisest. Energia ja individuaalse teadvuse muutmisega on võimalik pea kõike saavutada.

2. ENERGIAKOODIDE KASUTAMINE

Meditatsioon

Vali välja sulle antud hetkel vajalik kood (näiteks *immuunsüsteemi tugevdamine*, joonis 5) ja aseta käelabad serviti nii, et joonisel kujutatud infomuster jääb peopesade vahele, parem käsi paremale ja vasak käsi vasakule poole joonist. Koodist kiirguv energia saab kontakti meie energiaväljaga ja suundub peopesade kaudu meie kehasse ja seda ümbritsevasse aurasse ning käivitab vastavad protsessid. Energiakood puhastab, korrastab, tervendab, annab väge vastavale infomustrile meie energiaväljas või kogu mustrite jadale, mida antud kood on käivitanud.

Tagasiside käigus inimestelt on ilmnenu, et meditatsioonil energiakoodidele on tugev mõju vastavalt sellele sisule, mida kood endas sisaldab. Näiteks mediteerides *vere puhastamise* koodile joonisel 7, on tunda, kuidas energia liigub vereringes peast jalgadeni. Tunnetatav on ka vere liikumine ning väli muutub samal ajal üha läbipaistvamaks, ähmasus ja tumedad laigud kaovad. Enesetunne paraneb tunduvalt. Meditatsiooni tuleb teha 15-20 min vastavalt inimese tundlikkuse tasemele või vajadusel kauem.

Kvantjooga

Joonista kood enda ette õhku joonisel näidatud suunas ja numbritega tähistatud järjekorras. Tee seda võimalusel püsti seistes kas parema või vasaku käega nii nagu on juhendis ära toodud. Näiteks koodi joonisel 2

sisemine rahu ja tasakaal kujutamisel, joonista kaar parema käega ülalt alla suunas ja vasaku käega teine kaar sellele vastu nii, et kaared lõikuvad allosas. Jäta mõlema kaare lõpus aega, et energiapallikesed saaksid väljuda (kokku 7-22). Nii väljub sinu energiaväljast see kasutatud, seiskunud energia, mis segab sinu sisemist rahu ja tasakaalu ja siseneb tervendav, puhas, rahutoov energia.

Mõlema variandi puhul moodustuvad energiamustrid liikumises ja sellisel kujul nagu joonisel näidatud. Need on kordumustrid, mis ilmuvad üksteise järel samasse paika. Energiakood on võti, mis käivitab protsessi. Esimese mustri järel ilmuvad teised, ka erinevad, kui need on vajalikud meie enesetunde või tervise parandamiseks ning hingelise ja vaimse heaolu jaoks. Energiakoodide mõjule ja tervendamisele aitab kaasa meie fokuseeritud tähelepanu antud koodi sisule, pühendumus ja keskendumisvõime ja nende korduv kasutamine.

Ühte energiakoodi teha vähemalt 5-10 min järjest, et selle mõju ja informatsioon meie energiaväljas võimenduks ja annaks vastavalt valitud energiakoodile soovitud tulemuse.

3. KVANTJOOGA

Miks just kvantjooga? Jooga eesmärgiks on teatavasti teadvusseisundi muutmine, mõtlemise korrastamine, lahti ütlemine kannatustest, õnne taotlus, teekond iseenda juurde jms. Seda kõike võimaldavad ka raamatus kirjeldatud harjutused energiakoodidele, mis on antud otse infoväljast.

Joogas on tähtis kindel hingamine. Ka hingamise kohta tuleb informatsioon infoväljast. Antakse juhised selle kohta, milliste energiajoonte puhul tuleb sisse hingata ja milliste puhul välja hingata.

Nii sai õpetus harjutustest energiakoodidele omale nimeks kvantjooga, sest informatsioon infoväljast saadakse kvantnägemise teel, ehk valguse info tunnetuse teel.

Valgus kandub edasi osakeste ehk valgusfootonite voona. Max Planck, kes selle nähtuse avastas, leidis, et valgus levib mitte pideva ühtlase voona, vaid hulkadena ehk kvantidena, mis tuleneb ladina keelsest sõnast quantum, mis tähendab hulka. Kvantidel on küll erinev energiahulk, ent alati olemas mõjujõud.

Ka meie oleme valgus, nii nagu kõik olemasolev on valgus. Kvantjoogas mõjutab energiakood (infomuster) meid kui valgusolendeid - puhastades, korrastades, tervendades meie energiavälja teatud suunitlusega, mida sisaldavad endas erinevad energiakoodid. Näiteks maksa puhastamise kood teenib kehalist tervenemist, energiakood *kontakti loomine ühtsusteadvusega* aga teadvusseisundi muutmist, tuues esile meie reaalsuse muutuse. Oleme siin ja praegu oma uuenenud maailmas. Kvantjoogat tehes avanevad täiesti uued võimalused elus, paraneb kehaline ja hingeline tervis. Maailm muutub meie individuaalses reaalsuses imeiliseks paigaks, kust kaovad piirangud ja pinged, kus leidub piisavalt armastust ja meelerahu.

4. ENERGIAKOODIDE JUHENDID JA JOONISED

TULEVIKU RIKASTAMINE

Joonis 1

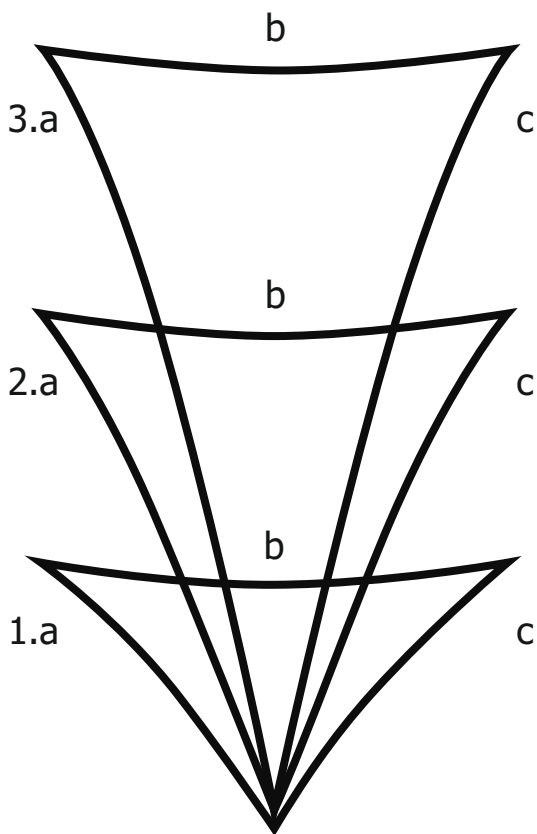
Energeetiline olemus: energiakood (joonis 1) koosneb kolmest ülespoole avanevast valguskoonusest, mis algavad kõik ühest kohast. Need tagurpidi valguskoonused (tipud allpool) sümboliseerivad meie energiavälja kolme tasandit: kõige alumine on füüsilise keha tasand, keskmine hingetasand (emotsioonid) ja kolmas kõige kõrgemal olev vaimne tasand.

Teostamine: joonista valguskoonuste energiajooned (a, b, c) päripäeva parema lahtise käega enda ette õhku (joonis 1). Alusta joonistamist keha allosast nii, et iga järgmine koonus on kõrgemal ja viimane sirutub pea kohale. Joonisel 1a sisse hingates ja b, c välja hingates. Lase energial oma kätt juhtida, kui joonistamisel toimub iseeneselik kujundi suurenemine, siis lase sel juhtuda. Energia on tark ja teab, mis on meile vajalik. Sellelt tasandilt, kus esineb probleeme või füüsilisi vaevusi, väljuvad tumedad seiskunud energia laigud või tükid, mis energiavälja puhastumisel lahustuvad.

Tervendav toime ja mõju:

- tasakaalustab energiavälja keha, hinge ja vaimu tasandil
- puhastab ja annab energiaväljale väge
- tugevdab kaitseenergiat
- muudab tuleviku visiooni helgeks, annab optimismi
- mured homse pärast vähenevad või kaovad hoopis
- toob rikkust ellu, nii materiaalset kui vaimset

Kasutamine: mure tuleviku pärast, päevad tunduvad hallid ja igavad, tüdimus, vaimne loidus, minnalaskmine.



TULEVIKU RIKASTAMINE

SISEMINE RAHU JA TASAKAAL

Joonis 2

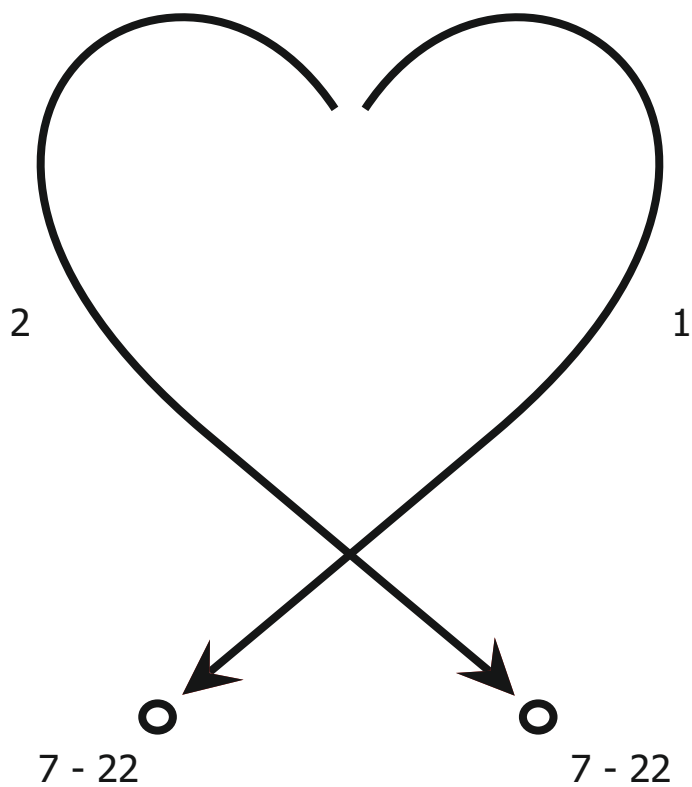
Energeetiline olemus: infomuster joonistub kahest kaarjooonest, mis allosas lõikuvad, moodustades südant sümboliseeriva kujundi. Mõlema kaare tipust väljub 7-22 tervendavat energiamulli. Taoline infomuster on iseloomulik ka Veevalaja ajastule ja selle teadvusele. Energiakoodis sisaldub meie universumi suurim vaimne rütm 22.

Teostamine: tehes kvantjoogat joonistame parema käe pöidlaga (väesõrm) välja hingates õhku enda ette parempoolse kaare ja peatume enne vasakut kaart joonistades, et energiapallikesed saaksid kaare lõpust väljuda, mida selgeltnägijad ka näevad. Ja alles siis joonistame vasaku käe pöidlaga ka välja hingates vasakpoolse kaare, mille lõpust väljub samuti 7-22 energiapallikest. Energiamullid vabastavad meid liigsest, meile mittevajalikust energiast ja toetavad samas meie põhiloomust. Teised sõrmed on õrnalt painutatud, mitte jäigalt ega krampis.

Tervendav toime ja mõju:

- viib ühtsusesse vaimse energiaga
- tasakaalustab energiad ja teeb rahulikuks
- harmoneerib südame tööd, teeb pea selgeks
- avab tee intuitsioonile, kõrgemale teadlikkusele
- toimib loovus vaimsel tasandil
- võib saada ülemeelelise tunnetuse kogemuse.

Kasutamine: süda ei ole eluga rahul, hinges rahutus, vaev südames, stress, põhjusetu süümeepiinad, halb enesetunne.



SISEMINE RAHU JA TASAKAAL

ELURÕÕMU SUURENDAMINE

Joonis 3

Energeetiline olemus: energiakood koosneb kahest valguskoonusest, mis moodustavad tervikkujundi.

Parempoolne on suunatud tulevikku ja vasakpoolne minevikku. Mõlemad mängivad rolli meie ellusuhtumises ja elurõõmus. Kandes endaga kaasas kõike negatiivset, mis minevikus toimunud, (näiteks surmad, haigused, lahkuminekid jms) kaotame elurõõmu ja rõõmu elust enesest, infomuster võimaldab selle taastada.

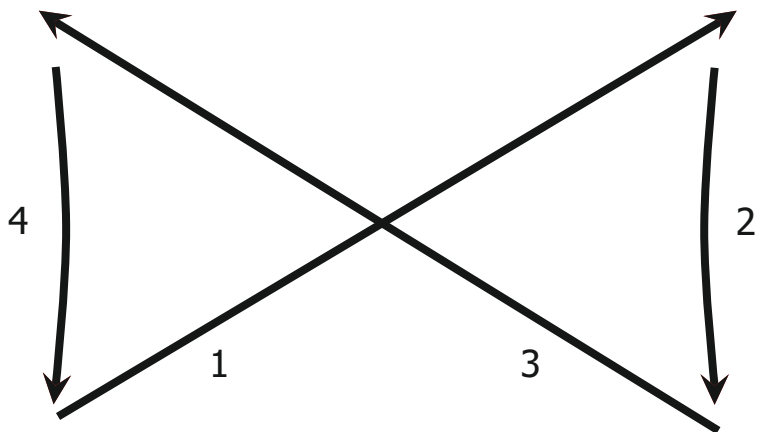
Teostamine: a) **kvantjoogat** alustame diagonaaljoonest vasakult alt sisse hingates ja siis välja hingates kaarjoont mööda alla ja seejärel diagonaaljoonega (3) jällegi sisse hingates läbi oleviku hetke keskpunkti ning viimaks kaarjoon (4) alla suunas välja hingates. Joonistame sama kujundit aeglaselt ja korduvalt oma energiavälja 5 – 10 min vasaku käe pöidlaga, teised sõrmed on kergelt painutatud.

b) **mediteerides** elurõõmu infomustrile toimub energiatöö kas rohkem oleviku või tuleviku suunal, olenevalt sellest, mida on vaja meis korrastada, et elurõõmu tõsta. Meie sisemine valgus muutub roosaks kuldsete laikudega, siis piimvalgeks.

Tervendav toime ja mõju:

- tõstab elurõõmu
- aitab leppida mineviku varjudega
- annab tulevastele päevadele helged toonid
- tõstab vaimustust iseendast ja oma päeva tegemistest.

Kasutamine: tujutus, norutunne, elu tundub sünge ja mõttetu, haavume kergesti teiste suhtumise, ütluste peale, ei leia millestki rõõmu, tundelaegas on tühi.



ELURÕÕMU SUURENDAMINE

ÕNNESEISUNDI SAAVUTAMINE

Joonis 4

Energeetiline olemus: infomuster (joonis 4) viib meist välja kõik selle, mis takistab olemast õnnelik ja kogeda õnnetunnet ja toob meisse energia, mis viib selleni, et elu pakub rahulolu ja õnnistust.

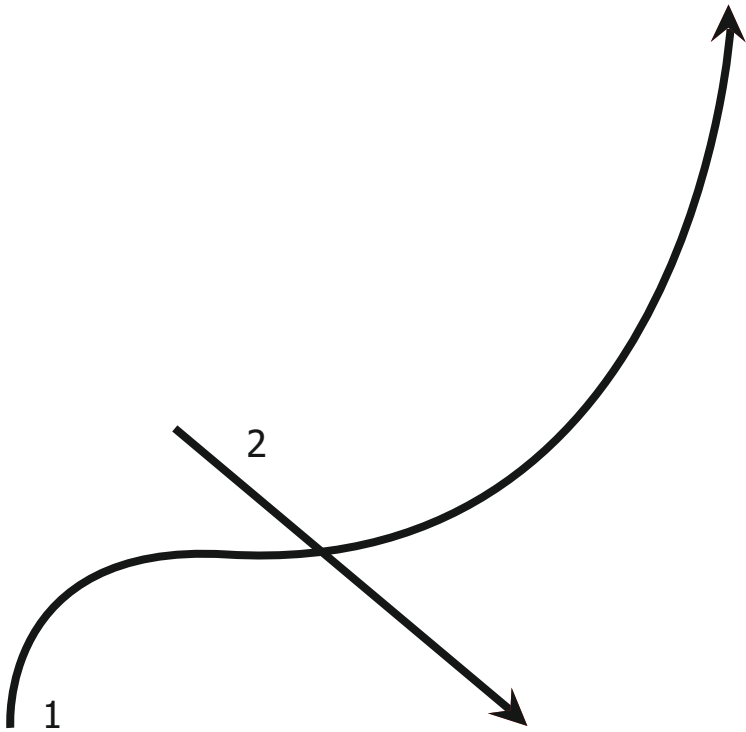
Teostamine: a) **kvantjoogat** alusta kõverjoonest (joonis 4), 1) välja hingates parema käe pöidlaga ning joonista õhku enda ette noolega näidatud suunas. Sisse hingates joonista teine joon, mis läbib eelmist, tuues kvantväljast kaasa energia, mis soodustab õnnetunde teket.

b) **mediteerides** aseta käed nii, et energiakood (joonis 4) jääb peopesade vahele, sõrmed ei puutu kokku. Kinniste silmade taga toimub valgusemäng, tumedad laigud lahustuvad väljas, see muutub roosakaks, kuldseks, sillerdavaks, malbeks. Meie väljas süttivad erineva suurusega valguslambid, valgustades teed õnnele.

Tervendav toime ja mõju:

- tugev mõju psüühikale
- toob esile õnnetunde, hajutab negatiivsuse
- aitab leida ja ära tunda õnneallikad
- toob rahulolu iseendaga, eluvood muutuvad kirkaks
- suureneb sisemine kvaliteet, empaatia
- paranevad inimsuhted ja iseenda väärtustamine.

Kasutamine: õnn on elust kadunud, palju negatiivsust, kannatused, surmad ja lahkuminekid, millega ei suuda leppida. Ei väärtusta iseennast, negatiivsed reageeringud piciasjadele, elu ei tundu olevat elamisväärt.



ÕNNESEISUNDI SAAVUTAMINE

IMMUUNSÜSTEEMI TUGEVDAMINE

Joonis 5

Energeetiline olemus: infomuster (joonis 5) on rööpküliliku kujuline, mille moodustavad 4 energiakaart. See energiakood on seotud Hiina meditsiinis tuntud kaitseenergiaga Wei Qi. Wei kaitseb meid, luues tasakaalu ümbritseva loodusega ja sotsiaalse keskkonnaga. Lähemalt Wei energia kohta loe minu raamatust „Eluenergia rütmid ja vägi“.

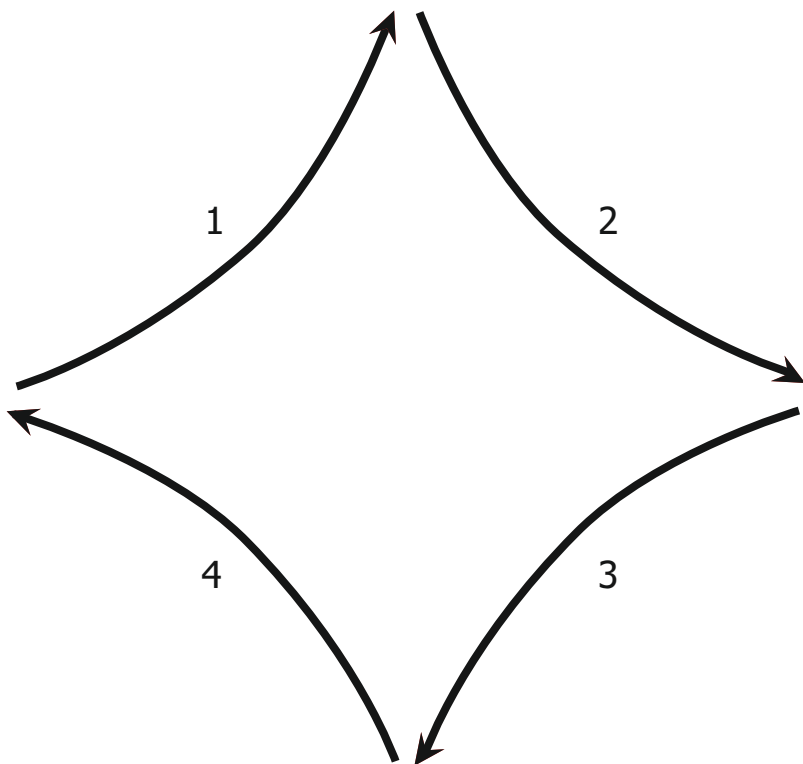
Teostamine: a) joonista energiakood enda ette eetervälja, mõne cm kaugusele keha pinnast. Hinga sisse ja alusta keha vasakult poolt liikudes joonisel nooltega näidatud suunas ja numbritega tähistatud järjekorras ühe väljahingamisega. Esimene energiajoon liigub kurgu alla, teine paremale keha küljele, kolmas alla põie piirkonda ja neljas keha keskkoha vasakule äärde.

b) **mediteerides** käivitab protsessi, kus järgnevad üksteisele erinevad energiamustrid, mis on meile hetkel vajalikud immuunsuse tugevdamiseks. Teha 5-10 min vastavalt organismi vajadusele. Meditatsiooni jooksul väljub seiskunud energia ja siseneb puhas, tervendav elupuhang Qi.

Tervendav toime ja mõju:

- viib väsimuse ja nukruse, teeb olemise erksaks
- tugevdab immuunsüsteemi
- muudab vastupidavaks viirushaigustele
- tugevdab kaitseenergiat
- aitab kaitsta personaalset ruumi.

Kasutamine: üldine kurnatus, vastuvõtlikkus haigustele, kergesti külmetamine, vähenenud teotahe, käegalöömine oma ülesannete täitmisele.



IMMUUNSÜSTEEMI TUGEVDAMINE

TUULE HARMONEERIMINE KEHAS ELUMUUTUSTEGA KAASAMINEK

Joonis 6

Energeetiline olemus: infomuster (joonis 6) koosneb kahest kaarest: esimene lühem liigub vasakule ja teine pikem paremale poole üles läbistades eelnevat. Tuul toob muutusi kõikjal, nii ka meie kehas ja elus. Elumuutustega kaasaminek tagab hea enesetunde, muutustele vastutöötamine aga stressi ja haigused.

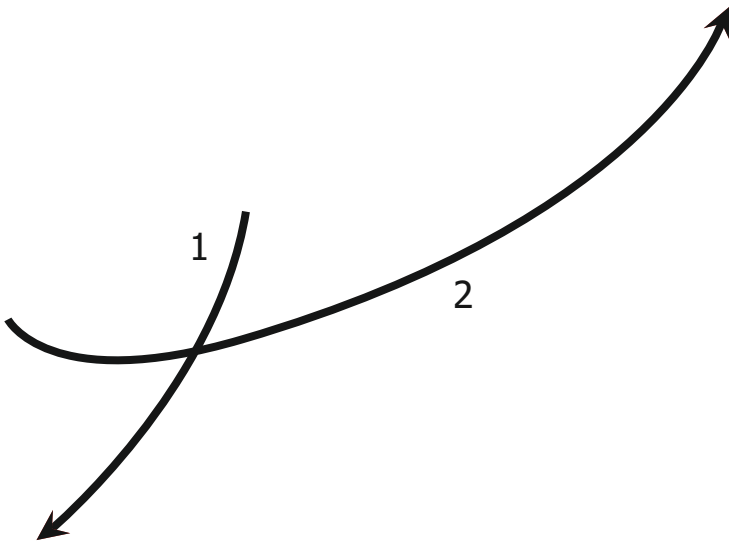
Teostamine: a) **kvantjoogat** tehes joonista enda ette vasaku käe pöidlaga sisse hingates väiksem kaar noolega näidatud suunas ja parema käe pöidlaga välja hingates pikem kaar, mis liigub diagonaalselt ülespoole. Sisemine valgus muutub heledaks salatiroheliseks kollaste varjunditega. Väljuvad tumedad jooned – elu takistusribad.

b) **mediteerides** lõdvestu, sule silmad ja vaata, mis toimub. Käed aseta mõlemale poole energiakoodi nii, et kood jääb peopesade vahele. Vasaku käe keskmine sõrm (soovi-sõrm) ja pöial moodustavad kokkupuutes ringi, andes tõuke soovile muutuda ja võtta vastu uued võimalused oma ellu.

Tervendav toime ja mõju:

- aitab kaasa minna elu muutuste tuulega
- aktiveerib tegutsema, äratab „uinunud“ olekust
- ergutab maksa ja sapipõie tööd
- aitab kaasa seedimisele ja elu seedimisele
- toetab uute võimaluste tulekut ellu.

Kasutamine: üldine loidus, käega löömine, ükskõiksus elus toimuvale (saab mis saab, tuleb mis tuleb!), seisak elus, midagi justkui ei toimu, ei lähe muutustega kaasa.



TUULE HARMONEERIMINE KEHAS
ELUMUUTUSTEGA KAASAMINEK

VERE PUHASTAMINE

Joonis 7

Energeetiline olemus: veri on ELU. Kui veri on puhas, siis ka meie elu on puhas igas mõttes, oleme terved, hing on rahul ja vaim ergas. Selles koodis liigub energia diagonaalselt kahe kaarena, alumine väiksem ja ülemine tunduvalt pikem (joonis 7).

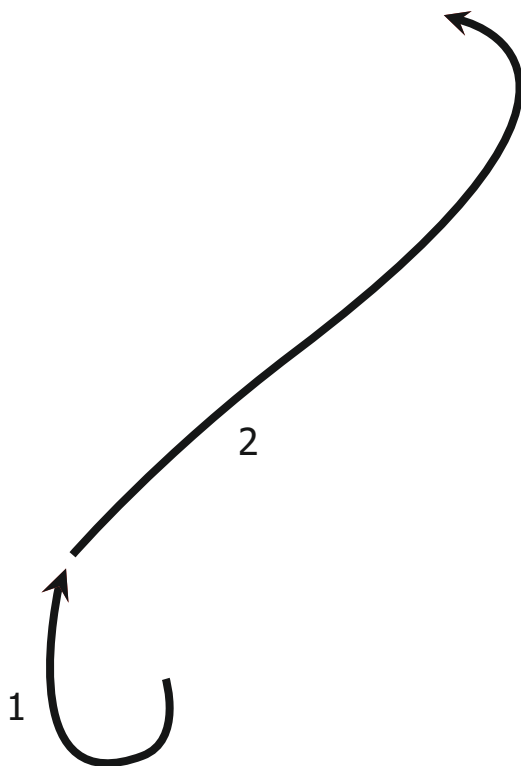
Teostamine: a) **kvantjoogat** tehes joonista kood enda ette vastavalt joonisel näidatud suunas, väiksem energiakaar sisse hingates vasaku käe pöidlaga ja pikem välja hingates parema käe pöidlaga, sõrmed on seejuures õrnalt paindes. Mõjutame eeterkeha mõne cm kaugusel kehast. Joonistame aeglaselt justkui venitades värvilist linti enda pöidla järel õhus.

b) **mediteerides** on peopesad mõlemal pool koodi. On tunda energia värelust ja õrna liikumist kogu vereringes, südames, peas, silmades jne. Valgus värvub roosaks, muutub lasuurseks, läbipaistvaks. Väljuvad tuhmid hallid laigud ja haihtuvad. Toimub energiavälja puhastumine.

Tervendav toime ja mõju:

- puhastab verd, parandab vere näituseid
- mõjutab nii emotsionaalset kui füüsilist tervist
- sobib teha nii profülaktikaks kui ka veresoonkonna vaevuste korral
- paneb vere paremini liikuma
- värskendab enesetunnet.

Kasutamine: veenide ja südame vaevused, vere näidud pole korras, süda klopib, veri lööb vihast kihama, raskustunne peas ja terves kehas.



VERE PUHASTAMINE

NÄGEMISE PARANDAMINE

SILMADE TUGEVDAMINE

Joonis 8

Energeetiline olemus: energia teeb kolmveerand ringi ümber silmade ja liigub siis pika kaarena alla väljapoole.

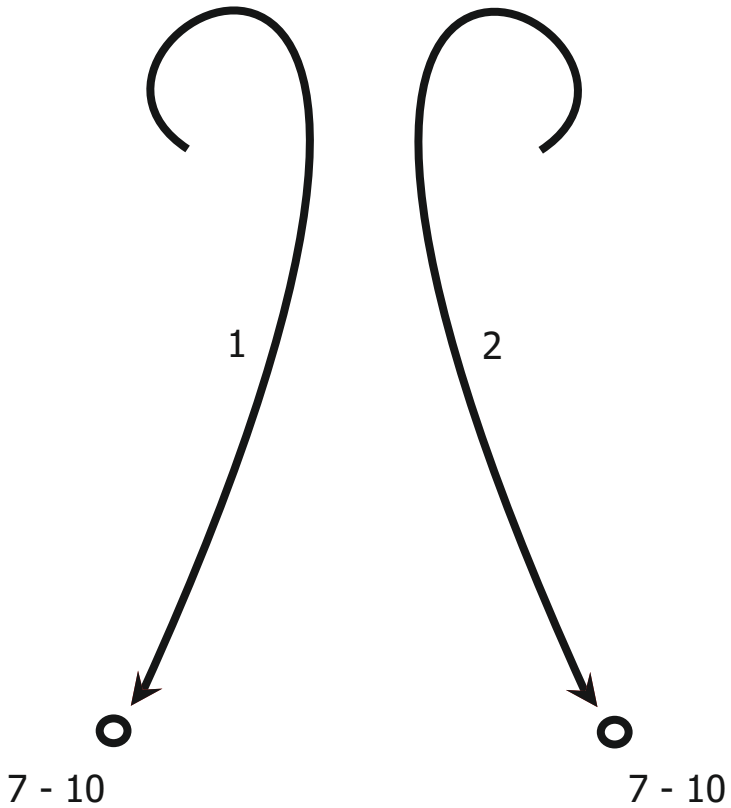
Teostamine: a) **kvantjoogat** tehes joonista kood parema käe pöidlaga enda ette vastavalt joonisel 8 näidatud suunas, algul vasakule ja siis paremale silmale või mõlemale korraga välja hingates. Kui olete kahekesi, siis joonistage kood vastastikku teineteise silmade ette. Energia liigub sügavale silma sisse, moodustub kollakas valgustoru – silma viiakse puhast, tervendavat energiat. Energiakaarte otstest väljub 7–10 valguskera tervendades ja andes silmadele täiendavat elujõudu.

b) **mediteerides** hoia sõrmed õrnalt painutatult joonise kohal, nii et sõrmed võivad vaevu puudutada infomustrit. Energiatöö on intensiivne. Kui silmadest väljuvad mustjad või mustjas–punakad laigud, viitavad need silmade väsimusele, punakas toon aga ka põletikule. Teha 10–20 min.

Tervendav toime ja mõju:

- muudab nägemise selgemaks
- vähendab silmade väsimust
- aitab näha selgelt oma elu eesmärke, ülesandeid
- teeb pea kergeks, mõtted loovaks, selgeks
- suurendab selgeltnägemise võimet
- aktiveerib käbinääret.

Kasutamine: silmade väsimus, peas raskustunne, mõtted ei liigu, ei näe keerulisest olukorrast väljapääsu, tuleviku visioon ähmane.



SILMADE TUGEVDAMINE
NÄGEMISE PARANDAMINE

MAKSA PUHASTAMINE

Joonis 9

Energeetiline olemus: infomuster (joonis 9) koosneb kolmest kaarest, esimene suunaga ülespoole ja kaks suunaga allapoole. Kõik kolm energiakaart algavad ühest kohast.

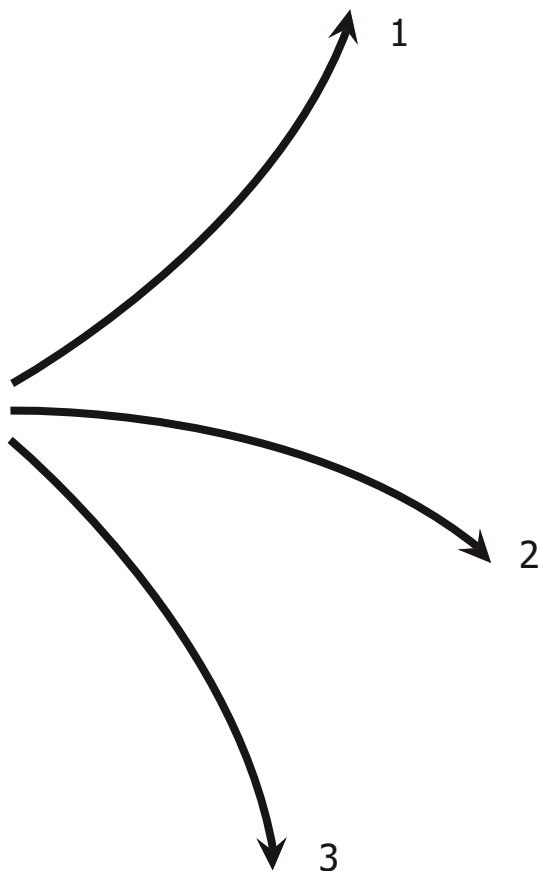
Teostamine: a) **kvantjoogat** alusta sisse hingamisega ja välja hingates joonista kõik kolm kaart parema käe pöidlaga õhku enda ette, maksa piirkonda keha paremal pool, mõned cm keha pinnast. Maksa puhastamist on kasulik teha eriti kevadel.

b) **mediteerides** aseta parem käelaba serviti paremale poole energiakoodi nii, et peopesa on suunatud joonise poole. Vasak käsi vasakule poole joonist, sõrmed kergelt painutatud, põial ja keskmine sõrm puutuvad kokku, moodustades ringi, peopesa suunatud samuti joonise poole. Energiakood jääb käte vahele. Algul esineda võiv ärev punakas toon energiaväljas asendub rohekat, sinakat tooni värviga, väli puhastub, toimub tugev iseeneselik väljahingamine, ka häälega. Energiatöö on intensiivne, käed võivad hakata iseenesest liikuma. Ole vaba, allu energia juhtimisele.

Tervendav toime ja mõju:

- puhastab, korrastab maksa energiat, puhastab tundeid
- annab inspiratsiooni uuteks ideedeks
- tõstab loovust, elavdab kujutlusvõimet
- leevendab põletikke keha erinevates piirkondades
- pehmemdab tükke, tsüste, komusid, lihaspingeid jms, sel juhul joonista kood nende haigete piirkondade kohale

Kasutamine: vähe ideid, loovuse defitsiit, kergelt ärrituv, organismis põletikud, maksa või sapipõie vaevused.



MAKSA PUHASTAMINE

LIIGESTE TUGEVDAMINE

Joonis 10

Energeetiline olemus: energiakood koosneb algul horisontaaljoontest, kusjuures esimene liigub vasakule, teine horisontaaljoon paremale, kolmas jällegi vasakule. Neljas energiajoon moodustub nende kohale kaarjalt (joonis 10) suunaga paremale. Liigesed on meie ühendused väliskeskkonna ja sisemise keskkonna vahel. Liigeste seisukord väljendab meie suhtumist elukeskkonda ja suhtlemist kaaslastega. Liigesed võivad haigestuda ka raske füüsilise töö või ekstreemsete väliskeskkonna mõjude tõttu.

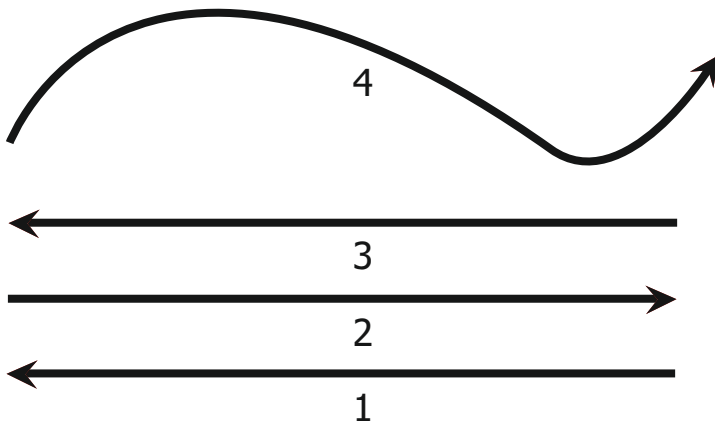
Teostamine: a) **kvantjoogat** tehes järgi joonisel 10 märgitud suundi ja järjekorda, alusta vasaku käe põidlagaga, sõrmed õrnalt painutatud, siis parema käega vaheldumisi. Ka hingamine on vahelduv, alusta sisse hingamisega, siis välja hingamisega jne. Jälgi viimase energiajoone (4) iseloomu - algul suure kaarena laskudes ja siis suunaga ülespoole.

b) **mediteerides** aseta vasak käelaba vasakule koodi, sõrmed õrnalt painutatud, peopesa allapoole ja parem käsi paremale poole koodi, käelaba serviti ja peopesa koodi suunas. Mediteeri 10-15 min, mõjujõud on väga tugev.

Tervendav toime ja mõju:

- tugevdab liigeseid, parandab suhtlemisoskust
- aitab näha elu helgemat poolt
- aitab sobitada lepitust iseenda ja ümbritsevaga
- leida väljapääsu elu ummikseisust.

Kasutamine: liigesed annavad tunda, elus puuduvad värvid, kõik on hall ja vähe vastuvõetav, negatiivsus kaaslaste ja väliskeskkonna suhtes, elus puudub harmoonia.



LIIGESTE TUGEVDAMINE

KEHA JA HINGE VALU VAIGISTAMINE

Joonis 11

Energeetiline olemus: infoväljast antud energiajoon liigub diagonaalselt alla vasakule meie keha suunas, järgmine liigub eelmisega risti paremale alla ja kolmas energiajoon liigub esimesega paralleelselt ülespoole (joonis 11).

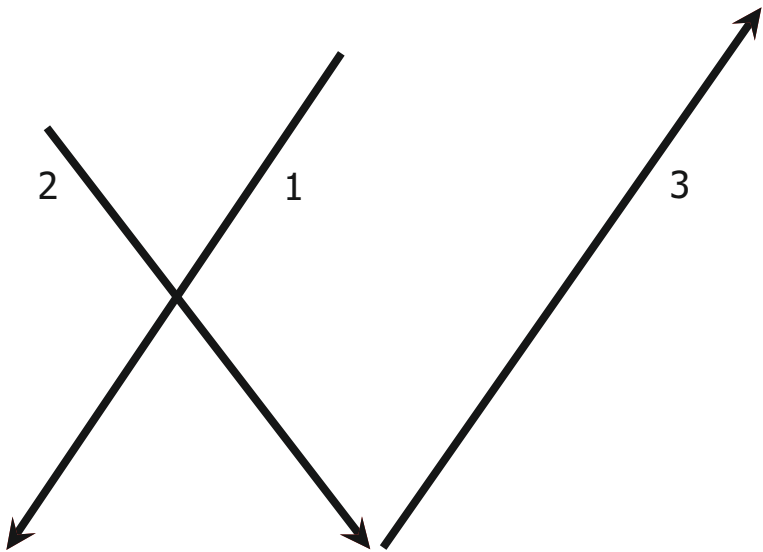
Teostamine: a) **kvantjooga** käigus joonista kolm energiajoot õhku enda ette numbrite järjekorras ja joonisel 11 nooltega näidatud suunas. Nr 1 joon sisse hingates ning 2 ja 3 välja hingates. Valu viiakse kehast või hingest välja, vaevused vähenevad või kaovad hoopis. Teha 10-15 min vastavalt enesetunde paranemisele.

b) **mediteerides** hoia käed energiakoodi kohal, sõrmed õrnalt painutatud ja peopesad suunatud allapoole, käed ei puutu kokku. Tunned sama liikumist kui kvantjoogat tehes. Kood käivitab erinevate energiamustritega protsessi, pühkides meie energiavälja puhtaks mustjas-punastest läikivatest pingeplekkidest, ka lainjatest tumepunastest põletiku laikudest. Tunned tõelist hingekosutust. Elu on taas elamisväärt, armastus ja teised positiivsed tunded leiavad tee meie juurde.

Tervendav toime ja mõju:

- leevendab keha ja hinge valu
- hinge külmus ja tuimus kaovad
- taastab hingerahu
- tekib teotahe, valu ununeb.

Kasutamine: hing on külm kui lumi, tunded jahedad, valu keha eri piirkondades, elutaevas hall, süütunded, elu ise tundub karm ja ebaõiglane.



KEHA JA HINGE VALU VAIGISTAMINE

JOOGIVEE JA KEHAS OLEVA VEE PUHASTAMINE JA KVALITEEDI TÕSTMINE

Joonis 12

Energeetiline olemus: energiakood moodustab kolmest kaarjoonest (üks kumer ja kaks nõgusat) koosneva kolmnurkse valguskujundi (joonis 12).

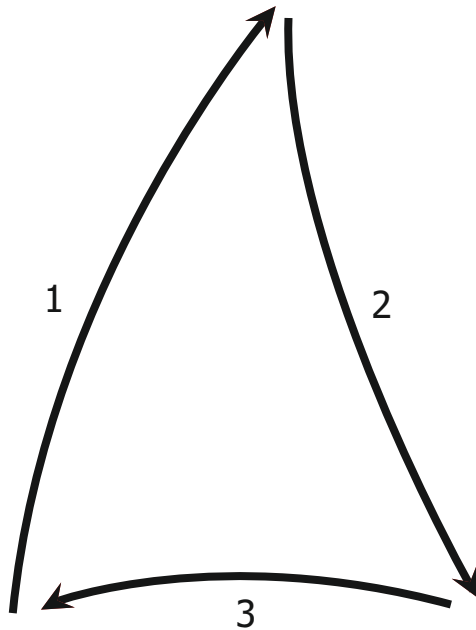
Teostamine: a) **kvantjoogaga** saab oma kehas olevat vett puhastada ja tõsta selle kvaliteeti. Hinga sisse ja joonista kolmnurkse kujundi kaarjooned (joonis 12) enda ette mõne cm kaugusele keha pinnast. Esimene joon vasaku käega, teine ja kolmas joon parema käe pöidlaga, kõik kolm kaarjoont ühe väljahingamisega. **Joogivee puhastamiseks** joonista antud kujund nimetissõrmega vee kohale, olenevalt vee saastatusest kuni kümme korda. Veel kui vedelkristallil on mälu, ta edastab infot, taastub vee algstruktuur.

b) **Mediteerides** aseta käed serviti nii, et joonis jääb peopesade vahele. Energia puhastav värelus jõuab kõikjale kehas, ulatudes varvasteni ja pähe. Teha umbes 15 min. Toob kehasse kerguse, olemisse imelise valguse ja selguse.

Tervendav toime ja mõju:

- parandab keha vee kvaliteeti, tõstab immuunsust
- puhastab neerusid ja põit, tagab nende parema tervise
- parandab vee struktuuri nii kehas kui joogivees. Struktuurieritud vesi on hea tervise ja pikaealisuse tagatis
- tõstab joogivee või muu vett sisaldava toidu kvaliteeti.

Kasutamine: väsimus, nõrk immuunsus, meeleolulangus, alateadlikud hirmud, liigne ravimite tarvitamine, ebaterve eluviis, unetus, saastatud joogivesi, igasugune kraanivesi, pudelivesi, vedelad toidud jms.



JOOGIVEE JA KEHAS OLEVA VEE
PUHASTAMINE JA TERVENDAMINE

TOIDU SOBIVAKS MUUTMINE KEHAKAALU VÄHENDAMINE

Joonis 13

Energeetiline olemus: energia liigub nõgusate kaartena, moodustades nelinurga. Kujund kiirgab enda ümber tihedalt üksteisele järgnevaid lühikesi, kiireid energiainpulsse, moodustades kõrgsagedusliku, roosat värvi, meid armastava ja aidata sooviva energiavälja.

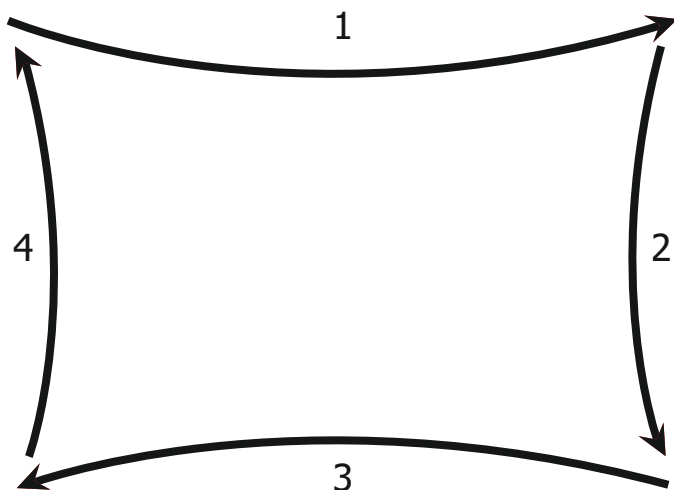
Teostamine: a) toidu endale sobivaks muutmiseks joonista kujund toidu kohale, mida kavatsed süüa hakata, numbrite 1-2-3-4 järjekorras nooltega märgitud suunas (joonis 13). Tee seda 3–7 korda parema käe põidlagaga välja hingates. Kehakaalu vähendamiseks tuleb järjekorda muuta, alustades vertikaaljoonest 4. Seega järjekord on 4-1-2-3.

b) **mediteerides** aeta käed jällegi nii, et infomuster jääb peopesade vahele, sõrmed ei puutu kokku. Tehes aegajalt antud koodile meditatsiooni, hakkab meie keha paremini ise tunnetama seda toitu, mis on talle kasulik ja mida ta vajab. Meil tekib siis isu ainult tervisliku toidu järele ja vähem ahvatlevaks muutuvad meie seedesüsteemi koormavad ja kehakaalu suurendavad toidud.

Tervendav toime ja mõju:

- muudab toidu meile sobivaks, küllastab energiaga
- harjutab süüa kehale kasulikke toite
- normaliseerib kehakaalu, välistab rämpstoidu
- muudab maitsemeelele meeldivaks tervisliku toidu.

Kasutamine: peale süümist kõhus ebaumagav raskustunne, liigne kehakaal, valest toitumisest tingitud stress, seedehäired, ülesöömine, unetus, närvilisus jms.



TOIDU SOBIVAKS MUUTMINE
KEHAKAALU VÄHENDAMINE

ENERGIAKOOD PEVALU LEEVENDAMISEKS

Joonis 14

Energeetiline olemus: peavalud on peamiselt meie pingelise ja kiire elu tulemus. Infoväljast antav kood koosneb kahest alumisest kaarest ja nende kohal samuti kahest kaarest moodustuvast ovaalist, milles energia liigub vastu-päeva, viies seiskunud ja valu tekitava energia pea ja kaela piirkonnast välja (joonis 14).

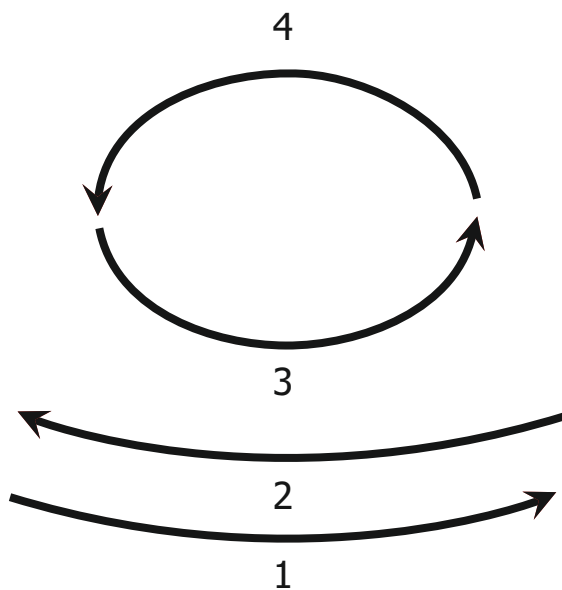
Teostamine: a) **kvantjoogat** tehes joonista kood mõttega pea ja kaela tagaküljele, lõdvestades sellega ka kaela lihaseid ja seejärel esiküljele, kaela ja näo ette. Seda võid endale teha ka põidlagaga joonistades või mõttes, kõik jooned välja hingates, sisse hingamine on iga energiajoone vahepeal.

b) **mediteerides** on tunda sama liikumist kui kujundi õhku joonistamisel. Energiaväli tasakaalustub ja puhastub. Valu ununeb, pea muutub selgeks, mõtted värskeks.

Tervendav toime ja mõju:

- leevendab peavalu või kaotab hoopis
- vabastab pingest, vähendab stressi
- teeb olemise rahulikumaks
- aitab leida lahendusi, tõstab otsusekindlust
- selgitab mõtteid, aitab keskenduda
- aitab eluga edasi minna.

Kasutamise: erinevat tüüpi peavalud, hägune nägemine, pingeline töökeskkond, probleemid elus, liigne kiirustamine, survet tekitavad tähtajad, lahenduste mitteleidmine, erinevad tervise häired, nõrk immuunsus, nõrk närvisüsteem, peata-olek jms.



ENERGIAKOOD PEAVALU LEEVENDAMISEKS

NOORUSE GEENI AKTIVEERIMINE

Joonis 15

Energeetiline olemus: energia liigub diagonaalselt pika sirgjoonena vasakult alt paremale üles. Seejärel moodustuvad kaks kaart, neist nr 2 avaram, aeglaselt liikuv parempoolne kaart, mis läheb üle diagonaaljoone, nr 3 vasakpoolne liigub väiksemas ulatuses esimesele vastu.

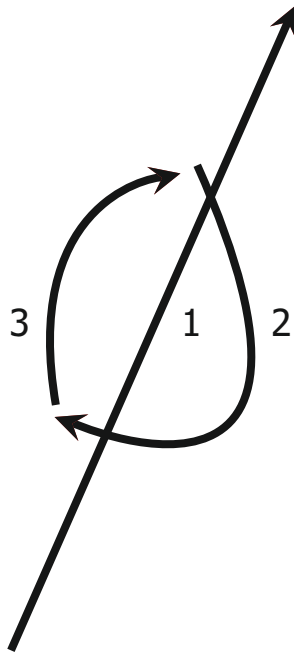
Teostamine: a) **kvantjoogat** tehes joonista enda ette õhku algul diagonaaljoon (joonis 15, 1), parema käe pöidlaga välja hingates ja siis parempoolne kaart (2) sisse hingates parema käega ja vasakpoolne kaart (3) samuti sisse hingates vasaku käe pöidlaga. Moodustub joonisel olev infomuster. Esimene kaart liigub väga aeglaselt (2), parandades geeni struktuuri, kui see on vajalik. Korrates energiakoodi, liikumine infomustri moodustamisel muutub kiiremaks.

b) **mediteerides** aseta käed serviti nii, et energiakood jääb peopesade vahele, neljas sõrm ja põial moodustavad mõlemal käel ringi, teised sõrmed on vabalt, kergelt paindes. Käivitab vajaliku protsessi, üksteisele järgnevad erinevad infomustrid, ka käed muudavad ise asendit. Jälgi toimuvat, ole vaba!

Tervendav toime ja mõju:

- aktiveerib kehas oleva nooruse geeni
- vajadusel programmeerib geeni ümber
- taastab geeni algstruktuuri
- hoiab keha, hinge ja vaimu kauem nooremana
- tõstab meie aktiivsust elus, pikendab eluiga.

Kasutamine: tühimus elust, teovõimetus, mõttelaiskus, tegutsemise aeglus, enneaegne vananemine, varajased vananemise ilmingud ja sellega seotud vaevused.



NOORUSE GEENI AKTIVEERIMINE KEHAS

LOOTUSE VÄESTAMINE

Joonis 16

Energeetiline olemus: energia joonistab kaks ellipsit, ühe ümber meie keha keskkoha ja teise ümber keha vertikaaltelje (joonis 16) ja väljutab mõlemal orbiidil 5–10 energiakera. Viis on keskuse rütm, soovid ja lootused on seotud keskusega, sellega, mis meile elus on vajalik ja tähtis. Elujõu rütm on kümme ja see annab märku, et meie lootus (soov) kogub täitumiseks väge.

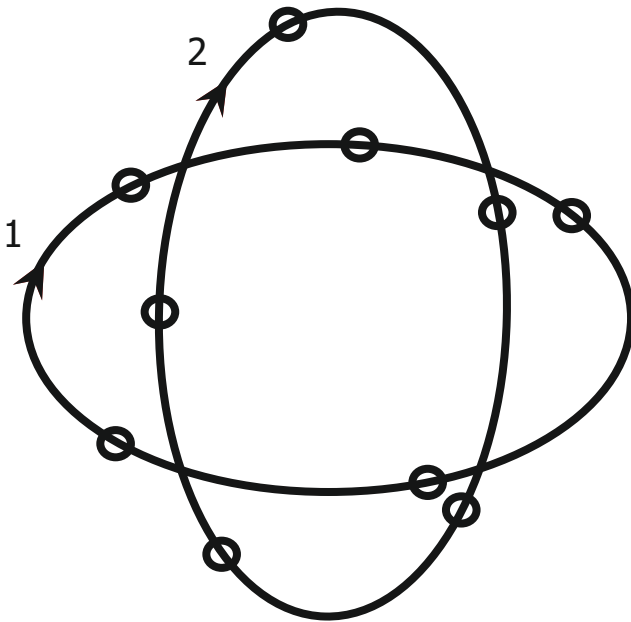
Teostamine: a) joonista seistes mõttes enda keskkoha ümber päripäeva ellips, välja hingates ja anna veidi aega energiapallidele väljumiseks ja siis joonista välja hingates teine ellips ümber keha vertikaalse telje, ka päripäeva, teisel orbiidil väljuvad samuti energiakerad. Ära kiirusta!

b) **mediteerides** aseta käed jällegi nii, et infomuster jääb peopesade vahele, sõrmed ei puutu kokku. Jälgi ja tunnetu toimuvat, ole vaotleja. Sõnasta oma lootus selgelt jaatavas vormis (näiteks: „mul on uus töökoht“). Meditatsioonis kohtud oma soovi täitumiseks vajalike energiatega ja need hakkavad sinu kasuks tööle, sest antud energiakood käivitab selleks vajaliku protsessi ja annab soovi täitumiseks vajaliku väe.

Tervendav toime ja mõju:

- täidab lootuse väega
- toob tagasi usu lootuse täitumisse
- taastub teotahe minna oma unistuse suunas
- lootus soovide täitumiseks ärkab taas ellu
- tõstab meeleolu, täidab tervendava energiaga.

Kasutamine: soovid ei täitu pingutamisest hoolimata, lootus on tuhmunud, usk selle täitumiseks kadunud.



LOOTUSE VÄESTAMINE

ÜHTSUS OMA ELUÜLESANDEGA

Joonis 17

Energeetiline olemus: energia liigub eluorbiidil, mille keskel on ajatuse sümbol (joonis 17). Selle all on kaks kaart, mis sümboliseerivad meie tegemisi siin Maa peal, need on vajalikud oma eluülesande täitmiseks. Energijajooned on horisontaalse suunaga, sest maine, materiaalne tegevus on horisontaalne, vaimne aga vertikaalne.

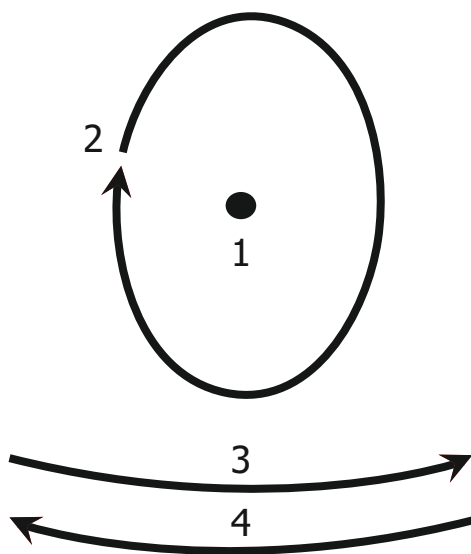
Teostamine: a) **kvantjoogat** tehes joonista kood enda ette parema käe põidlaga (1, 2, 4) ja vasaku käega (3) vastavalt joonisel näidatud suunas ja numbritega märgitud järjekorras (1, 2 sisse hingates ja 3, 4 välja hingates).

b) **mediteerides** hoia käed mõlemal pool koodi, põidlad vertikaalselt ülespoole, sõrmed õrnalt painutatud, keskmine soovisõrm teistest rohkem. On tunda samasugust liikumist kui joonisel, kusjuures käed ja sõrmedki võivad hakata iseenesest liikuma, energia on tark ja teab, kuidas toimida. Meditatsioonis toimuv näitab suunda eluteel, see on sümbolne ja tuleb lahti mõtestada, milleks teadmine sünnib alateadvuses.

Tervendav toime ja mõju:

- oleme kindlamad oma eesmärkides
- saame ühtseks oma eluülesandega
- kaovad kahtlused ettevõtmistes
- tõstab enesehinnangut.

Kasutamine: elumõte ja -siht kadunud; tekib küsimus, miks olen siia ilma sündinud, enesetapumõtted, ei leia oma kohta elus (töö, elukeskkond, elukaaslane, perekond jne), madal enesehinnang.



ÜHTSUS OMA ELUÜLESANDEGA

VAIMNE AVARDUMINE

Joonis 18

Energeetiline olemus: energia joonistab hobuserauakujulisi kaheksat kaart, liikudes vasakule ja siis paremale liikudes moodustub kaheksa kaart eelmiste kohale.

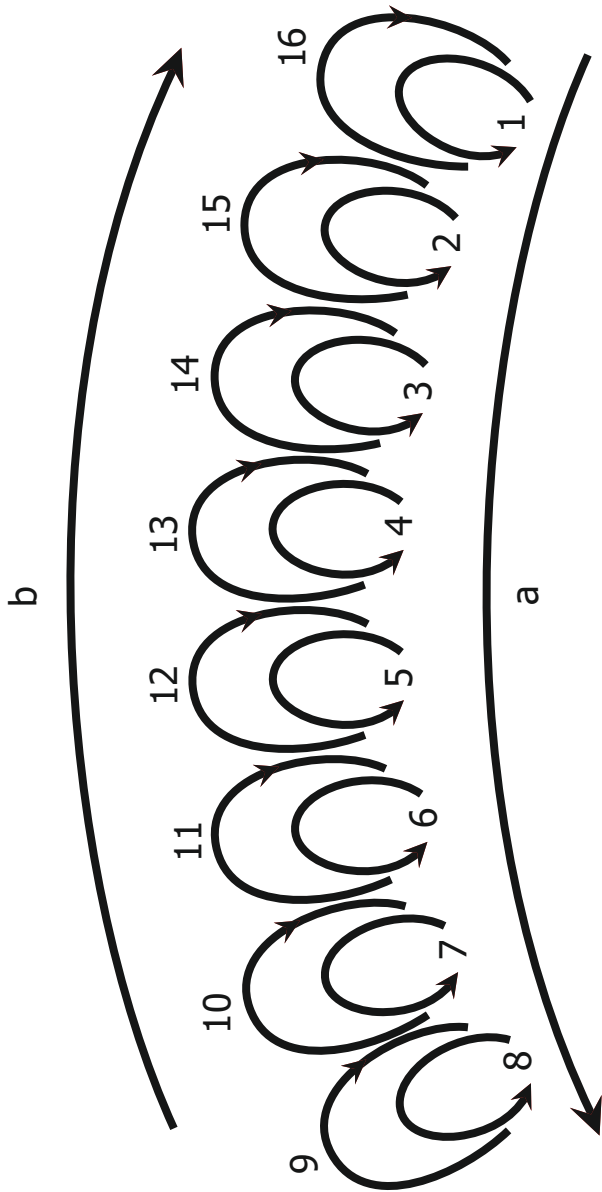
Teostamine: a) **kvantjoogat** alusta vasaku käega, joonistades õhku enda ümber kaheksa kaart vasakule liikudes ja välja hingates. Iga kaare vahepeal hinga sisse. Jätka parema käega paremale liikudes ja joonista alt lahtised kaared eelmiste kohale, ikka välja hingates. Joonista lahtiste kätega. Mida kauem koodi õhku joonistada, seda läbipaistvamaks ja sillerdavamaks muutuvad aura värvid. Toimub meie vaimne avardumine. Lõpeta põidlad püsti, sõrmed õrnalt koos.

b) **mediteerides** hoia käed joonise kohal, sõrmed õrnalt painutatud, peopesad suunatud joonise poole. Tekib tunne, et keha ja seda ümbritsevat välja venitatakse suuremaks, avaramaks.

Tervendav toime ja mõju:

- muudab selgemaks visiooni oma elust
- väestab meie energiaväljas oleva vaimse energia
- avardab hetkenägemust ja tulevikuvaadet
- laiendab piire, avardab teadvust, tunnetuse piire
- kirkastab valgust meie sees ja ümber
- viib transtsendentaalsesse maailma
- muudab teadvuse tasandit, saame kontakti kvantmaailmaga ja selle võimalustega.

Kasutamine: vaimne väsimus ja piiratus, kitsarinnalisus, egoistlik suhtumine ellu, enda ülendamine teiste ees, uimasus, unetus, raskustunne peas jms.



VAIMISE AVARDUMISE KOOD

UNIVERSAALNE ARMASTUS

Joonis 19

Energeetiline olemus: energia liigub hoogsalt seitsme kaarena vasakult paremale ülespoole ja kaheksas kaar suunaga allapoole (joonis 19), tuues kaasa universaalse armastuse tunde. Örnroosat värvi universaalne armastus on suunatud kõigi ja kõige vastu siin maailmas. Kui see ülim tunne meid valdab, tunneme siirast armastust nii päikesetõusu, taeva värvide, kõigi elusolendite, universumi jms vastu. Tunneme armastust igal hetkel, meie elu ise on kui suur armastus.

Teostamine: a) **kvantjoogat** tehes joonista parema käe pöidlaga seitse kaart välja hingates suunaga üles ja vasakult paremale, iga energija joone vahepeal hinga sisse ja kaheksas kaar suunaga alla, sisse hingates. Nii hingame endasse universaalset armastust.

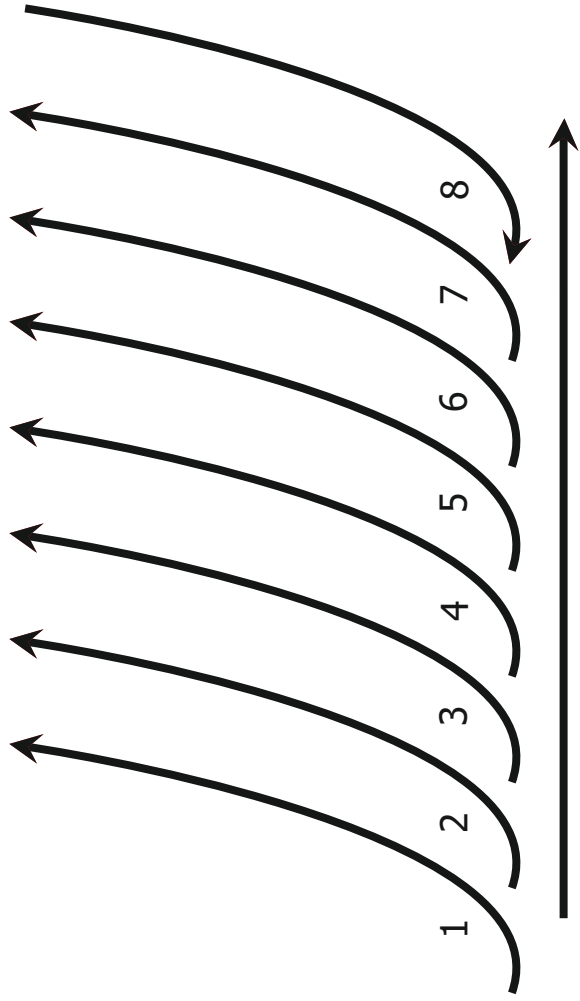
b) **mediteerides** aseta käed, sõrmed painutatud, joonise peale, sõrmed örnalt puudutamas koodi. Silmad kinni, tunnetame samasugust liikumist, kui koodi õhku joonistades. Meie sisevärvid lähevad üha heledamaks, kuni on örnroosad - siis oleme jõudnud universaalse armastuse valgusesse.

Tervendav toime ja mõju:

- õpetab tunnetama maailma ilu ja kõikjal olevat armastust
- vabastab üksindustundest
- aitab sisendada tingimusteta armastust
- saame tagasi valguse värvid endas ja oma elus
- arendab empaatiavõimet, taastab elurõõmu.

Kasutamine: lähedase kaotus, kurvameelsus, masendus, üksildustunne, segadus suhetes, armastuse puudus elus.

Joonis 19



UNIVERSAALSE ARMASTUSE KOOD

KONTAKTI LOOMINE ÜHTSUSTEADVUSEGA

Joonis 20

Energeetiline olemus: energiakood meenutab suurt M tähte, mille alt otstest väljuvad 10–22 energiamulli.

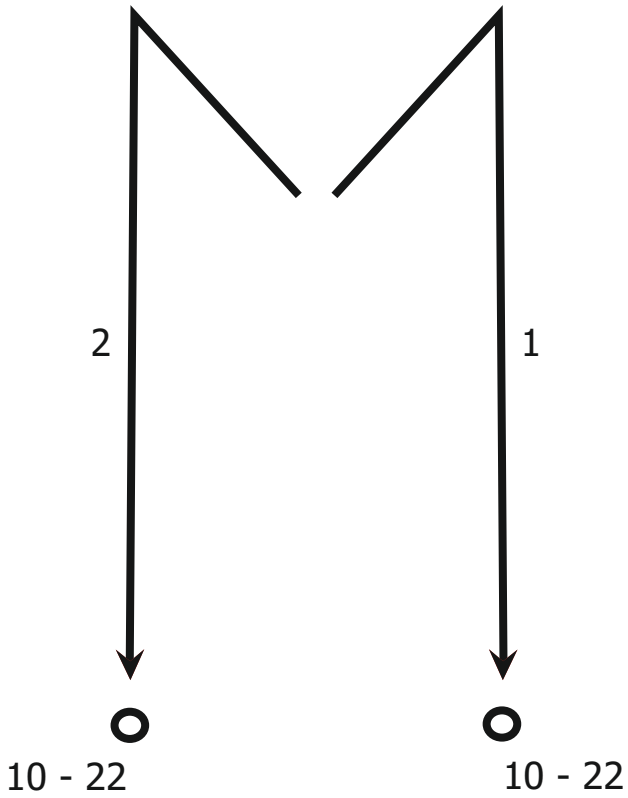
Teostamine: a) **kvantjoogat** tehes seisa, alusta välja hingates südame kohalt ja joonista õhku algul parempoolne osa parema käe pöidlaga ja siis vasakpoolne osa vasaku käe pöidlaga, jättes aega all mõlemal pool, et energia mullikesed saaksid väljuda. Iga järgmine energiakood joonista keha ette ülespoole liikudes, viimane ulatub peast kõrgemale.

b) **meditatsiooni** jooksul (peopesad suunatud koodi suunas) käte neljandad sõrmed painduvad iseenesest, tuletades meelde, et maapealne elu on nii enda kui teiste teenimine. Samas tekib ääretu kosmilise avaruse tunne. Sütib valguslamp, millega kaasneb tugev vagusvoog, mis suundub meie poole. Saame tõmmata endasse meile vajalikku reaalsust ja seal toimuvat.

Tervendav toime ja mõju:

- loob kontakti puhta, universaalse teadvusega
- loob infotunneli meie teadvuse ja kosmilise ühtsusteadvuse vahel, lülitab tööle südame aju
- suureneb vastuvõtuvõime universaalsest teadvusväljast
- avaneb ligipääs mitmemõõtmelisse nägemisvälja
- aitab teha sobivamaid valikuid elus
- avab tee uutele teadmistele ja võimalustele
- toob esile reaalsuse muutuse - teadvus loob reaalsuse.

Kasutamine ei suuda olla siin ja praegu, armastuse defitsiit, ei jaksa muutuda ega muuta, puudub harmoonia iseeneses, informatsiooni puudus, ei tee õigeid valikuid.



KONTAKTI LOOMINE ÜHTSUSTEADVUSEGA

AUTORIST MINU LÜHILUGU

Sündisin ja käisin keskkoolis Rakvere linnas. Koolitee kulges läbi kauni pargi, kus imetlesime partide sulistamist tiigivees ja veepinna põnevaid virvendusi ja laineid. Uurisime erinevate taimelehtede triipe ja mustreid.

Oli aeg, mil metsad rõkkasid linnulaulust ja ojades vulises kristallselge vesi. Puhas looduskeskkond aitas kaasa Elu sügavuti nägemisele ja tunnetamisele ning võimaldas meelemustrite muutusi.

Just lapsepõlves kogetu tõukas mind Tartus omandama geograafi ja psühholoogi elukutset. Tartus elades said alguse ka minu Hiina filosoofia ja meditsiini õpingud.

Samuti süvendas vaateja oskusi ja keskendumisvõimet maagilise Tartu füüsikaõpetaja Roopi Hallimäe juhendamisel läbi viidud meteoride, boliidide ja helkivate ööpilvede vaatlused. Vaatepilt tähtkujudest oma erinevate kujunditega ja nendest helendavate joontena läbi sähvatavad meteorid tekitasid minus müstilise tunde, lisaks salajased dialoogid tähtedega. Sellest taevasest tarkusest sündisid teadmised, mis äratasid minus hiljem huvi kvantmaailma vastu.

Viibides palju looduses, jõudsin üha sügavamale inimese ja looduse tunnetamiseni, kombates tavameeltele nähtamatut maailma, kuni selle väljades toimuva nägemiseni. Kvantnägemise baasil olen kirjutanud raamatud: „Eluenergia rütmid ja vägi“ ning „Kvantnägemine I osa. Tervendavad rannakivid“ ja „Kvantnägemine II osa. Kontakt tervendava eluenergiaga“.

Käesolevas raamatus kirjeldan infoväljast saadud energiakoode (infomustreid) ja seda, millist mõju need avaldavad meie kehale, hingele ja vaimule.

Tagasiside aadressil: linnamägi.anne@gmail.com.

See raamat on mõeldud kõigile, kes tahavad osa saada infoväljast saadud infomustrite saladusest ja mõjujõust kehale, hingele ja vaimule.

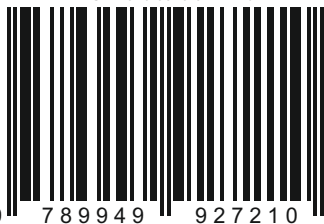
Infomustrid on universaalsed ja unikaalsed. Infoväljas on olemas info kõige olnud ja oleva kohta siin maailmas. Seetõttu võib saada infoväljast vastuseid mistahes küsimustele.

Kvantnägemisega kaasneb võime näha ja tunnetada energiamustreid kõikjal ja kõiges ning nende tähendust lahti mõtestada. Mul tarvitseb vaid esitada küsimus, kui vastus tuleb silmapilkselt infomustrina. Tavaliselt küsin energia-koodi, sest see on võti, mis käivitab teatud protsessi, millega parasjagu tegelen.

Miks just kvantjooga? Jooga eesmärgiks on teatavasti lisaks kehalise tervise tugevdamisele, teadvusseisundi muutmine, mõtlemise korrastamine, lahtiütlemine kannatustest, õnnetootlus, teekond iseenda juurde jms. Seda kõike võimaldavad ka raamatus kirjeldatud harjutused energiakoodidele, mis on antud otse infoväljast.

Raamatus on ära toodud 20 energiakoodi joonised. Iga koodi juures on juhend kasutamise kohta. Antakse ülevaade infomustri tervendavast toimest ja mõjust ning millal seda kasutada. Need harjutused on mõeldud ja jõukohased kõigile huvilistele.

ISBN 978-9949-9272-1-0



9 789949 927210