ایموشن کد

ایموشن کد (کد احساسی) بوسیله دکتر بردلی نلسون پزشک کایروپراکتیک (فن ماساژ وجابجا کردن ستون فقرات) کل نگر بوجود آمده است. کار دکتر نلسون بر پایه مبحث وقایع با بار احساسی که از گذشته در بدن بصورت احساسات به دام افتاده ذخیره شده بنا شده است.

این انرژی ها فضایی اشغال می کنند و ارتعاشات بدن را در جایی از بدن که گیر افتاده اند از شکل طبیعی خارج می کنند، در نهایت نه تنها به سمت تخریب یک ارگان یا بافت در آن محدوده میرود بلکه عموما در کل بدن این اتفاق می افتد. ایموشن کد کاملا انرژی احساسی یا "چمدان عاطفی" را از گذشته آزاد می کند.

"احساسات بدام افتاده" چیست؟

احساسات به دام افتاده انرژی منفی احساسی ناشی از حوادث و یا صدمات گذشته است که ما هنوز با خودمان به اطراف حمل می کنیم. احساسات به دام افتاده می تواند موجب انواع "علائم" شود. آنها می توانند مانع از از پیدا کردن عشق واقعی و شادی مردم شوند و حس انزوا و تنهایی ایجاد نماید. به گفته دکتر بردلی نلسون ، احساسات به دام افتاده است از انرژی ساخته شده است، درست مثل بقیه بدن، و آنها می توانند بر بافت های فیزیکی تاثیر بگذارند. احساسات به دام افتاده می تواند درد ، نقص و بیماری احتمالی ایجاد کند. علاوه بر این، احساسات به دام افتاده می توانند تاثیر بسیار زیادی بر نحوه تفکر، انتخاب هایی که می کنید و اینکه به چالش های روزانه چگونه واکنش نشان می دهید ایجاد کند.

احساسات به دام افتاده توسط دکتر براد به عنوان توپی از انرژی توصیف می شود که می تواند در بدن گیر افتاده باشد. آنها در فرکانس های مختلفی بسته به احساسی خاص ارتعاش می کنند. احساسات به دام افتاده و یا ارتعاشات منفی اغلب می تواند بر بخشی از بدن که در آن آنها گیر کرده است تاثیر بگذارد، اما همچنین می تواند تعادل کلی و سلامتی را مختل نماید.

آزادسازی احساسات به دام افتاده بدن را متعادل می کند، بنابراین بدن می تواند قابلیت های درمان خود را کامل بازیابد. با استفاده از ایموشن کد، من اغلب مشاهده کرده ام که مسائل فیزیکی و احساسی ناپدید می شوند یا شدت آنها کم می شود.

چگونه احساسات به دام افتاده آزاد می شوند؟

ایموشن کد یک تکنیک قدرتمند است که ازحرکت شناسی (تست عضله) برای دسترسی به ذهن ناخودآگاه و محل احساسات به دام افتاده استفاده می کند در نتیجه آنها می توانند آزاد شوند.

احساسات به دام افتاده با استفاده از انرژی مغناطیسی آزاد می شوند و این چیزی است که در حالت تلفنی شما را بدان هدایت می کنم. هر نوع آهنربایی کار خواهد کرد و مشتریان اغلب از آهنربای مورد علاقه خودشان استفاده می کنند. آهنربا در سنت شفادهی برای هزاران سال مورد استفاده قرار گرفته است. آهنرباها انرژی هستند، همانگونه که بدن شما انرژی است. به همین دلیل یکی می تواند بر دیگری اثر داشته باشد. هنگامی که ما یک احساس به دام افتاده را با ایموشن کد مشخص می کنیم، از یک آهنربا برای جابجا کردن و یا کشیدن این انرژی به خارج از بدن استفاده می کنیم.

مریدین حاکم (مردین DU) و مسیر انرژی که از روی سر و به پایین پشت و کمر شما امتداد دارد، یک مخزن انرژی است که به تمام مردین های طب سوزنی کل بدن متصل است. بنابراین با کشیدن و یا آزاد کردن انرژی از آن، ما بر انرژی در سراسر بدن تاثیر می گذاریم و احساسات به دام افتاده آزاد می شوند.

اعتقاد دارم که چند راه وجود دارد که این عمل کند:

- مانند حرکت دادن یک آهنربا روی پشت کارت اعتباری شما جایی که نوار مغناطیسی آن وجود دارد. آهنربا اطلاعات ذخیره شده آن را "پاک" می کند. این شبیه به آن چیزی که که روی "کد" یا اطلاعات احساسات به دام افتاده که روی آن کار می کنیم است.

دکتر بردلی نلسون مطرح می کند که توپی از انرژی منفی (احساسات به دام افتاده) اغلب مدفون شده اند. همانطور که ما بصورت خلاصه در مورد این انرژی صحبت می کنیم، اغلب مدت زمانی که این احساس به دام افتاده مشخص می شود و به سطح بدن می آید. من اعتقاد دارم که احساسات فقط مقداری "توجه" می خواهند. همانطور که ما در مورد آنها صحبت می کنیم، آنها را به بیرون آمدن فرا می خوانیم، وقتی آنها به سطح بدن نزدیک شدند، انرژی مغناطیسی آهنربا به راحتی می تواند آنها را بدست گرفته و آزاد نماید.

- نیت . نیت بخش بزرگی از شفابخشی است. قصد ما فقط یک انرژی است و آهنربا در عملا انرژی را افزایش می دهد و به ما اجازه می دهد تا آنرا به اندازه کافی برای تهیه یک تغییر در بدن تقویت کنیم.

آیا آن را احساس می کنم؟

ممکن است شما هم احساس کنید! بسیاری از مشتریان من همانطور که انرژی از بدنشان خارج می شده، احساسات مختلفی را گزارش داده اند. این شامل خمیازه کشیدن (که نشانه خیلی خوبی از آزاد شدن انرژی است!)، لرز کردن، یک موجی از تهوع، سردرد گذرا، گاهی اوقات آروغ زدن و موارد دیگر. همه اینها بستگی به بدن شما دارد. گاهی اوقات مشتریان به سادگی احساس خاصی که در حال آزاد کردن هستیم را حس می کنند، مانند خشم یا غم و اندوه و گاهی اوقات چیزی احساس نمی کنند که این هم خوب است.

پس از آزاد کردن احساسات به دام افتاده چه اتفاقی می افتد ؟

بدن شما دقیقا می داند چه تعداد احساس به دام افتاده را می تواند آزاد نماید و با چه ترتیبی آنان را آزاد نماید. شما پس از هر جلسه به زمانی برای "پردازش" نیازمند هستید. پردازش زمانی است که مقداری از پس باقیمانده

انرژی هایی که آزاد کرده ایم ممکن است به اندکی زمان بیشتر برای کار در مسیر خروج از سیستم شما نیاز دارند. این معمولا 1 تا 2 روز طول می کشد ، اما می تواند برای برخی از مردم به 4 یا 5 روز طول بکشد.

هر فردی در پردازش متفاوت است، از چه تعداد از احساسات که آنها می توانند در یک جلسه آزاد نمایند گرفته تا چه احساسی بعد از آن دارند. همچنین درگیر چه تعداد احساسات به دام افتاده در یک مسئله هستید متفاوت است.

دیوار قلب چیست؟

دیوار قلب یک کشف بسیار مهم توسط دکتر بردلی نلسون است. در طول دفعات دردهای شدید احساسی یا استرس ها، قلب شما می تواند "اندوه" و "شکستن قلب" را تجربه کند. گاهی اوقات، ذهن ناخودآگاه معتقد است که ما نیاز به قرار دادن یک "دیوار" در اطراف قلب برای محافظت از آسیب دیدن آن هستیم. احساسات به دام افتاده است در دسترس ترین انرژی معلق در اطراف بدن هستند، بنابراین ذهن آن را به عنوان "مصالح ساختن دیوار" مورد استفاده قرار
می دهد. این دیوار ممکن است بواقع به حفاظت از قلب ما کمک کند اما این ما را بصورت گیر افتاده در فضای قلب خودمان و زندگی و احساس زندگی در پشت دیوار انرژی احساسی منفی قرار میدهد.

ادامه دارد ...

آیا شما دیواری دور قلب خود دارید؟ یافتن آن چطور زندگی شما را تغییر می دهد؟

روند شگفت آور و پرماجرای آزاد کردن انرژی احساسی گیر افتاده چیزی است که تمام تمرکز تمریناتم است. قویا اعتقاد دارم که این انرژی های احساسی می تواند هر بخشی از زندگی ما را متوقف کند: ثروت، عشق، امور مالی و سلامتی. می توانم به وضوح ببینم (آه چقدر عشق پنهان درونم دارم!). اولین نقشی که آنها بازی می کنند در بیماری های مزمنی است که سالهاست از آن رنج می برم، همچنین ناتوانی ام در بودن "من" واقعی و جذب آن نوع شریکی که همیشه رویای آن را داشته ام.

در کار با بیماران فهمیدم که انرژی های احساسی پردازش نشده می تواند به تمایل برای نشان دادن علائم مختلف بیماری در بدن منجر شود. عقیده دارم انرژی احساسات گیر افتاده می تواند خود را در هر جای بدن جای بگیرد و موجب نقص عملکرد ارگان ها، عروق، بافتها و سلول هایی که آنرا احاطه کرده گردد.

یکی از چیزهایی که خیلی به وضوح دیده ام یک الگو است که چه اتفاقی می افتد وقتی انرژی احساسی گیرافتاده اطراف قلبتان وجود دارد. عمیقا باور دارم این بخاطر اینست که قلب بنای بودن ماست، بخشی از ما که به آرامی ما را در جهان هدایت می کند و به این سو و آن سو می کشد، همان که سفر ما را رقم می زند که آن چه باید باشد. اگر این متوقف شود، یک بخش از ما می تواند از احساس کردن زندگی، لذت و حتی خودمان منقطع شود.

چقدر قلب شما در سلامتی احساسی سالم شما موثر است؟

آیا می دانید قلبتان چقدر مهم است؟ این قویترین ارگان در بدن شماست. بنا به گفته دکتر بردلی نلسون، قلب شما 60 تا 1000 بار بیشتر از مغز توان و انرژی الکترومغناطیس تولید می کند و ما فکر می کنیم مغز ما مسئول همه چیز است، اینطور نیست؟

مطالعات نشان می دهد که سیگنال های قلب ما به بیرون و اطراف بدن ما امتداد می یابد و در واقع قابلیت دارد روی امواج مغزی دیگران تاثیر بگذارد.

ماشینی بنام مگنتوکاردیوگرام (MCG) به دانشمندان برای کشف میدان مغناطیسی قلب که تا 3/7 متر اطراف بدن گسترش می یابد کمک کرده است! با استفاده از این تکنولوژی پیشرفته، دانشمندان چیزی را درباره قلب تائید کردند که بایستی ما را به تفکر وا دارد که تا چه اندازه این عضو در سلامتی احساسی ما اهمیت دارد.

- هر بار که قلب می تپد، به تمام سلول های بدن پیام می فرستد
- مغز شما در واقع از پیام های ارسال شده توسط قلب اطاعت می کند
- قلب می تواند برای خودش "فکر" کند
- قلب توانایی دارد که چیزها را "به یاد بیاورد" (این بهترین موضوع ثبت شده در داستانهای فراوان پیوند قلب بیماران است که روی ویژگی ها، دوست داشتن/دوست نداشتن اهداکنندگان آنان، از آن صحبت می کنند)

قلب و مغز با هم یک گفتگوی دوطرفه پیوسته دارند، با هر تاثیری دیگری واکنش نشان می دهد. هر سیگنال که قلب به مغز ارسال می کند می تواند بر ادراک، روند احساسی و عملکرد شناختی بهتر، اثر بگذارد. این سیستم و مدارها که با نام "مغز قلب" شناخته می شود بوسیله محققین عصب و عروق شناس مشاهده شده است. آنها همچنین می گویند "تحقیق نشان می دهد میدان قلب ما همانطور که ما احساسات متفاوتی را تجربه می کنیم" بصورت مجزا تغییر می کند." – موسسه Heartmath

آیا شما دیوار قلبی دارید؟

آیا تا کنون حس کرده اید حس های فیزیکی را ما عموما به چیزی بنام "درد قلب؟" نام می بریم؟ این حس کردن فشار یا ناراحتی در سینه و گلو وقتی ما حس حمله، غم و اندوه، غصه عمیق یا تنهایی می کنیم رخ می دهد.

دکتر بردلی نلسون، دکتری که دیوار قلب را کشف کرده است معتقد است اگر شما این تجربه را بیش از دو بار در زندگی داشته باشید، ذهن ناخودآگاه شما یک "دیوار انرژی" برای محافظت قلب شما در برابر قلب درد و علیه حمله های بیشتر تشکیل می دهد.

چه اتفاقی می افتد هنگامی که دیوار قلب برداشته شود؟

معتقدم که آن یکی از مهم ترین چیزهائی است که من می توانم برای بهبود ابعاد زندگی فردی انجام دهم. بعضی وقتها آنی، اما اغلب با کمی گذشت زمان، بیماران گزارش های بهبود مختلفی را به شرح زیر ارائه نموده اند:

- حس کردن آزادی احساسی بیشتر
- الگوهای خود تخریبی ناپدید شده
- تغییرات عظیمی از غم و اندوه، ناامیدی و ترس بیش از حد و نگرانی
- قابلیت عشق ورزیدن و دریافت کردن
- در واقع "شنیدن" و پذیرفتن آنچه دیگران به آنها می گویند
- تجربه یک افزایش ناگهانی در فراوانی مالی
- بهبود در روابط
- جذب روابط سالم پس از سال ها که برعکس بوده!

- عاشق شدن برای اولین بار
- احساس اعتماد به نفس بیشتری
- خلاق ترشدن
- آمادگی برای دریافت فراوانی بیشتر

این مانند این است که سیگنال های قلب بتواند عملا بتواند به دنیای بیرون باز گردد، بجای محدود شدن بواسطه انرژی "دیوار" قلب ساخته شده از ترس، خشم و دیگر احساسات منفی. چقدر دنیا را متفاوت خواهید کرد یا حس خواهید نمود؟ چگونه خلاقیت خود را بیان می کنید؟ با دیگر مردم چطور ارتباط برقرار می کنید؟

اغلب مشتریان تسکین در ناراحتی های فیزیکی شامل موارد زیر را گزارش می دهند:

- تپش قلب
- تنگی یا سوزش در قفسه سینه
- انقباض در گلو هنگامی که سعی می کنند درباره حقیقت خود صحبت کنند
- درد گردن و شانه

معتقدم این بخاطر اینست که انرژی های منفی آنها دیگر محدوده اطراف قلبشان متاثر نمی سازد و بر بر ارگان ها و بافت های مجاور تاثیر نمی گذارد.

برخی مردم پس از برداشته شدن دیوار قلب، بهبود آنی در زندگی شان را گزارش نموده اند و بقیه بهبودهای ظریف و آرامتری را عنوان نموده اند. سخت است بگوئیم اما حقیقتا حس می کنم برداشتن دیوار قلب می تواند چیزهایی را تغییر دهد که حتی نمی دانید متوقف شده بودند. برداشتن دیوار قلب من موجب برخی تغییرات بزرگ در زندگی ام است (و من حتی قبل از این حس بد یا گیرافتادن نداشتم!).

چگونه دیوار قلب برداشته (آزاد) می شود؟

در تمریناتم، اغلب از تکنیک ایموشن کد برای پیدا کردن انرژی احساسات بدام افتاده در بدن استفاده می کنم. کار با دیوار قلب تکنیکی مشابه دارد. بهرحال برداشتن دیوار قلب یک نوع خاص در جلسات تمرکزی است، جایی که من بدنبال انرژی خاصی در محدوده قلب می گردم و پاک شدن بسیاری از آن، در یک جلسه مجاز خواهد بود.

دو تا سه جلسه طول می کشد تا دیوار قلب بطور کامل از بین برود (می تواند تلفنی هم انجام گیرد) و همانگونه که توسط تست عضله احساسی که دیوار قلب از آن ساخته شده را پیدا کرده آن انرژی را از بیمارانم پاک می کنم (با استفاده از آهنربا). مردم معمولا حقیقتا آن احساس از بدنشان بیرون رفته است – آنها دچار لرز، خمیازه نشان از نوعی رها شدن یا چیزی حتی مثل احساس تهوع لحظه ای یا سرگیجه می شوند.

چگونه بفهمیم دیوار قلب داریم؟

کتاب دکتر بردلی نلسون "ایموشن کد"، مردم را تشویق به یادگیری نحوه آزادسازی دیوار قلبشان می کند. فهمیدم حقیقتا قادر به آزادسازی دیوار قلب خود نیستم. در آخر به همان چیزی رسیدم که متخصصی دیگر هم رسیده بود.

او و من هر دو به این رسیدیم که تلاش برای رهاسازی مکانیزم دفاعی خود (که دقیقا مانند یک دیوار قلب برای من است) ، ممکن است غیرقابل رویت باشد پس بدن شما بدان پی نمی برد. با اینکه ممکن است این در مورد همه صحیح نباشد، بنابراین امکان دارد شما بتوانید یک بخش عظیم (یا همه) آنرا آزاد نمائید.

ما می توانیم توسط تست عضله از ذهن ناخودآگاه پاسخ بگیریم و بفهمیم که آیا دیوار قلب داریم؛ دقیقا چقدر انرژی احساسی اطراف قلب شما ذخیره شده و چند جلسه طول می کشد تا آنها را با هم آزاد کنیم.

حتی شما می توانید برای گرفتن پاسخ ، یاد بگیرید تست عضله را برای خودتان انجام دهید و همچنین متوجه شوید چقدر یادگیری برداشتن دیوار قلبتان مفید خواهد بود. براحتی می توانید همانگونه که من انجام می دهم بپرسید: "آیا من/شما دیوار قلبی داریم؟ اگر پاسخ منفی بود بپرسید "آیا دیوار قلب پنهانی دارم؟" در برخی مردم، بدن آنرا مخفی می کند و از این طریق باید برای یافتن آن سوال بپرسید.

دکتر بردلی نلسون گزارش می دهد که 90 درصد مردم دیوار قلب دارند. تصور کنید اگر تمام آن انرژی های احساس های منفی اطراف قلب شما که در خدمت شما نیستند آزاد شوند، چگونه زندگی شما می تواند تغییر کند.

ترجمه : سید مصطفی قاسمی نژاد

مرجع : سایت http://amybscher.com