



## Experimentar la consciencia pura de la mano de Frank Kinslow

Asistimos al taller que impartió en Barcelona, en el que explicó qué es la curación cuántica

La sala está totalmente llena. Entre los asistentes, algunas personas con minusvalías físicas. Participamos en el taller del dr. Frank Kinslow y, como el resto de los participantes, deseamos saber cómo aplicar la curación cuántica de la que habla en sus exitosos libros. Sin embargo, una de las cosas que repite Kinslow una y otra vez es que su sistema –que ha registrado con el nombre de Quantum Entrainment– no es un método de curación o una técnica de sanación energética, como el reiki o el toque cuántico, sino una manera de experimentar la “consciencia pura”.

### Inmersos en la nada

“Consciencia pura es la quietud absoluta”, dice Kinslow, algo así como como la esencia inmutable de nuestro yo, lo que permanece a pesar de los continuos cambios vitales, el ser, la energía creadora, “la nada”. Parece que Kinslow nos está invitando a hacer un viaje espiritual, y todos

deseamos empezar. Pero eso de “la nada”... ¿Puede nuestra mente, que controla los sentidos y las emociones, entender algo tan profundo y abstracto?

“Para experimentar la nada”, explica Kinslow, “la mente debe dejar de pensar, debemos dejar de hacer”. Y enseguida propone un sencillo ejercicio: “Con los ojos cerrados, prestamos atención al devenir de nuestros pensamientos durante unos segundos; después, nos preguntamos: ‘¿de dónde vendrá mi próximo pensamiento?’, y permanecemos muy atentos a lo que sucede justo después de formular esa pregunta.” “¿Qué ha pasado?”, pregunta Kinslow a los asistentes. “Se ha producido una pequeña pausa en vuestro pensamiento mientras esperabais el siguiente. En ese intervalo no existen pensamientos”.

Entre los asistentes se observan caras de sorpresa ante el pequeño gran descubrimiento: durante unas milésimas de segundo, es posible no pensar, se detiene el

tumulto mental. Si se repite este ejercicio algunos minutos, ese espacio se hace más evidente, más claro. Ahí, y de una forma sumamente sencilla, es adonde Frank Kinslow quiere llevar a los participantes del taller, sin necesidad de complejas técnicas de meditación que requieren un largo y a veces infructuoso aprendizaje.

“Lo único que habéis hecho es observar el intervalo entre pensamientos, y automáticamente, sin esfuerzo, vuestros cuerpos se han relajado y vuestra mente se ha sosegado. Eso es lo que sucede cuando empiezas a funcionar y a vivir en los niveles más tranquilos de la mente. El cuerpo y la mente están íntimamente relacionados y, cuando la gente deja de pensar con tanta intensidad, el cuerpo se relaja y descansa”, explica en su libro *La curación cuántica* (Editorial Sirio). “No somos los pensamientos, sino que simplemente somos”.

### ¿Qué es la 'eumoción'?

Para llegar a experimentar la consciencia pura, debemos sentir lo que Kinslow llama “eumoción” (*eufeling*), que es un atisbo de nuestra esencia interior, una sensación de bienestar. En otras palabras, una especie de arrobamiento que podemos describir con palabras como paz, tranquilidad, silencio, amor, serenidad, alegría...

¿Cómo sentir eumoción? Ante el desconcierto en la sala por un concepto tan desconocido, Kinslow propone un nuevo ejercicio. Sentados con los ojos cerrados, recorremos el cuerpo intentando fijar la atención en cada una de sus partes. Después, ampliamos la consciencia hasta sentir el espacio que hay entre nosotros y el compañero. Luego, el espacio de toda la sala y de todo el edificio. Nuestra consciencia sube más tarde y observa el edificio desde arriba; sigue subiendo y puede ver el barrio entero, como si fuéramos un pájaro que mira desde el cielo. Subimos más y más, contemplamos la ciudad, el país, la tierra entera, para seguir más arriba y tomar conciencia del sistema solar, de nuestra galaxia, del universo entero, y ver cómo se hace pequeño y apenas es un pequeño punto de luz mientras nosotros nos hallamos más allá de la materia, suspendidos en la nada. Después, hacemos el proceso contrario hasta volver a nuestra silla y a nuestro cuerpo.

Esa sensación que se instala en nosotros de tranquilidad o gozo tras la experiencia es lo que Kinslow llama eumoción, la pie-

dra angular del sistema de enriquecimiento personal Quantum Entrainment.

### ¿Es posible curar?

A pesar de que Kinslow ha empezado explicando que no es un método de curación, buena parte del taller se basa en cómo realizar la “triangulación” para aliviar los problemas de uno mismo o de otra persona, incluso las enfermedades. Consiste en tocar con dos

dedos a una persona, centrar totalmente la atención en esos dos dedos y luego sumar la eumoción. Con esa técnica de tres puntos, cuando somos conscientes de los dos dedos a la vez más la eumoción, “algo mágico sucede, nos sentimos bien”, y la intención es “contagiar” ese bienestar a la persona que estamos tocando.

En sus libros describe algunas “curaciones” utilizando esa técnica. Muchas veces, como relatan los propios testimonios de la sala, el que intenta dar bienestar a otra persona es el primer beneficiado. Una mujer cuenta que su dolor por una inflamación ha desaparecido mientras tocaba con sus dedos a su compañero en el taller. “Siempre es bueno –explica Frank Kinslow–, nunca dañará.”

En la sala hay una gran expectación y más personas relatan pequeñas mejorías. Alguien explica que, a pesar de sentirse muy congestionado por un monumental resfriado, una hora más tarde, durante el descanso para comer, ha sacado de golpe toda la mucosidad. Luego, aunque sigue resfriado, respira mucho mejor.

Al ver a algunas personas impedidas físicamente, nos preguntamos si el Quantum Entrainment despierta demasiadas expectativas. Lo comentamos con Frank Kinslow en una de las pausas del encuentro: ¿qué pasa si alguien asiste a sus talleres con la esperanza de sanar y eso no ocurre? De hecho, en el taller hay personas que han venido de muy lejos para poder participar, una de ellas, incluso de Japón y a pesar de padecer una fobia a los aviones.

“La sanación siempre ocurre, pero no siempre como pensamos o queremos que suceda. Cuando hacemos Quantum Entrainment, no buscamos un resultado, simplemente lo hacemos y es-



**"Somos como conductores de luz y la consciencia pura es nuestra electricidad. Sin resistencia a ella, podemos brillar"**

peramos a ver qué pasa. Quizás ocurra en otro sitio, donde se necesite más. Si tienes células cancerígenas que se están formando y tú quieres que no te duela la cabeza, primero la sanación irá a las células cancerígenas. Pero no siempre va en la dirección de lo que queremos. Recuerda que no es una técnica de sanación. Cuando somos conscientes de la consciencia pura, todas las fuerzas de la creación empiezan a sanar. ¿Quién soy yo para decir lo que hay que hacer mejor? Esa sabiduría que tiene la creación sabe mejor hacia dónde tiene que ir.”

### No hacer, solo experimentar

Sin embargo, en ese sentido, cualquier técnica de meditación encaminada a acallar los pensamientos debería dar el mismo resultado, ¿qué tiene el Quantum Entrainment de diferente?, preguntamos desde *Integral*. “Uno es consciente, pero no puede ‘intentar’ ser consciente de la consciencia pura. Hacer una técnica es ‘intentar’ algo, es una actividad, y no puedes hacer una actividad y nada a la vez. Con Quantum Entrainment, nosotros no hacemos nada, simplemente experimentamos.”

Él mismo practicó muchos tipos de técnicas espirituales buscando respuestas e iluminación, y fue al “dejar de hacer” cuando sintió que había descubierto su propia esencia.

### Observar

La triangulación no es fácil de entender para los que se enfrentan a esta propuesta por primera vez. Lo curioso es que, en su libro *El secreto de la vida cuántica*, Kinslow se olvida de la triangulación y describe una forma de experimentar la consciencia que no requiere apenas esfuerzo. “Bueno, con el tiempo se perfecciona –declara a *Integral* sin darle mucha importancia a este asunto–. A la mente no le gusta la consciencia pura porque es ‘nada’. En la triangulación se utilizan tres puntos porque la mayoría

de la gente necesita eso, ya que sus mentes son muy activas. Así es más sencillo, y tal y como lo explico en *El secreto de la vida cuántica* es más abstracto. Pero no es distinto, es simplemente eumoción”.

Ese camino más “abstracto” lo enseña en la segunda parte del taller y lo describe con mucha claridad en su libro. Hay que buscar un sitio tranquilo, sentarse cómodamente y cerrar los ojos. Se deja que la mente deambule unos segundos y se observa cómo los pensamientos vienen y van. No hay que hacer esfuerzo, sino solo una atención concentrada, “como un gato vigilando el agujero de un ratón”, describe Kinslow. Con esa observación, los pensamientos se sosiegan. Tanto es así que llega un momento en que se detienen y es ahí donde nos hallamos con la consciencia pura. Si se repite algunos minutos, se consigue que ese espacio se alargue, parece que el tiempo se detenga. Es entonces cuando se instala la eumoción, que puede ser algo sencillo como silencio o más profundo como éxtasis. Solo hay que observar, nunca intentar controlar ni dirigir.

“Somos como conductores de luz, como bombillas. Si la electricidad pasa a través de nosotros sin resistencia, brillamos luminosos. Pero la menor de las interferencias con el fluido natural de los electrones provocará más calor y menos luz. La consciencia pura es nuestra electricidad. Gran parte de la población mundial es mala conductora de consciencia pura y ello provoca luchas y desórdenes. Podemos ser expresiones incoherentes del orden infinito de la vida. Pero aquellos que somos conscientes de la consciencia pura somos como la luz de láser, que es coherente.” **CECILIA NOVA**

MÁS INFORMACIÓN EN INTEGRAL PRÁCTICA