

Miről súgnak nekünk a betegségeink?



Kismémet Mónika

KEDVES OLVASÓIM!

Sokan gondolják úgy, hogy a betegségek valamiféle büntetést jelentenek a sorstól vagy Istentől korábbi vétkeink miatt. Nos, én ezzel nem értek egyet, már csak azért sem, mert szerény véleményem szerint az Univerzum/Isten mindig szere-

tettel és elfogadással fordul felénk. A tanítások pedig, amiket kapunk, mindig jobbító szándékúak, így magától értetődik, hogy a betegségek sem jelenthetnek büntetéseket, csak is jelzéseket arra, hogy miben kell változtatnunk ahhoz, hogy újra boldog életet élhessünk. Ebben az írásomban ezen jelzések közül a mozgásszervi megbetegedéseknek a lelki hátterét veszem sorra.

„A legjobb orvosság az ember számára az ember maga”
Paracelsus

Ha emlékeznek a tavaly megjelent cikkemre, ahol a fültegségekhez kötődő lelki problémákat tekintettük át, akkor talán eszükbe jut az is, amit már ott kifejtettem, miszerint az alternatív gyógymódok azt vallják, hogy a fizikai testünk megbetegedését mindig megelőzik a lelki panaszok, azaz *Ép lélekben, ép test!* A természetgyógyászati módszerek egyik közös vonása, hogy a betegségeknek információtartalmat tulajdonítanak, és az általuk küldött üzenetek segítik megértenünk a problémáink pszichés hátterét, egyben magukban hordozzák a megoldásokat is. Minden alternatív gyógy mód hátterében áll egy filozófiai keret, amelybe behelyezi a betegségeket és a mögöttes pszichés okokat. Bár a kineziológia az öt elem tan és a viselkedésbarométer alapján fűzi fel a kliensek problémáját, azért azzal is tisztában kell lennünk, hogy minden tünet, betegség egyéni üzenettel is bír, így az itt olvasottak csak kapaszkodók és semmi esetre sem szentírások!

Ismétljük át egy kicsit a testi tünetek kineziológiai oldásának keretrendszerét! A kineziológia hitrendszerét erősen átszövi a Hagyományos Kínai Orvoslás (HKO) és így a *taoizmus*, mely hitvallás alapja a természetben fennálló folyamatos egyensúlyra való törekvés. A kineziológiai érzelmi stresszoldások célja pont ennek az egyensúlynak a helyreállítása. Ha az egyensúly megbomlik, akkor az *öt test* (érzelmi, mentális, energetikai, X-faktor és fizikai), illetve az *öt elem* (fa, tűz, föld, fém, víz) *tana* ad útmutatást abban, hogy az egyén miként tért le az útról, illetve sértette meg az Élet Törvényét. Ezek az információk azonban a szükséges gyógyírt is megmutatják.

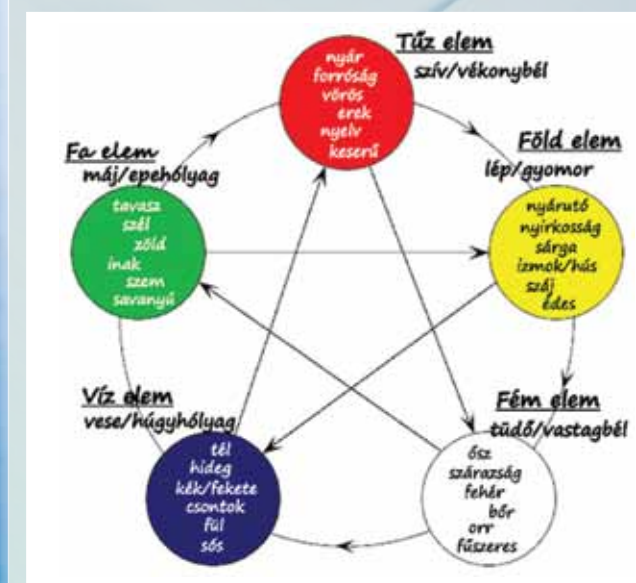
Ha gondolataink, érzelmeink negatívak, akkor azok hatásaira az energetikai testünkben az egyensúly megbomlik, és

így a meridián rendszerünkben áramló életenergia (*csi*) is kiegyensúlyozatlan lesz. Energetikai testünk elválaszthatatlan a fizikaitól, így annak függvényében, hogy milyen gondolatok, érzelmek betegítik lelkünket, más és más meridiánban érzékelhető energia túltengés vagy csökkent energiaáramlás, melynek következtében más és más szervünk betegszik meg. Így a betegségtünetek és a megbetegedett szervek elárulják, hogy milyen érzelmi állapotok, illetve hitrendszerek felelősek az adott fizikai problémáért. Ha megszüntetjük az érzelmi állapotot, illetve változtatunk értékrendünkön, gondolkodásunkon, akkor a fizikai testünkben az önpusztító folyamatok is leállnak és beindulnak szervezetünk öngyógyító folyamatai. A kineziológiai kezelések hatására tehát a beteg képes lesz mind az öt testében visszaállítani az egyensúlyi állapotot, amely az Élet elengedhetetlen feltétele.

A föld elem testszöve a hús, az izmok és az inak. A HKO szellemében a föld elemhez az aggodás, a szorongás, a racionális érzékünk kapcsolódik, valamint fontos szerepe van az emberi kapcsolatok működésében is, azaz hogy mennyire vagyunk együtt érzőek és mennyire tudjuk a tiszteletet és az elismerést megadni másoknak. Ha a föld elemhez tartozó szervek, szövetek betegszenek meg (gyomor, lép és hasnyálmirigy, valamint a száj, az izmok, inak), akkor az azt is jelezheti, hogy nem vagyunk képesek (szeretetet, megbecsülést stb.) adni, másokról gondoskodni. Ehhez az elemhez tartozik a befogadott dolgok „megemésztésének készsége”. Így a gyomor és emésztési problémák, illetve az izmok és inak betegségei azt jelzik, hogy rágódunk egy problémán, azaz nem tudunk valamit megemészteni, nem tudunk tőlük elrugaszkodni. Ugyanakkor a csontokat a víz elem uralja, azaz a csontok megbetegedése az esszenciális lényünk problémáját jelzi. A víz elem lényünk azon része, amely erős alapot ad személyiségünknek, vágyainknak, életünk értelmének. Ha itt energiahiány lép fel, akkor az egyén kockázatvállalási kedve csökken, egyre többet „agyal”, beleragad a részletekbe, és egyre kevesebbet cselekszik. Abban az esetben viszont, ha a víz elemében túl sok energia van, akkor az egyén túlzottan kockázatos, meggondolatlan döntéseket hoz, és sem kapcsolataiban, sem munkájában nem éli meg a mélységeket. A vizeletkiválasztó rendszernek, a hajnak, fülnek és a csontoknak a megbetegedései azt jelzik, hogy nem úgy éljük életünket, ahogy azt szeretnénk (nem megfelelő hivatás vagy társ), nem tudjuk pontosan, kik is vagyunk, illetve a félelmekkel való megküzdés zavarát tükrözik.

A folytatásban néhány konkrét betegség lelki üzenetét veszem sorra.

A csontproblémák a félelmeinkről, lényegi testünk problémáiról, míg az izmaink és ízületeink megbetegedései a racionalitásunk, empátikusságunk és szempontváltási képességünk elvesztéséről és szorongásainkról árulkodnak.





A *boka sérülése* (zúzódás, törés, szalagszakadás, bevérzés) az életünk stabilitásának megingását jelzik, illetve a One Brain kineziológiában a ráhangolódás (magunkra és másokra) képességével vannak összefüggésben. A ficamok arra utalnak, hogy valamiben rossz döntésre jutottunk, így érdemes újragondolnunk választásainkat és tetteinket. Míg a törés abban súlyosabb, hogy az adott döntésünkből eredő következményeket úgy éljük meg, hogy már helyrehozhatatlanok. De ahogy Pál Ferenc mondja a *Sors és önismeretben* „Nincsen reménytelen helyzet, csak reményvesztett ember van.”

A One Brain kineziológia szerint a *térdproblémák* (ahogy a *könyökproblémák* is) az önbizalom hiányáról és a veszteségektől (hangsúlyozva az érzelmi veszteségeket) való félelmekről árulkodnak. Azaz jelezheti a szégyenközpontú személyiségünk elakadását, a „*büszkeségre*” való képtelenségünket, vagy a „*csalódottságunkat*”, és a „*fenyegetettség*” lelki állapotát. Ugyanakkor az általános megközelítése a térdpanaszoknak az Élettel szembeni nem kellő alázatról, a saját Univerzális Csodánk meg nem éléséről és a külső kényszerítő erők okozta belső vívódásokról szólhatnak.

A *csípőproblémák* arra utalnak, hogy az egyén saját, felépített életében nem találja a helyét, nem érzi ott jól magát. Figyelmét állandóan annak szenteli, hogy mások boldogságáért dolgozzon, miközben a sajátját elhanyagolja. Ahogy Pósa Ferenc írja a *Betegség,*

mint pótcselekvés című könyvében a csípőpanaszokban gyakran az a hitrendszer talál „hangot” magának, hogy „az általa végzett munka értéktelen, haszontalan”. A One Brain kineziológia ezt a területet egyértelműen az *érdeklődés-sértődöttség* lelki területekhez sorolja, azaz az itt jelentkező probléma azt jelzi, hogy nem tudatosan éljük az életünket, azaz nem figyelünk oda a belső hangunkra. S mivel ami bent, az kint... így megmutatja azt is, miszerint sem mi nem érdeklődünk a körülöttünk élő emberek iránt igazán, sem ők irántunk. Így akár a „*visztautasítottság*” akár a „*mellőzöttség*” vagy a „*kibaszaltság*” érzéseket is cipelhetjük a csípőnk megbetegedésében. A *csípőzület-gyulladás* kialakulásához az vezet, hogy hitrendszerünk nagyon kötött és rugalmatlan. Több spontaneitást és szabadságot kell mind az életfilozófiánkba, mind a tetteinkbe beengednünk.

A csont önmagában az alapot szimbolizálja a lelki problémák megfejtésénél, azaz mindazt a lelki bázist, amire alapozzuk az életünket. A *csontrendszerben* kialakuló elváltozások mögött olyan nem saját hitrendszer-elemek és tapasztalatok állnak, amelyekért elhagytuk saját esszenciális lényünket. A töresek tehát azt jelzik, hogy a lélekben már rég megtört valami, rossz döntést hoztunk, azaz változtatnunk kell. A *csontritkulás* lényege, hogy az ebben szenvedő ember tulajdonképpen elveszítette az életcélját, nincs miért élnie, nincs mire alapoznia, vagyis a gyógyuláshoz új életfeladatokat kell találni és azokat meg kell valósítani. A *csontvelőgyulladás* az esszenciális lény kibontakozásának blokkolódásával van összefüggésben, azaz azzal, hogy félelmeink miatt nem éljük saját életünket, nem érezzük az élet adta boldogságot, elveszítettük hitünket, identitásunkat, s ezáltal csökken a pszicho-immunitásunk is.

A *gerincproblémák* és a *bátfájás* is általában arra utalnak, hogy az egyén nem sok boldogságot él át. Valószínűleg már jó ideje túlzott lelki terheket cipel magán. Nem enged magának boldogságot („majd, ha nyaralunk...”, „majd ha nyugdíjas leszek...”), azaz az egyén mindig csak a jövőben képzelel el az örömet, míg a jelenben csak a kötelesség marad számára. Ezen problémáknál nagyon fontos, hogy az illető megtanuljon lazítani, pihenni, „semmit-tenni”. Ehhez egy jó kezdet, ha zuhanyzás helyett a fürdést választjuk, hiszen jobban el tudunk lazulni. Először kezdjünk akár csak 2 perc kádban fürdőzéssel, higgyék el, már az is sokat segít majd! A másik nagyon gyakori lelki háttere a gerincproblé-



A hátpanaszok elsősorban vagy (ön)bizalomhiányról, a magabiztosság megroggyanásáról vagy a lelket megnyomorító büntudatról, bánatról és félelmekről árulkodnak.

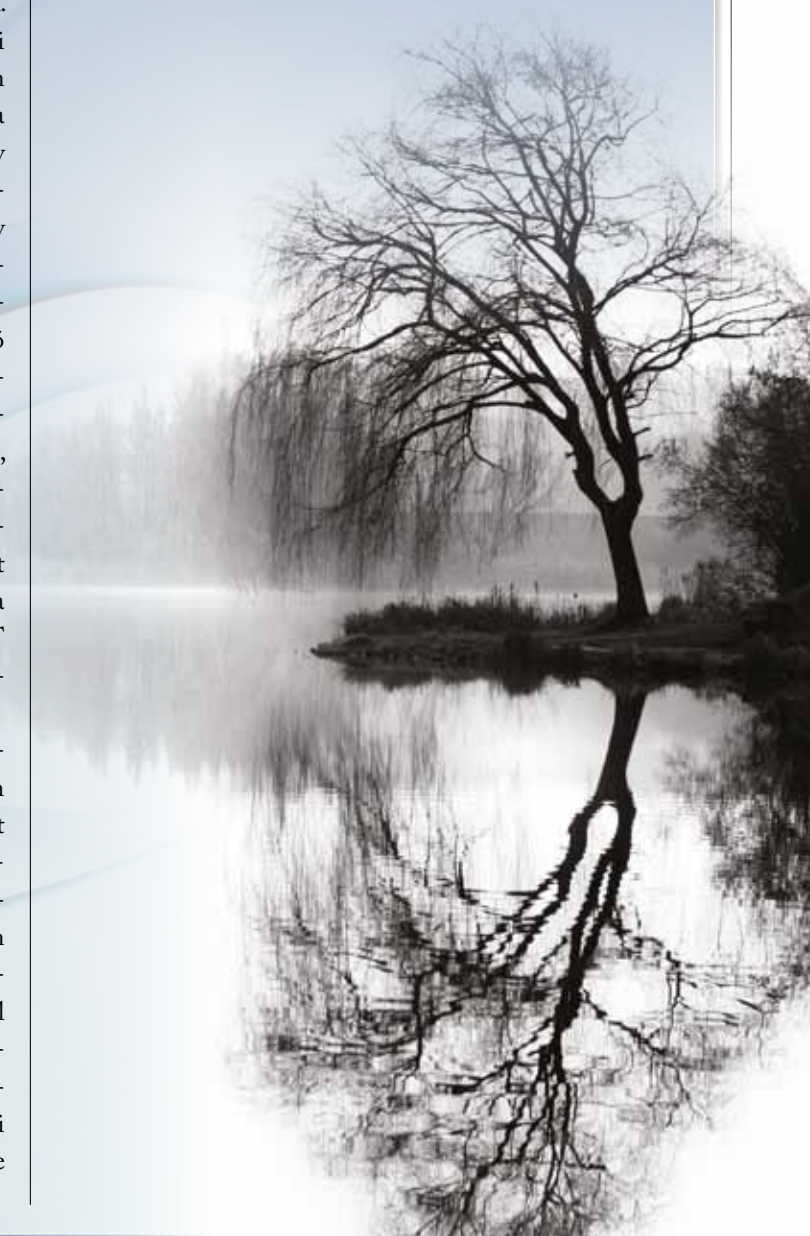


máknak az, hogy mindig mindenkinek meg akar felelni az egyén, azaz állandóan azt figyeli, ki mit mond róla és ki, mit vár el tőle. Nem tudja elviselni azt, hogy esetleg valaki nem szereti őt. A kineziológia a HKO mellett az indiai ájurvédikus gyógyításból is átvett nézeteket, fogalmakat és technikákat, innen származik a csakrák szerepe az üzenetek megfejtését illetően. A csakrák egymással összefüggő energiakerek, amelyek biztosítják a szervezet energiaáramlását. Ezeket keresztül vesszük fel az energiát (prana) a mindennapi életünkhöz, illetve ezekből az erőközpontokból jut el a felvett energia testünk különböző szerveihez. Hét fő csakránk van, amelyeknek elhelyezkedése szorosan követi a belső elválasztású mirigyekét. Minden csakrának egyéni feladata van, és különböző szervek tartoznak hozzájuk. Gerincpanaszoknál a *gyökércsakra* alul működésére kell gondolnunk. Ez a csakra, s így a gerincbántalmak, elsősorban az anyagi lét problémáival és az élet folyamába vetett bizalommal van összefüggésben. Ha megnézzük az Erőtér-terápiát, akkor arra is felfigyelhetünk, hogy a *bátp problémákat* és a *bátfájást* vagy a bánat vagy a félelem tudatszintjéhez köti az alternatív gyógyászat ezen ága. A félelem tudatszintje arról árulkodik, hogy az egyén szerint függő kapcsolataiban azok, akik a hierarchiában felette állnak hibázás esetén megbüntetik őt (megvonják a szeretetüket, a fizetésüket stb.), amitől az élet állandó fenyegetéseket rejt magában, s így a személy elkezd szorongani, és végül visszahúzódik kapcsolataiban és gátolja kiteljesedését. Míg a bánat tudatszintben ez a tudattérkép úgy néz ki, hogy a személy által „feletteseknek” (társfüggőség nélkül a partner, de lehet a szülő vagy a főnök stb.) tartott egyének megvetik, lenézik őt, ettől a világot tragikusnak éli meg, s életét áthatja a sajnálkozás, a szomorúság, aminek következtében a reménytelenség gyöttrő érzése vonja körbe a személyt. AFT kopogatóformulák és kezelések sokat segíthetnek a panaszok megszüntetésében.

Az egyik igen sokaknak panaszt okozó mozgásszervi megbetegedés a *porckorongsérv*, amelynek hátterében részben ismételt terhek nyomasztó volta, a gondolkodás túlzott merevsége áll. De ebben az esetben a beteg legnagyobb problémája, hogy oly elvhű, hogy ha kell, akár bele is rokkann elveinek betartásába, de akkor sem hajlandó sem erkölcsi, sem társadalmi, sem politikai stb. nézeteit feladni vagy finomítani. Ehhez a küzdelemhez azonban minden energiáját fel kell használnia az egyénnek, amelynek következtében a felhasználható erő/energia elfogy, és minden más (mozgás)szabadságát elveszíti a beteg, de persze övé marad az erkölcsi győzelem. Természetesen érdemes átgondolni, hogy megéri-e minden körülmények között elkerülni a kompromisszumot.

Az *ízületproblémák* mögött általában az adaptációs, az alkalmazkodási képesség gyenge volta áll, azaz az egyén nem elég rugalmas, hitrendszerei túlzottan merevek, vagy az, hogy beleun a monotóniába, az örökös gondokba. Akárhogyan is, mindenképpen azt jelzi, hogy valamit másképpen kell csinálnunk. Az *inszalagproblémák* pedig azt jelzik, hogy megbomlott a harmónia az ember életében. Az *izomgyulladások* hátterében a felfokozott életritmust találjuk. Általában az egyén túlhajtja magát, mindent maga akar megcsinálni, és így pihenésre nem hagy időt. Igaz általában pont az a probléma, hogy nem is tudja, miként kell pihenni.

A *kar* problémái mögött általában a saját elvek mellett való ki nem állás vagy a túlzott harácsolás szokott állni. A One Brain kineziológia az alkar megbetegedéseit az egyen-





rangúság, bánat és büntudat érzelmi elakadásaihoz kapcsolja. Azaz például olyan érzelmek okozhatnak megtorpanásokat, mint az „őnostorozás” vagy az „elárultság”, míg a felkar a fogyó lelkesedésünkre és ellenségeskedésünkre hívja fel a figyelmet. Ugyanakkor a **kézproblémák** azt jelzik, hogy az egyén cselekvési szabadsága korlátozott, illetve a One Brain kineziológiában a **lábfej- és kézfejproblémák** mindenképpen a magányosságra, elkülönültségre utalnak, így a „jelentéktelenség”, a „nem szeretettség” vagy a „kitaljesedtség hiánya” érzések kúsznak be a láb- és kézfejeinkbe. A bal kéz problémája arra mutat rá, hogy az illető nem fogad el érzelmi segítséget, illetve arra, hogy a nőiességgel, a kreativitással áll összetűzésben, míg a jobb kéz problémája arra világít rá, hogy a karrierálmok vannak veszélyben, illetve arra, hogy olyan személyes tulajdonságaival szembesül az egyén, amelyekkel még nem tud szembenézni.

A **lábproblémák** arra utalnak, hogy az egyén bizonyos tekintetben „túlzott aktivitást” mutat, míg más életterületeken a mozgása korlátozott. Az energia-

vesztés ott van, hogy nagyon sokat fektet az illető abba, hogy lehetőségeket, kihívásokat

találjon, miközben félelmeit előhívva folyamatosan visszatartja magát a tényleges tettektől, a megvalósítástól. Ahogy a felkarok, így a combok megbetegedése is a lelkesedés-ellenségeskedés, míg a lábszár és az alkarok problémái az egyenrangúság és bánat, büntudat érzelmeihez kapcsolódnak.

Zárásul nézzük meg a **vállsérülések, vállpanaszok** pszichés üzeneteit. A One Brain kineziológiában ez a terület, ugyanúgy, ahogy a csípő, az érdeklődés-sértődöttség problémáit tükrözik vissza számunkra. Többek között olyan érzelmi blokkok állhatnak mögötte, mint a „mellőzöttség kontra igényeltség hiánya”, vagy a „megbántottság”, a „megsebzettség”. Általános érvényben azt mondhatjuk el a vállakról, hogy ez a testrész jelzi azt, hogy mennyire vagyunk leterhelve gondokkal, megoldandó feladatokkal. Gyakran azonban olyan terhek is nyomják vállainkat, amelyek nem a sajátjaink. Azaz a vállsérülés arra is utalhat, hogy vissza kellene adnunk néhány olyan terhet, amelyeket csak átvállaltunk, de nem a sajátunk. A gyógyulás ott kezdődik, ha elkezdünk nemet mondani olyan dolgokra, amelyeket nem akarunk igazából megtenni.

POSTAFIÓK:

Már régóta küzdök azzal, hogy kövérnek látom magam. De egy jó éve, már azzal is szembe kell néznem, hogy büntudatom van, ha eszek, így most már még kevesebbet igyekszem enni és minél többet sportolni. Bár a barátaim szerint már nagyon sovány vagyok, én mégis kövérnek érzem magam. Tud ebben a kineziológia segíteni?

Kedves Érdeklődő!

Az évszavak háttérben álló lelki problémák megoldásában is nagy segítséget tud nyújtani a kineziológia, így mindenképpen javasolom, hogy forduljon problémájával vagy pszichológushoz, vagy kineziológushoz. Ugyanakkor hangsúlyozni szeretném, hogy az ilyen jellegű zavaroknál elengedhetetlen, hogy házi orvosával is konzultáljon fizikai állapotáról. Kérem, ellenőriztesse a testtömeg-indexét, vérnyomását, szív-működését és végeztesse laborvizsgálatokat, továbbá fontos, hogy van-e menstruációja. Ha ezeken a területeken komoly problémák jelentkeznek, akkor mindenképpen javasolom az orvos-lelkiségítő állandó kapcsolattartását.

Kedves Olvasóim!

A következő MMM Magazinban az újdonsült kismamák érzelmi viharairól olvashatnak majd. Megköszönve eddigi megtisztelő figyelmüket és bizalmukat, továbbra is várom kérdéseiket, észrevételeiket a mona@mmmonline.hu e-mail címen, és további érdekes információkat találnak a honlapomon; www.lehetosegekhez.hu.

S SALAG



Kinyitod, bezárod és ...kész

A SALAG **Next Generation** kábelcsatornás padlószegélyének zseniális konstrukciója alkalmassá teszi annak gyors, egyszerű eltávolítását, illetve felszerelését külön eszközök nélkül, továbbá alkalmassá teszi más funkciók teljesítésére is: hangszórók áthelyezése, komputeres hálózat kiépítése, tapétacsere, vagy fal újrafestése soha nem volt ennél egyszerűbb. Elegendő a padlószegélyléc felsőrészét lebontani, az új vezeték elhelyezni, vagy a régit kicserélni, az új tapétát felragasztani, és a falat lefesteni, majd azt egyetlen pattintással visszahelyezni és ... kész! S, a termék nagyon jó minősége és a széles színpalettája?

Az standard!



A Szabadalmi Hivatal bejelentett újítás regisztrációs száma: PL: P370968, US: W02005/052277, RU: 2005124861/03.

Legfőbb előnyei



Előtte...



Utána...



Lehetőséget biztosít a vezetékek elrejtésére

Kinyitod, bezárod és ...kész!



A fal festése és tapétázása padlószegély teljes felszerelése nélkül



Rugalmas padlószegélyek = ideális illeszkedés