

УВОД



## ОТКРИТИЕТО, КОЕТО ПРОМЕНИ ВСИЧКО

**К**акво искате най-силно в живота си? Любов? Решение на здравословен проблем? Спокойствие? Постигание в област, в която винаги ви се е струвало, че имате по-големи възможности, отколкото досегашните ви резултати показват? Удовлетворение, което може да има хиляди различни форми? Как можете да постигнете онова, което ви държи будни през нощта и кара сърцето ви да бие по-бързо?

Това, което аз\* искам да споделя с вас, е познанието как можете да постигнете всички тези неща. То ми бе дадено през 2001 г. като дар от Бога.

Всъщност през 2001 г. аз бях човекът, който искаше всичко това. Последните дванайсет години от живота ми бяха изпълнени с тъга, депресия, отчаяние, безплодни старания и безсилие; безсилие в ситуация, която причиняваше болка и страдания не само на мен самия, но и на семейството ми. Всеки път, когато ми се струваше, че нещата малко се подобряват, те отново се връщаха в отчайващото състояние, което изпълваше с мъка съвместния ни живот.

Какъв беше този проблем? Двамата с Трејси се оженихме през 1986 г., убедени, че ще живеем щастливо до дълбоки старини. След шест месеца обаче Трејси започна да плаче от всяка греболия, да се тълче с шоколадови сладки и да се крие в стаята, заключвайки вратата. Въпреки че животът с мен веро-

---

\*Първоличното местоимение в единствено число обозначава Алекс Лойд, освен ако изрично не е указано друго. – Б. а.

ятно би докарал всяко същество на земята до подобно състояние, аз бях много загрижен. Досега не ѝ се бе случвало и Трейси не знаеше защо се чувства толкова тъжна (освен заради женитбата си с мен, разбира се). Скоро установихме, че Трейси има клинична депресия, от която вероятно е страдала през по-голямата част от живота си. В действителност депресията и тревожното разстройство минаваха през рода ѝ като професионална косачка през трева, висока една педя. Неколцина нейни родственици се бяха самоубили през последните три десетилетия.

### **Отчаяна нужда от помощ**

Опитахме всичко: консултации, терапии, витамини, минерали, билки, молитви, алтернативни техники за емоционално освобождение... всичко! Трейси изчете тонове книги за психология, самопомощ и духовност. Не знам колко пари изхарчихме в търсене на спасението – последния път, когато правихме сметка, сумата възлизаше на десетки хиляди долари. Някои от нещата, които опитвахме, са чудесни практики, които и до днес следваме, и част от тях наистина помогнаха, но Трейси продължаваше да страда от депресия.

Решихме, че отговорът може би е в антидепресантите. Ясно си спомням как една нощ се събудих от писъците на Трейси. Включих лампата и видях, че цялата е обляна в кръв. Кръвта беше навсякъде: по тялото, по нощницата ѝ, по чаршафите. Тя пишеше и плачеше едновременно. Посегнах към телефона да се обадя на 911, смятайки, че това е кръвоизлив. Питах се дали ще оживее и ако ли не, как ще отгледам сам шестгодишния ни син. В този миг разбрах какво се е случило: Трейси толкова силно бе грала краката си с нокти насън, че бе окървавила всичко около себе си. Антидепресантите имаха и много други странични ефекти, но този беше най-лошият.

Симптомите на депресията сами по себе си бяха много тежки. Веднъж Трейси си направи теста, поместен в края на

една от книгите, които четеше, и резултатите показаха изключително тежко състояние на депресия. Разгледах теста и потресен видях, че е отговорила с „да“ на въпроса дали през повечето дни ѝ се иска да умре. Каза ми, че е твърде страхлива, за да предприеме действия, но често си мислела колко хубаво би било, ако просто колата ѝ излезе от пътя и се размаже в някоя стена, за да сложи край на мъките ѝ.

Състоянието ѝ се отразяваше негативно върху всички аспекти на живота ни. Много пъти стресът стигаше до краен предел. След три години брак и двамата вече искахме да се разделим. Единственото, което ни спря, бе убеждението, че Бог е имал нещо по-добро предвид. С Трейси подновихме обетите си с повторен ритуал: наистина щяхме да бъдем заедно и в добро, и в зло.

Единственото нещо, което никога не ме е напускало, е надеждата. Тя ме караше да не спирам да се боря и да търся начини да помогна на Трейси. Завърших две докторантури, посещавах многобройни семинари, изчетох десетки книги по темата. Никъде не намерих отговорите, които търсех. Дали научих нещо? Със сигурност. Дали помърдях? Определено. Дали бях убеден, че ще открия отговора? Винаги.

И тогава се случи. За три часа. Сякаш бях единственото човешко същество на Земята, въпреки че навсякъде около мен имаше хора...

## **Схемата на изцелението**

Бях в Лос Анджелис на семинар за алтернативни методи в психологията. Вече бях на летището в очакване на полета към Вкъщи, когато мобилният ми телефон иззвъня. Вдигнах и чух: „Здрасти“. Побиха ме тръпки. Трейси беше в тежко състояние. Тя плачеше, защото синът ни Хари, който по онова време беше на шест години, не разбира, че всъщност е болна. Ако си бях у дома, щях да използвам някои техники за овладяване на

симптомите. Но нямаше как да ѝ помогна от три хиляди мили разстояние. Говорихме и се молихме заедно, чак докато стюардесата ме помоли да си изключа телефона. Започнах да правя онова, което бях правил всеки ден през последните дванадесет години: да се моля за Трейси.

И тогава се случи онова, заради което пиша тази книга. Сигурно най-точно би било да кажа, че Бог записа в ума и сърцето ми онова, което сега наричаме „Лечебни кодове“®.

Не ме разбирайте погрешно: не виждах ангели през прозорците на самолета. Нямаше тайнствени мъгли и облаци. Не чувах небесна музика. Но онова, което изпитах, бе толкова различно от всичко, което бях преживявал дотогава, че веднага разбрах: ето го отговора на дванадесетгодишните ми молитви. Видях го в съзнанието си така, както бях виждал много други идеи, но не беше същото. Ако ви се е случвало някога да ви хрумне нещо и да си кажете: „Каква страхотна идея!“, значи знаете за какво говоря. Е, така беше, като изключим усещането, че идеята не бе моя. Все едно я гледах по телевизията. Беше в главата ми, но не идваше от мен. Сякаш „четях“ схемата на система за лечение, която никога не бях срещал. Разкри ми се физически механизъм в тялото, който може да изцели духовен проблем: погрешни вярвания. Показа ми се система, която обясняваше как може да се противодейства на действителния източник на всички проблеми в живота с помощта на елементарни упражнения с ръцете. Започнах да записвам. Писах, докато ръката ми се схвана, и аз буквално казах на глас (помня, защото се огледах, притеснен да не би някой да ме е чул): „Господи, или трябва да намалиш темпото, или да ми го повторш. Не мога да пиша толкова бързо!“

Когато се прибрах у дома, изпълних схемата, дадена ми от Бог, и отстраних проблема, който владееше живота ми повече от десетилетие. Сега, когато пиша тези редове осем години по-късно, мога да ви уверя, че Трейси не е вземала никакви лекарства оттогава и се чувства чудесно всеки ден. Да, след първите четирийсет и пет минути депресията се върна, но за три седмици ежедневно прилагане на Лечебните кодове из-

чезна завинаги. След всички тези години, които бяхме преживели в болезнено търсене на решение, каквото и да е решение, което би ни върнало нормалния и спокоен живот, радостта и вълнението ни бяха неописуеми. През 2006 г. Трейси официално смени името си на Хоуп\*. След толкова години на безнадеждност тя вече се чувстваше друг човек. Вече беше Хоуп.

След онази съдбовна нощ, когато открих системата, която по-късно нарекохме Лечебните кодове, в понеделник сутринта отидох в частния си кабинет и много се вълнувах, защото възнамерявах да използвам новия метод в работата си с десетки клиенти с подобни проблеми. Техните болки и разочарования, разбитите им сърца търсеха отговор. *Хората* търсеха отговор. Когато започнах да споделям Лечебните кодове с тях, стана точно това, което и очаквах: депресията изчезваше, тревожността се заменяше от спокойствие, проблемите във взаимоотношенията им се топяха. Дори по-сериозни психични и емоционални проблеми се изцеляваха последователно, предсказуемо и в повечето случаи бързо.

## **Кръгът на изцелението се разширява**

Шест седмици по-късно се случи нещо неочаквано. Моя скъпа клиентка ме попита дали може да поговорим насаме. С озадачено изражение, което не бях виждал дотогава, ми каза, че не помни да ме е осведомявала, че страда от множествена склероза. За съжаление, веднага пред очите ми мина една лекция по професионална етика и признавам си, уплаших се да не решим да ме съди. Смутено и нервно започнах да преглеждам нейното досие, казах ѝ, че наистина не знам за какво говори, когато осъзнах, че не затова е дошла при мен.

Изпълнен вече със състрадание и любов, аз затворих папката, отместих я, погледнах жената право в очите и казах: „И аз

---

\*надежда (англ.) – Б. пр.

не помня. Защо питате?“ Тя избухна в несдържан плач. Когато се успокои, ми разказа, че току-що се връща от болницата „Ван-дербилт“ в Нашвил, където са ѝ съобщили, че вече няма множествена склероза. Аз бях толкова трогнат, че също се разплаках. После сълзите се превърнаха в смях и двамата заедно се разсмяхме. „Как го направихте? – попитах аз. – Моля ви, кажете ми, за да мога да го споделя и с други клиенти. Това е прекрасно... толкова се радвам за вас“.

И тогава тя ми каза: „виновниците“ били Лечебните кодове, които я бях посъветвал да прилага през последните шест седмици. Нямамо какво друго да е. Това било единственото различно нещо, което била правила.

Реших, че това е някаква аномалия. Изключение. Необичайна реакция. Докато няколко седмици по-късно не чух подобна история, само че ставаше дума за раково заболяване. Скоро след това – за диабет. За мигрена. За болест на Паркинсон. И прочие, и прочие.

Тогава разбрах, че онзи ген, на десет хиляди метра височина във въздуха, съм получил нещо много, много повече от това, на което се бях надявал и за което се бях молил. Осъзнах какви чудесни последствия за здравето на хората по света може да има то, но знаех, че никога няма да повярва, само защото го казвам. Всъщност повечето хора изобщо не биха повярвали на подобни истории за изцеление. Звучаха твърде невероятно, твърде фантастично, твърде сензационно. Всеки ген ни бомбардират със „сензации“, които се оказват пълно разочарование, щом се опитаме да ги приложим към собствения си живот и условия.

## **В търсене на доказателство**

За да мога да споделя Кодовете със света, трябваше сам да се убедя с ума и сърцето си в две неща. Първото бе, че те са в хармония със собствените ми духовни вярвания. В продълже-

ние на две-три седмици „натисках бутона за пауза“ и отделих време да се моля, да разговарям с пастора и с духовния си наставник, да чета Библията, за да разбера дали всичко това не противоречи на Светото писание. Накрая се убедих, че този метод на лечение в много по-голяма степен съответства на вярата от всичко останало, предлагано от традиционната или алтернативна медицина. Той изцелява точно това, върху което акцентира Библията, в пълно съответствие с начина, по който Бог е създал Вселената и телата ни.\*

Второто нещо, в което самият аз трябваше да се убедя, бе, че Лечебните кодове могат да бъдат научно и медицински доказани. Това ми беше необходимо, защото започвах да осъзнавам, че ако това е толкова добро, колкото ми се струваше, трябваше да направя някои радикални промени в живота си и да го разкажа на целия свят. В общи линии, трябваше да се откажа от частната си практика. Имайте предвид, че се бях трудил пет години за докторската си степен, и никак не ми бе лесно. Трябваше едновременно с това да се боря с депресията на Трейси, да работя на две места, да изпълнявам всичките си ангажименти на редовен докторант, да си плащам образованието и да издържам нарасналото си семейство (по това време се роди първият ми син). Неведнъж сме яли фъстъчено масло или боб с ориз за вечеря. Когато се сдобих с дипломата, само след година вече имах списък с клиенти, чакащи на опашка за шест месеца напред. Практиката ми на терапевт процъфтяваше и ние най-после се радвахме на плодовете на труда ми.

Каквито и невероятни резултати от Лечебните кодове да наблюдавах при Трейси и клиентите си, държах сам да се убедя в тях. Трябваше ми доказателство.

---

\*Ако ви интересува в по-големи подробности как достигнах до това заключение, ще намерите повече информация на уебсайта, до който ще имате достъп, след като регистрирате книгата на адрес [www.thehealingcodebook.com](http://www.thehealingcodebook.com). Търсете „духовна обосновка“ (spiritual underpinnings). – Б. а.

Следващата година и половина бе посветена на усилия да докажа на себе си, че това наистина е по-добро от всичко останало, с което разполагаме. Насочих се към теста за вариабилност на сърдечната честота (ВСЧ) – златен стандарт за измерване на стреса в автономната нервна система. Проучванията ми сочеха, че почти всички проблеми, които човек може да си представи, по един или друг начин могат да се проследят до стрес. Вярвах, че, ако Лечебните кодове наистина лекуват всичко, както изглежда, те премахват стреса от тялото, защото в повечето случаи не бяха пряко насочени към лечението на тежките заболявания, за които ви разказах. Всъщност единствените проблеми, към които бяха насочени Кодовете – минали, настоящи и бъдещи, бяха духовните терзания на сърцето.

## **Смайващите резултати**

Резултатите от изпитанията с теста за вариабилност на сърдечната честота, които провеждах в продължение на година и половина, далеч надминаха очакванията ми. Един лекар ми каза, че резултатите, които съм получил, са безпрецедентни в историята на медицината. Какви бяха те? В повечето случаи Лечебните кодове просто освобождаваха дестабилизираната автономна нервна система от стреса в достатъчна степен, за да ѝ позволят да си върне баланса след двайсет минути или по-малко. Голяма част от хората (седемдесет и седем процента) запазваха баланса си 24 часа след това, както сочеха тестовете. Според литературата по въпроса, както твърди д-р Роджър Калахан в книгата си „Как да се освободим от кошмарите вследствие на травма“, най-краткото време, за което една терапия може да намали в такава степен стреса, е шест седмици. Оказва се обаче, че Лечебните кодове бяха в състояние да отстранят стреса от тялото за двайсет минути и дори по-малко, а именно той бе източникът на почти всички проблеми.



Макар моите тестове да не бяха преминали клинични изпитания и двоино сляпо проучване, те ми бяха достатъчни, за да покажа на хората с отворено съзнание, че има надежда за проблема им. Знаех, че съм открил онова, което търсех и което мнозина смятаха за непостижимо: метод, който лекува първоизточника, а не симптомите и при това има траен ефект. Разполагах с онова, което ми бе нужно, за да се откажа от частната практика и да създам организацията „Лечебни кодове“ в сутерена на къщата си, без реклама и със съвсем малко пари. Чувствах, че нося отговорност към хората, които страдаха също като Трейси и мен самия през последните дванайсет години. Сега с вълнение ви представям този дар, който ми бе даден от Бог през май 2001 г., за да можете и вие да намерите изцеление в живота си, както много други хора около мен.

Алекс Лойд