

How our higher selves deliver messages to us through our physical bodies to keep us on our chosen paths of development.

Soul Speak

The Language of Your Body

Julia Cannon
ThuVienSach.vn
AUDIO BOOK

COMPACT
disc

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Mục lục

TIẾNG NÓI LINH HỒN (SOUL SPEAK)

NGÔN NGỮ CƠ THỂ (THE LANGUAGE OF YOUR BODY)

Tác giả: Julia Cannon

Người dịch: Young Nguyễn, Phan Thuý, Lily Garden

Làm cách nào để Siêu thức gửi những thông điệp cho chúng ta thông qua thể xác, để giữ chúng ta vững bước trên con đường phát triển mà bản thân đã chọn

MỤC LỤC

Tiêu đề

Lời cảm ơn

Lời giới thiệu

Chương 1: Thông điệp

Chương 2: Thôi miên

Chương 3: Thật sự chúng ta là ai

Chương 4: Giải thích chỉ dẫn

Chương 5: Cảm xúc

Chương 6: Ung thư

PHẦN: Những thông điệp từ cơ thể

Chương 7: Hệ tuần hoàn

Chương 8: Hệ tiêu hóa

Chương 9: Hệ nội tiết

Chương 10: Hệ miễn dịch

Chương 11: Hệ da

Chương 12: Hệ bạch huyết

Chương 13: Hệ vận động

Chương 14: Hệ thần kinh

Chương 15: Hệ sinh dục

Chương 16: Hệ hô hấp

Chương 17: Hệ giác quan

Chương 18: Hệ tiết niệu

Chương 19: Luân xa

Chương 20: Tai nạn

Chương 21: Quá trình

Chương 22: Tài liệu tham khảo nhanh

Miễn là còn sức lực, sẽ không có gì là quá tải.

Mọi thứ đều có thể xảy ra, không gì là giới hạn.

Vấn đề là bạn sẵn lòng tin được bao nhiêu.

“Siêu thức”

LỜI CẢM ƠN

Cuốn sách này được đóng góp bởi rất nhiều người và bằng những cách khác nhau. Nó không chỉ là nỗ lực của riêng tôi. Tôi đã đảm nhiệm một vai trò hoàn

toàn khác để hoàn thành được điều này. Trước đây, tôi là người hỗ trợ, khích lệ và cổ vũ khi cần thiết. Bây giờ tôi lại là người cần những điều đó.

Tôi cũng rất biết ơn Siêu thức của chính mình vì đã liên tục nhắc nhở tôi rằng việc nhận thông tin từ “ngoài kia” quan trọng như thế nào. Cuối cùng Siêu thức đã biết điều gì khiến tôi chọn cách không lùi bước và để tiến về phía trước.

Tôi rất biết ơn mẹ của mình vì những lời chúc phúc, sự giúp đỡ và những đóng góp của bà ấy để tôi có thể hoàn thành nó. Công việc tiên phong và tỏa sáng của bà ấy đã mở đường cho những nỗ lực của tôi. Dù có phủ nhận bao nhiêu đi nữa thì chúng tôi đã tạo ra một đội tuyệt vời.

Cảm ơn Vitaly, vì đã trở thành chỗ dựa của em, khi em cần một bờ vai để dựa vào và khóc. Anh là người cộng sự mà em sẽ biết ơn mãi.

Cảm ơn con, Tiffany. Mẹ rất hạnh phúc vì được làm mẹ của con. Con là cô gái tốt nhất trên đời của mẹ!

Tôi rất biết ơn đội ngũ hỗ trợ gồm: Kristy, Nancy, Sara, Shonda vì đã tạo không gian cần thiết để tôi sáng tác. Tôi cũng gửi lời cảm ơn tới Martyn – người đã cung cấp những tài liệu cho tôi để viết quyển sách này!

Cảm ơn Jame vì phương pháp động viên kỳ lạ của anh. Tôi nghĩ là nó khá hiệu quả!

Và lời cảm ơn cuối cùng dành cho tất cả những người đã cổ vũ tôi trên suốt chặng đường này. Tôi sẽ không làm được gì nếu không có những lời cổ vũ và động viên đó.

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Lời giới thiệu

Trong suốt cuốn sách này, bạn sẽ thấy rằng cái chúng ta có không chỉ là một cơ thể bằng xương bằng thịt – thứ mà ta đang hiện diện trên thế giới. Cơ thể chúng ta là những cỗ máy tuyệt vời mà chúng ta đã quyết định sử dụng trong một khoảng thời gian để trải nghiệm cái mà chúng ta gọi là cuộc sống hay cuộc đời. Những cỗ máy này được chế tạo để vận hành một cách trơn tru, không đau đớn, bệnh tật và nó có thể tự chữa lành mọi tổn thương hay hỏng hóc mà không cần chúng ta can thiệp. Vậy nếu được thiết kế để không bao giờ bị ốm, thì tại sao ta lại có quá nhiều bệnh tật? Tại sao có nhiều người liên tục bị đau ốm, và họ luôn cảm thấy không thoải mái? Có thể nó không hề đơn giản như vậy? Chúng ta chỉ mới bắt đầu nhận ra vai trò thực sự của mình trong cơ thể của chúng ta trên hành tinh này. Nếu bạn không tin tưởng vào những gì mà tôi sẽ trình bày ở cuốn sách này, điều đó cũng không sao. Bạn không cần phải hoàn toàn đồng ý với tôi, với những quan điểm mà tôi sẽ cố gắng trình bày. Mọi người đều có những sự thật và sự hiểu biết riêng. Tôi khuyến khích các bạn đọc những thông tin trong cuốn sách này và tự quyết định xem nó có phù hợp với các bạn hay không.

Những thông tin tôi sắp chia sẻ ra đây đều dựa trên công việc của mẹ tôi, Dolores Cannon và vô số thân chủ của bà ấy trong hơn 40 năm làm việc của mình, cũng như những hiểu biết của riêng tôi khi làm việc cùng nhau và dưới sự hướng dẫn của bà ấy. Khi bạn hiểu ngôn ngữ của cơ thể, bạn sẽ có khả năng thấu hiểu tất cả những vấn đề xảy ra trong đó. Nói trắng ra là chúng ta không cần che dấu bản thân mình. Bạn sẽ thấy những điều đó khi chúng ta tiến hành quá trình này.

Tôi đã được hướng dẫn để viết cuốn sách này trong vài năm gần đây, nhưng vì một vài lý do mà tôi khá lưỡng lự. Một trong những nguyên nhân khiến tôi lưỡng lự là đã có rất nhiều cuốn sách tuyệt vời khác với chủ đề tương tự. Có thể điều này khá khó khăn vì đây không phải là một chủ đề mới mẻ. Louise Hay là một trong những người đầu tiên cho chúng ta biết cơ thể đang truyền thông điệp cho chúng ta mọi lúc, và nếu chúng ta hiểu được những thông điệp đó, chúng ta có thể có một cái nhìn sâu sắc hơn về những vấn đề trong cuộc sống của mình. Cô ấy đã có một quá trình làm việc tuyệt vời để chứng tỏ cho mọi người thấy làm

cách nào để làm chủ cuộc sống của mình bằng cách hiểu những thông điệp đó, và khẳng định điều đó mang lại sự cân bằng trong mọi tình huống. Tôi cũng được giới thiệu với Annette Noontil tác giả của cuốn "Cơ thể là phong vũ biểu của linh hồn" và Inna Segal tác giả của cuốn "Ngôn ngữ bí mật của cơ thể". Như tôi đã nói, đây không phải là một chủ đề mới, nên bạn có thể hiểu được vì sao tôi lại khá miễn cưỡng khi cho ra đời một cuốn sách với cùng chủ đề đến lĩnh vực này. Dù những hướng dẫn của tôi vẫn tồn tại và rất kiên định.

Tôi đã hỏi rằng cuốn sách này có thể cung cấp những gì mà các cuốn sách khác không có. Và được cho biết rằng có một quá trình mà chúng ta giao tiếp với cơ thể của chính mình, để biết rằng mình đang ở đâu trong quá trình phát triển của bản thân và nhiệm vụ của chúng ta trên hành tinh này. Chúng ta có quá nhiều bệnh tật, đau ốm và khó chịu, bởi vì chúng ta không lắng nghe, cũng như không hiểu được những thông điệp mà cơ thể chúng ta muốn truyền tải. Cũng có một quá trình để chúng ta hiểu và hành động theo những thông điệp đó. Khi tham gia đầy đủ vào quá trình này, chúng ta có thể tự "Chữa lành" cho chính mình, cũng như phát triển hơn nữa, thấu hiểu về con người thực sự của mình. Vậy nên một thông điệp mà bạn sẽ nghe đi nghe lại từ tôi chính là chúng ta phải tham gia vào quá trình này. Cuốn sách này không phải là một nguồn thông tin để bạn có thể tìm ra câu trả lời nhanh chóng. Tôi chia ra nhiều chương cho bạn thấy các bộ phận của cơ thể có xu hướng diễn tả cho cùng loại thông tin một cách như thế nào, nhưng cũng để cho bạn biết những quá trình này hoạt động ra sao, từ đó có thể tham gia vào quá trình đó để hiểu bản thân mình và tự chữa lành cho chính mình. Tôi từng nghe rằng, điều quan trọng là chúng ta đừng tìm kiếm câu trả lời ở đâu xa, đừng mong chờ một ai hay một thứ gì đó có thể "sửa chữa lại". Mọi câu trả lời đều ở bên trong cơ thể, và tôi sẽ cho các bạn thấy tuyên bố này của tôi đúng như thế nào. Tôi cũng sẽ chỉ cho các bạn cách kết nối với các bộ phận của cơ thể, để nghe rõ thông điệp của mình và giải thích chúng.

Chúng ta đều là những sinh vật mạnh mẽ và vĩ đại. Để tất cả mọi người ghi nhớ điều đó chính là nhiệm vụ của tôi.

Một trong những điều đã khiến tôi chần chừ là ý nghĩ rằng mẹ tôi đã liên tục làm việc và tiếp nhận nguồn thông tin này trong thời gian quá dài, nên tôi gần như cảm thấy có lỗi khi nhận lấy thông điệp đó để viết sách. Đây là một khám phá rất lớn khi bà ấy tìm thấy nhiều khuôn mẫu lặp đi lặp lại về ý nghĩa của các chứng bệnh khác nhau với các vị khách hàng của bà. Tôi cũng cảm thấy mình đã không “trả công” gì để có được những thông tin theo cách mà tôi có được. Bây giờ tôi nhận ra rằng mọi thứ đã hoàn toàn khác, những ý nghĩ đó đến từ một khuôn mẫu năng lượng đã cũ. Với thời gian trôi qua rất nhanh, và chúng ta cứ di chuyển qua lại giữa các chiều không gian cùng một lúc, sẽ rất khó để tôi làm bất cứ điều gì đòi hỏi lượng công việc và sự kiên nhẫn dường đó (như mẹ tôi đã làm). Tôi biết khi bà ấy trở về nhà, kể cho tôi nghe về các câu chuyện và hoàn cảnh khác nhau của những thân chủ, và chỉ ra những thông điệp là gì. Tôi thấy rất thú vị khi bạn có thể biết chuyện gì đang xảy ra với một người mà không cần họ kể cho bạn bất cứ điều gì ngoài những cơn đau nhức hoặc triệu chứng bệnh lý họ đang mắc phải. Phải mất một vài năm để tôi viết ra được tất cả nội dung đó, nhưng giờ đây, cuối cùng thì tôi đã chấp nhận đi trên con đường này. Nhiều người có thể thắc mắc vì sao một người có thể miễn cưỡng làm theo những gì được hướng dẫn để làm. Và như bạn có thể thấy được trong khi đọc cuốn sách này, có những lúc tôi cảm thấy rất khó khăn và không muốn làm theo những gì được chỉ dẫn (điều này rất khó để thừa nhận, nhưng nó lại là sự thật). Ngay cả khi nó đến từ Siêu thức của siêu thức, nếu không phù hợp với tôi, nếu tôi cảm thấy mình bị thúc đẩy hoặc không phải là sự lựa chọn có ý thức của mình, tôi cũng sẽ kịch liệt phản đối. Bạn thấy không, ngay cả khi bạn có ý thức về sự phát triển của mình, bạn có thể vẫn còn kháng cự.

Tôi hy vọng các bạn đọc cuốn sách này với một tâm trí cởi mở và cho phép bản thân tìm ra chân lý của chính mình. Khi chuyển tới quá trình liên quan, bạn sẽ thấy mình là một người tuyệt vời và mạnh mẽ đến thế nào. Và tôi muốn cho mỗi người trong các bạn thấy việc tìm kiếm sự chữa lành cho chính mình dễ dàng và sâu sắc ra sao.

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Chương

1 Thông điệp

Công việc này đã được thực hiện trong một thời gian dài. Khi một chuyện gì đó phát sinh có một nguồn gốc sâu xa trong cuộc sống, thì có thể nói rằng đó là một kinh nghiệm sống được hình thành từ những trải nghiệm của bạn. Tôi là một cô lính nhỏ (Thuật ngữ quân sự chỉ những đứa trẻ lớn lên trong quân đội) và chúng tôi thay đổi nơi ở hai năm một lần khi cha tôi được điều chuyển qua vùng đất khác để thực hiện nhiệm vụ của mình.

Mặc dù chúng tôi đều được nuôi dạy theo Báp-tít và đi lễ nhà thờ vào chủ nhật hàng tuần, nhưng chúng tôi cũng được nuôi dạy để cởi mở tâm hồn và đặt ra những câu hỏi. Tôi nghĩ rằng mình luôn thấy hứng thú với những điều bất thường và vô hình. Tôi lớn lên với lối suy nghĩ đó trong phần lớn cuộc đời, vì vậy, đối với tôi, điều đó cũng không có gì là không bình thường. Cho tới nay, chúng tôi cũng luôn mở rộng giới hạn.

Tôi không rõ từ khi nào mình bắt đầu nhận được những thông điệp một cách rõ ràng. Nó rất chậm rãi, tinh tế và bắt đầu hiện diện như một linh cảm. Tôi nhớ có một vài lần khi đang lái xe trên đường và suy nghĩ lan man, đột nhiên nghe thấy tiếng hét từ ghế sau. Tôi quay lại và nghĩ rằng sẽ nhìn thấy một ai đó. Hàng ghế trống rỗng và tôi để ý rằng đây là lần thứ hai nó xảy ra. Tôi nhận ra có một ai hoặc thứ gì đó đang cố giao tiếp với mình, nên đã cố gắng làm theo những gì nó mà hét lên với tôi. Tôi không nhớ đã xảy ra chuyện gì hay không, nhưng tôi nghĩ điều quan trọng nhất là tôi thừa nhận sự giao tiếp đó vì dường như nó đã mở ra một vài câu chuyện.

Đã có nhiều người kể với tôi về việc họ cũng từng nghe những tiếng hét tương tự ở hàng ghế phía sau xe hoặc nơi nào đó phía sau họ. Tôi nghĩ rằng sở dĩ chúng

tôi đều chỉ nghe tiếng hét, bởi vì đây là lần đầu tiên nó vén tấm màn bí ẩn để xuất hiện, nó có thể là một loại ngôn ngữ mà chúng ta chưa từng nghe. "Họ" liên tục nói chuyện với chúng ta, nhưng chúng ta không thể nghe "họ". Một khi nó đã xuyên qua tấm màn bí mật và chúng ta đã thừa nhận "họ", thì đó là một âm thanh rất tinh tế hoặc "hiểu biết". Tôi có thể đảm bảo rằng mọi người đều đã nghe thấy nó, nhưng vì nó là một âm thanh quá tinh tế, nên bị nhầm lẫn với tiềm thức của chính mình. Có thể nhận thấy khi đặt ra một câu hỏi, ngay lập tức bạn nghe thấy câu trả lời. Hầu hết chúng ta nghĩ rằng đó là tiềm thức của mình, nên bỏ qua nó như một câu trả lời sai hoặc không liên quan đến. Chúng ta có một khoảng thời gian khó khăn để tin rằng chúng ta thật sự có thể có câu trả lời ngay bên trong. Tôi sẽ chỉ cách cho bạn thấy làm thế nào để tìm ra câu trả lời ở các chương tiếp theo. Bạn chỉ cần tin tưởng vào nó.

Tiếp tục vấn đề này, ban đầu tôi nhận được những tín hiệu rất đơn giản. Khi tôi đặt câu hỏi, chỉ có câu trả lời bằng một từ. Là một người cẩn thận, tôi muốn biết mình đang giao tiếp với ai hay thứ gì đó. Từ đó tôi nhận ra đây là bước thường thấy để phát triển những khả năng này. Tôi tin rằng điều này rất "con người" và giúp chúng ta phân biệt rõ ràng từng cái gì ra sao. Tôi đã hỏi "họ" hay bất cứ ai đang giao tiếp với mình rằng làm cách nào để biết được đó là "họ", hay đơn giản đó là chính tôi hoặc chỉ là những suy nghĩ mơ mộng của chính mình. Một trong số đó nghe rất hay, số khác chắc chắn là những điều tôi muốn trở thành sự thật. Và tôi nghe được rằng "Nếu đó là chúng tôi, thì bạn sẽ nghe được từ hướng tai phải. Còn nếu đó là suy nghĩ của chính bạn, nó sẽ từ hướng bên trái trên đầu của bạn". Điều này không áp dụng đối với trường hợp của tất cả mọi người. Đây là cách họ thiết lập sẵn cho mình tôi, để tôi có thể tự mình phân biệt. Tôi nghĩ rằng đây chỉ là thứ lành mạnh của con người. Chúng ta cần biết điều này để tiến về phía trước.

Một hiện tượng khác tôi bắt đầu để ý sau khi nhận được thông điệp. Tôi sẽ nhận được ba tín hiệu xác nhận khác nhau trong vòng 24 giờ. Những tín hiệu xác nhận này sẽ xuất hiện dưới dạng một người nào đó đến bên tôi, lặp lại nguyên văn những gì tôi đã được nghe, hoặc tôi sẽ nghe được trên radio, xem trên áp phích

quảng cáo, trên tivi, hay trên một cuốn sách đang mở ra trang đó. Tôi tin rằng điều này củng cố niềm tin về những gì chúng ta thực sự đã nghe là đúng sự thật. Quá trình xác nhận những thông tin này xây dựng niềm tin về những hướng dẫn từ bên trong chúng ta, hướng dẫn chúng ta tiếp tục khai mở các kênh liên lạc với "họ". Tôi đã không cần những tín hiệu xác nhận đó, tuy nhiên nó vẫn đến. Tôi nói "Xin cảm ơn" và luôn lấy làm ngạc nhiên với cách nó đến với mình.

Khi bức màn quên lãng mỏng dần thì chúng ta dần khám phá ra những khả năng của chính mình. Tôi thấy những hình ảnh (hình ảnh trong tâm trí), nghe những thông điệp, cảm nhận được nguồn năng lượng, và tôi biết, đây là một vài trong rất nhiều cách để nhận được thông tin. Không phải chỉ tôi mới có khả năng, tất cả mọi người đều có thể làm việc này. Tôi đảm bảo mỗi người trong chúng ta đều có khả năng này. Nếu bạn không nghĩ vậy, là bởi bạn đang chờ đợi xem nó trông như thế nào, hoặc bạn nghĩ sẽ có những khả năng khiến bạn trở nên đặc biệt hoặc khác biệt. Mỗi người đều nhận được thông tin một cách riêng biệt và khác nhau. Ví dụ, chỉ vì một ai đó mà bạn biết có khả năng thấy hình ảnh hoặc "cảm nhận" bằng trực giác, không có nghĩa bạn cũng sẽ thấy hoặc cảm nhận được. Cho phép bản thân tự cảm nhận theo cách riêng của chính bạn. Một khả năng phổ biến khác thường bị bỏ qua chính là "nổi da gà". Bạn có biết những cơn ớn lạnh kèm theo những nốt như da gà nổi lên da vùng cánh tay/chân/khắp cơ thể của mình? Chúng được gọi bằng những cái tên khác nhau trên thế giới, nhưng tôi nghĩ bạn hiểu ý tôi. Khi bạn nổi da gà, có nghĩa là những gì bạn vừa nghe, hay những gì bạn vừa nói chính là SỰ THẬT.

"Họ" nói với tôi rằng, những khả năng này là do Thượng Đế ban cho, là quyền tự nhiên. Chúng hiển nhiên như là hơi thở. Vậy, một khi có thể thở, bạn cũng có thể có được những khả năng này. Chỉ cần cho chúng tiếp cận, không cần sợ hãi, bạn đang dần thấu hiểu con người của chính mình.

Hơn 10 năm trước, tôi từng rất mệt mỏi với nghề Y tá của mình cũng như việc vận hành một phòng dịch vụ chăm sóc sức khỏe. Tôi là một y tá với hơn 20 năm

kinh nghiệm với chuyên môn Chăm sóc chuyên sâu và Điều dưỡng tại nhà. Tôi liên tục nhận được thông điệp về việc mở một phòng dịch vụ tương tự tại Arkansas. Tôi tự nghĩ "Tại sao mình lại muốn mở một phòng chăm sóc ở Arkansas?" Thông điệp này tôi đã nhận được ít nhất là 4 lần. Tôi bắt đầu thực hiện những động tác nhỏ theo hướng dẫn, nhưng sau đó tôi sẽ từ bỏ và rút về vùng an toàn của mình. Tôi có một cuộc sống khá thoải mái với vai trò là một y tá, và không nghĩ là mình sẽ thoải mái khi rời bỏ nó. Những thông điệp này liên tục xuất hiện trong khoảng 1-2 năm nay. Thậm chí tôi đã cố gắng làm việc đó ở Missouri- (nơi tôi sống vào thời điểm đó) chứ không phải là Arkansas. Vậy nên bạn có thể thấy, tôi đã cố gắng hành động theo thông điệp đó, tuy nhiên bằng một cách khác – cách khiến tôi cảm thấy thoải mái hơn. Khi thông điệp cuối cùng được gửi đến, tôi hỏi "họ" một câu khác. Tôi hỏi "vì sao tôi phải mở một phòng dịch vụ chăm sóc ở Arkansas chứ không phải nơi nào khác trên trái đất?" Tôi đoán đây là một câu hỏi thần kỳ, bởi vì ngay khi tôi hỏi "họ" cuộc sống của tôi hoàn toàn đảo lộn. Giống như cả vũ trụ đang cất tiếng nói "Ta sẽ chỉ cho con". Tôi bị đẩy khỏi vùng an toàn mà mình đã xây dựng bấy lâu nay, và biết rõ rằng mình bị đẩy vào một cuộc sống mới đầy bất trắc, với những khởi đầu hoàn toàn mới. Tôi đã mất đi mọi thứ của cuộc sống trước đây. Tất cả vật chất của tôi, tài sản của tôi, sự nghiệp của tôi, mọi tiện nghi của tôi đều biến mất. Gia đình là thứ duy nhất còn tồn tại. Tôi nhận ra rằng điều đó thỉnh thoảng có thể xảy ra để ta biết bản thân mình thực sự là ai. Không phải là tài sản, không phải là sự nghiệp, không phải là địa vị nào đó trong cuộc sống. Khi bị tước đi tất cả, thứ còn lại chính là bản thân mỗi người, "là chính bạn".

Đây là những kinh nghiệm của tôi với cơ thể năng lượng thông thường. Tôi muốn nói của tôi nó rất khác biệt, là cá biệt. Có thể đôi khi tôi khá khó tính, và phải mất nhiều thời gian để lắng nghe, tôi đoán vậy. Tôi chống cự kịch liệt đối với những thứ đang tác động lên mình. Thậm chí là bây giờ, trong cuộc sống mới, bản thân tôi vẫn tiếp tục chống đối nó. Điều này rất buồn cười vì những thứ tôi có dường như là một cuộc sống tuyệt vời khi có thể sống hàng ngày, hàng giờ với những gì mình tin tưởng. Hầu hết mọi người đều đang cố gắng để "phù hợp" với

niềm tin của họ, quanh những lịch trình bận rộn mà họ không thích, với những người mà họ không thể hiểu. Tôi ở xung quanh mọi người, mọi lúc và có thể chu du khắp nơi trên thế giới.

Như đã biết lý do vì sao tôi vẫn tiếp tục chống đối, tôi nghĩ có lẽ bởi một phần trong con người tôi không thích sự áp đặt của một ai đó. Và cho dù cuộc sống hiện tại có tốt đẹp đến thế nào, nó không phải là điều mà tôi tự chọn cho cuộc đời mình. Ngớ ngẩn sao? Nếu đưa cho chúng ta mặt trăng, nhưng nó lại không đến theo cách mà ta mong đợi, chúng ta sẽ không vui. Tôi dần chấp nhận điều này như là cuộc sống của mình. Đặc biệt là khi tôi hiểu cách thức hoạt động của hướng dẫn và cơ thể năng lượng thông thường.

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Chương

2 Thôi miên

Tư liệu cuốn sách này chịu ảnh hưởng rất lớn từ mẹ tôi, Dolores Cannon. Cách tốt nhất để làm quen với lượng công việc đồ sộ của bà ấy chính là tìm kiếm trên internet. Tôi sẽ dựa vào một phần công việc của bà ấy để trình bày trong cuốn sách này.

Dolores là một nhà trị liệu hồi quy tiền kiếp. Bà là một bậc thầy thôi miên và đã làm công việc này hơn 40 năm. Bà là một người phụ nữ dũng cảm, luôn đi đầu trong mọi việc. Là người luôn tìm tòi học hỏi và không bao giờ e ngại.

Cha của tôi ở trong Hải quân đã 21 năm, có vẻ gia đình tôi luôn thay đổi chỗ ở như cách di chuyển 2 năm một lần theo công việc của ông ấy. Tôi cảm thấy điều này khiến chúng tôi trở nên cởi mở hơn khi tiếp xúc với nhiều người khác nhau, trong những môi trường khác nhau. Chúng tôi không bao giờ ở lại đủ lâu để tạo một mối quan hệ gắn bó lâu dài. Khuyh hướng kết bạn nhanh chóng, học cách

tiến lên phía trước và bỏ mọi người lại phía sau. Chúng tôi được lớn lên để tiếp nhận những suy nghĩ cởi mở khác, và tôi nghĩ rằng, chính điều này đã tạo tiền đề cho những gì xảy ra trong cuộc sống của chúng tôi. Tôi biết điều đó nghe có vẻ sáo rỗng, nhưng tôi thường được hỏi rằng “Cô cảm thấy như thế nào khi lớn lên với một người mẹ như Dolores?” Bạn phải hiểu rằng, bà ấy không phải luôn giống như những gì các bạn thấy ngày hôm nay. Chúng tôi chỉ là một gia đình hải quân bình thường, vừa đủ để sống.

Cha tôi là một nhà thôi miên và mẹ tôi hỗ trợ ông ấy. Đó là vào những năm 1960, khi thuật ngữ kiếp trước và siêu hình học chưa được biết đến rộng rãi, họ đang thôi miên giúp một người phụ nữ giảm cân bằng cách giúp cô ấy thư giãn và đột nhiên cô ấy quay về tiền kiếp của mình. Điều này mở ra một câu chuyện khó tin khi xuyên qua 5 kiếp trước và trở về nơi cô ấy được tạo ra. Điều này khá là kinh ngạc trong thời điểm đó và đã mở ra những con đường mới trong suy nghĩ của họ. Bạn có thể biết toàn bộ câu chuyện này trong cuốn “Nhớ lại năm kiếp sống” của Dolores.

Theo thời gian, Dolores ngày càng thành thạo hơn trong công việc của bà với mọi người và khám phá những cuộc phiêu lưu mới và thú vị hơn bao giờ hết. Bà đã viết 17 cuốn sách cho tới thời điểm tôi viết cuốn này (2012). Bà ấy đã nghiên cứu UFO và những vụ bắt cóc hư hư thực thực trong vòng 20 năm, và khi làm việc với những người ngoài hành tinh (ET), bà bắt đầu nhận được thông tin có bản chất cao hơn so với những gì mà ETs đã cung cấp, và bà thấy bản thân mình đang giao tiếp với một nguồn thông tin rất cao. Sau đó, điều này được biết đến như là “nguồn gốc của tất cả kiến thức”. Bà thấy rằng nguồn thông tin này cũng có thể chữa lành ngay lập tức cho những bệnh nhân của mình nếu nó phù hợp. Qua quá trình làm việc với nguồn năng lượng mạnh mẽ này, bà cũng biết rằng cơ thể sử dụng những bệnh tật, đau ốm để truyền thông điệp đến mỗi người như thế nào. Đây cũng là những gì tôi sẽ tiết lộ trong cuốn sách này.

Tôi bắt đầu nhận được thông điệp để viết cuốn sách này khi đang giúp Dolores dạy lớp phương pháp thôi miên của bà ấy (Liệu pháp thôi miên chữa lành lượng tử viết tắt là QHHT). Tôi ngồi ở cuối phòng (thường là phòng làm việc) và nhận được thông điệp rằng tôi là người sẽ đưa tất cả những thông tin liên quan đến cơ thể để đặt vào cùng một vị trí. Lúc đầu tôi lấy làm xấu hổ và sợ hãi vì tất cả những khám phá này là của Dolores, và bà ấy sẽ cảm thấy thế nào khi tôi sẽ là người tổng hợp chúng. Tôi nghĩ chúng tôi nên hợp tác để không có những thông tin sai lệch về nguồn gốc của những khám phá này. Tôi hỏi bà về điều đó, và bà nói bà hoàn toàn ủng hộ tôi viết cuốn sách này. Nhưng đây là cuốn sách tôi viết khi mà bà ấy có một vài cuốn sách đang viết. Bà ấy sẽ tiếp tục lấy thông tin từ những phiên thôi miên để tôi đưa vào vô số ví dụ mà bạn sẽ thấy trong cuốn sách này.

Tôi sẽ sử dụng phiên thôi miên trong suốt cuốn sách này. Liên quan đến một buổi thôi miên riêng tư giữa Dolores và thân chủ của bà ấy. Thôi miên là một trạng thái hoàn toàn thư giãn mà trong đó thân chủ có khả năng tiếp cận thông tin bằng những hình thức khác nhau. Cách phổ biến nhất là thông qua trực quan, nhưng một số người chỉ biết chuyện gì đang xảy ra bằng cách cảm nhận môi trường xung quanh họ. Tôi muốn các bạn biết điều này, bởi có nhiều người tham gia buổi thôi miên với suy nghĩ rằng nó được dựa trên những quan điểm định sẵn hoặc là những thứ mà Dolores đã viết trong sách của bà ấy.

Thông qua quá trình thôi miên này, thân chủ có khả năng hình dung ra những địa điểm, thời gian khác nhau – Bất cứ điều gì được cho là phù hợp và cần thiết bởi Siêu thức của họ. Những thông tin khác nhau về thời gian và địa điểm này có thể rất hữu ích để cung cấp một cái nhìn sâu sắc trong mọi tình huống của cuộc sống.

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Chương

3 Thật sự chúng ta là ai?

Để giải thích rõ việc làm thế nào để quá trình tự chữa lành diễn ra, điều đầu tiên, bạn phải hiểu rõ bản thân mình thực sự là ai. Không chỉ là máu và thịt. Bạn chính là một thực thể bao gồm khung xương, da thịt, tuần hoàn nhưng được kết nối với thứ gì đó vĩ đại hơn nhiều.

Có thể bạn từng nghe câu này: "Bạn không phải là một thể xác mà là bạn có một thể xác". Đây chỉ là một hình dạng mà bạn lựa chọn cho cuộc sống này. Bây giờ, trước khi lo lắng, nhận ra mọi thứ bạn chọn cho cuộc sống này đều vì một lý do nào đó. Đối với những thứ bạn muốn học hỏi. Khi chúng ta đến với thế giới này, chúng ta đã có ý định học hỏi và trải nghiệm mọi thứ. Bằng cách này, chúng ta có thể lớn lên và phát triển. Không phức tạp mọi thứ, chúng ta có một linh hồn để quyết định đến hành tinh này và trải nghiệm như một con người. Hành tinh mang tên Trái Đất này cũng có những quy tắc, giống như tham gia một trò chơi. Và một trong những quy tắc khi bắt đầu trò chơi trên Trái Đất, chính là không biết luật chơi. Về cơ bản, đây là trò chơi trong bóng tối với một tấm màn che mắt bạn. Điều này khiến trò chơi mang tính thử thách cao và thú vị hơn (tôi đoán vậy). Trở lại với những gì tôi đã nói "Chúng ta có một thể xác chứ không phải chúng ta là một thể xác". Chúng ta bắt đầu như một linh hồn.

Đây là vũ trụ sống mang tính thách thức nhất. Đây là hành tinh sống có thử thách cao nhất trong vũ trụ. Để được phép bước chân lên hành tinh này, bạn phải là một bậc thầy về khả năng tạo ra hiện thực của chính mình. Đó là một loại linh hồn duy nhất có thể xử lý những gì đang xảy ra trên hành tinh này (trong trò chơi này). Đây không phải do sự cố, tất cả đều đã được sắp đặt. Còn "người chơi" nào ngoài đó nữa không? Bạn biết đấy, đối với những người thích chơi game, đặc biệt là những game trên máy tính. Một trò chơi có các cấp độ khác nhau. Mỗi cấp độ là tất cả những thử thách mà bạn phải đối mặt để vượt qua chướng ngại vật. Bạn sẽ làm gì khi hoàn thành cấp độ đó? Bạn sẽ thăng cấp – nơi có những thử thách khác cao hơn. Được rồi, giả sử bạn đã hoàn thành xong trò chơi. Thật tuyệt! Bạn là chủ nhân của trò chơi đó. Rồi sao? Bạn sẽ tiếp tục chơi trò khác. Có lẽ bạn là một bậc thầy của các trò chơi, nên bạn sẽ chọn những trò chơi mang tính thử

thách cao hơn vì bạn muốn trau dồi kỹ năng của mình. Khi bạn hoàn thành trò chơi đó, bạn lại tiếp tục với các trò chơi có tính thử thách cao hơn nữa. Thôi được, nếu bạn tiếp tục những trò chơi và đã hoàn thành tất cả trò chơi ở ngoài kia. Giờ bạn sẽ làm gì? Sáng tạo ra một trò chơi mới chẳng? Chúng ta, những bậc thầy về khả năng tạo ra hiện thực của chính mình, muốn có những trải nghiệm đầy thử thách. Nếu bạn là một bậc thầy và muốn tạo ra một trò chơi, bạn sẽ muốn thiết kế trò chơi đó như thế nào? Có lẽ bắt đầu bằng một bối cảnh rất rộng lớn và đông đúc, khiến việc di chuyển xung quanh rất khó khăn? Chúng ta đã quen với một thực thể nhẹ như không khí, có thể tùy ý di chuyển. Với bối cảnh như thế, khiến chúng ta cảm thấy giống như phải di chuyển trong một vũng bùn lầy.

Khi bắt đầu một trò chơi mới, điều tôi quan tâm đầu tiên chính là quy tắc của trò chơi. Làm thế nào để tôi có thể chơi trò này? Chà, giả sử trong trò chơi chúng tôi đang thiết kế, không có quy tắc nào cả. Mọi người chơi đều có thể làm theo ý mình (tự do ý chí). Tiếp theo, làm cho nó trở nên thực sự thú vị hơn bằng cách để người chơi quên rằng: 1. Đây là một trò chơi, 2. Chúng ta thực sự là ai? 3. Chúng ta là người đã tạo ra trò chơi này. Và tấm màn bí ẩn được kéo xuống khỏi tầm mắt khi chúng ta bước vào hành tinh này. Chúng ta là những sinh vật duy nhất trong vũ trụ quên mất mình là ai và mối liên hệ với mọi thứ.

Chỉ có những bậc thầy về khả năng tạo ra hiện thực của chính mình mới có khả năng và muốn làm những điều như vậy. Chúng ta là những sinh vật vĩ đại và mạnh mẽ, đến đây để có những trải nghiệm ý nghĩa, để học hỏi và vượt qua thử thách. Tất cả điều đó trau dồi cho bản thân của chúng ta, thậm chí nhiều hơn cả những gì chúng ta mong muốn thực hiện. Bởi chúng ta ở đây mà không biết bản thân mình là ai, là cái gì, chúng ta tạo nên hệ thống liên lạc để hỗ trợ trên chặng đường này, để theo dõi nơi ta đến hoặc những điều ta muốn làm khi ở đây. Hệ thống liên lạc này luôn hoạt động, nhưng không phải lúc nào chúng ta cũng biết cách diễn giải những thông điệp đó. Tôi sẽ nói về điều này sau.

Dolores Cannon (mẹ tôi) dạy về phương pháp thôi miên trên toàn thế giới. Tôi thường ở bên cạnh bà ấy trong lớp học để hỗ trợ khi cần thiết. Trong một lớp học ở Sydney, Úc, khi đang thảo luận về nguồn kiến thức mà Dolores liên hệ được khi bà ấy thôi miên thân chủ của mình, họ đang chia sẻ tất cả trí tuệ thông thái này. Dolores gọi phần này là "Siêu thức" vì bà ấy cũng không biết nên gọi nó là gì nữa. Nó không phải là tiềm thức mà các bác sĩ tâm thần đề cập đến, là tầng trên cùng của tiềm thức được dùng trong quá trình thôi miên để làm việc và thay đổi thói quen. Phần này được người khác gọi là "Siêu linh hồn", "The Higher self/ Cái tôi cao hơn" hoặc là "Ý thức phổ quát". Có rất nhiều cuộc tranh luận trong lớp để biết ai/vật này nên được gọi như thế nào, tôi vẫn đứng phía sau phòng làm việc như thường ngày và đột nhiên một hình ảnh xuất hiện trước mắt tôi cho biết tất cả những thứ này là gì. Tôi nghĩ "Ồ, hay lắm". Sau đó tôi liền nghe một giọng nói "Vẽ nó ra", tôi trả lời "Được, tôi hiểu rồi". Tôi nghe họ hét lên "VẼ NÓ".

Nếu ai trong các bạn đã từng nghe "họ" hét lên với mình, bạn sẽ biết được những gì tôi đang nói. "Họ" sẽ hét lên với bạn nếu cần thiết. Đặc biệt với những ai thực sự cứng đầu.

Có thể bạn muốn biết "Họ" hoặc "Bọn họ" là ai mà tôi thường đề cập đến. Đây chính là những thứ mà thôi sẽ vẽ ra cho các bạn. Vậy nên hãy chờ đợi cùng tôi.

Tôi tiến hành vẽ những gì mình đã thấy, và nhận ra rằng mình không hiểu được nó như đã nghĩ. Trong bức tranh này, "Họ" đã chỉ cho tôi những thay đổi rất tinh tế và quan trọng, tạo ra sự khác biệt trong cách hiểu về nguyên tắc này. Trong giờ giải lao, tôi đưa bức tranh cho người bên cạnh. Khi tôi đang giải thích nó, ai đó từ phòng bên kia chạy đến và nói "Đây chính là đáp án mà tôi đang cố tìm". Sau giờ giải lao, tôi trình bày bản vẽ lại cho cả lớp. Thú vị là, một số học viên đặt những câu hỏi mà tôi không bao giờ nghĩ đến. Khi nghe những câu hỏi, bức tranh dần hoàn thiện và câu trả lời hiện ra trước mắt tôi.

Bức tranh tiếp tục hoàn thiện khi học viên liên tục đặt câu hỏi. Những câu hỏi rất quan trọng. Bây giờ tôi có thể thấy sức sống từ nó. Tôi sẽ tiếp tục vẽ bức tranh này cho các bạn, nhưng phải hiểu rằng đây là bản vẽ 6D (Tôi chưa biết điều đó có nghĩa là gì, nhưng tạm gọi là như vậy), nên tôi sẽ cố gắng trình bày nó dưới dạng bản vẽ 2D. Tôi đang bị giới hạn, nhưng sẽ cố gắng làm mọi thứ để đạt được thông tin cần thiết.

Do phương tiện hạn chế, nên mọi thứ sẽ vượt quá tỷ lệ của nó. Nhưng hãy sử dụng trí tưởng tượng của mình, tôi tin bạn sẽ hiểu được.

Đây là bạn, đang ngồi đây, đọc những dòng này. Đây là người mà bạn nghĩ là chính mình.



Đây là con người thực sự của bạn



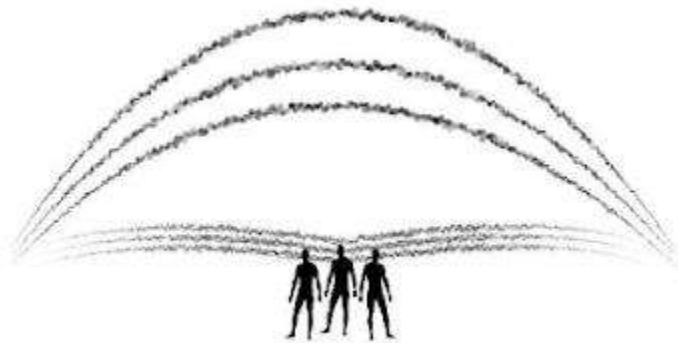
Tôi gọi đây là "Phần tôi lớn" và "Phần tôi nhỏ". Bạn rất to lớn. Chỉ có một phần rất nhỏ của chính bạn hình thành nên thể xác mà bạn gọi là cơ thể để trải nghiệm cuộc sống. Phần còn lại là phần bao quanh cơ thể chính bạn. Đây là một người trong gia đình bạn. Ở đây gọi là "Phần tôi nhỏ" của họ



Và "Phần tôi lớn" của họ



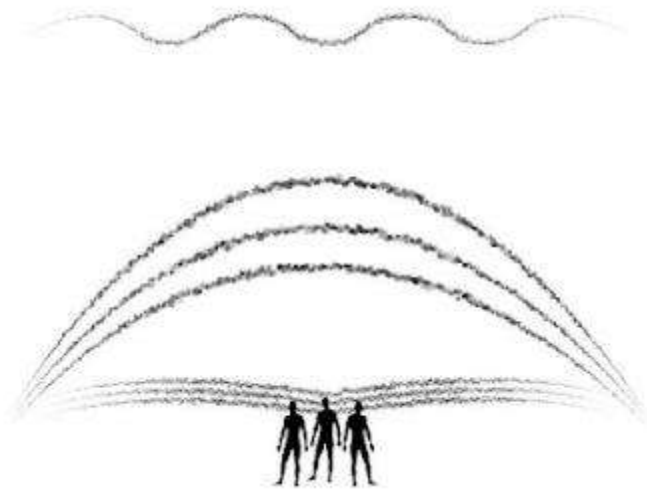
Đây là một người khác



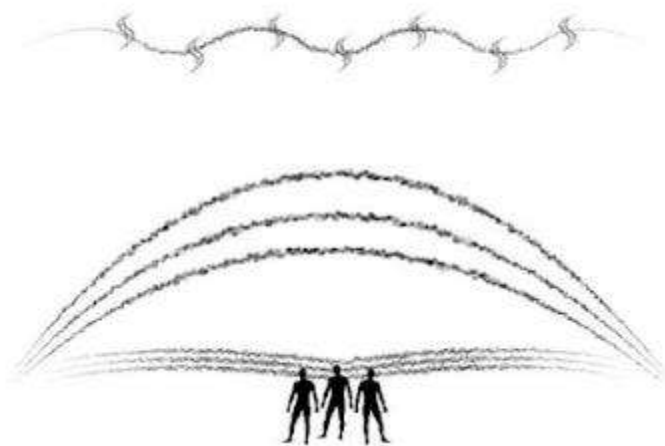
Bạn đang thấy gì? Chuyện gì đang xảy ra ở đây?

Cái gọi là “Phần tôi lớn” đang bị chồng chéo. Có vẻ như họ đang kết nối với nhau chẳng? Bạn đã nghe điều đó ở đâu? Đó là lý do tại sao những tuyên bố này là sự thật.

Đường trên đỉnh bức tranh này là thứ khiến tôi cảm thấy nó có sức sống. Nên tôi đã vẽ nó như những đường lượn sóng. Đó là “Thượng Đế” hoặc “Nguồn”.



“Phần tôi lớn” này hòa nhập vào “Nguồn”, vậy điều này có nghĩa gì?



“Phần tôi lớn” hòa nhập với “Nguồn”, vậy nó cho thấy đó là Thượng Đế. Nếu “Phần tôi lớn” thực sự là chính chúng ta, và nó hòa nhập với Thượng Đế, vậy thì chúng ta là Thượng Đế. Đó là lý do tại sao những tuyên bố này là sự thật.

Thượng Đế có bị giới hạn trong bất kỳ hoàn cảnh nào, bởi một vấn đề gì không? Tôi hy vọng bạn sẽ nói là “Không”, vì chúng ta biết phần này là vô hạn, chúng ta có thể làm được mọi chuyện. Nếu chúng ta là Thượng Đế, và Thượng Đế thì vô hạn, có thể làm được bất cứ việc gì. Đoán xem – Chúng ta cũng vô hạn. Chúng ta là những sinh vật mạnh mẽ và vĩ đại – ta chỉ quên mất điều đó. Có nhiều hơn một bức tranh mà tôi đã chia sẻ trong bài giảng, nhưng những thông tin tôi cung cấp ở đây đã đủ cho mục đích của cuốn sách này.

Chúng ta đến đây để có những trải nghiệm tuyệt vời và rèn luyện kỹ năng. Chúng ta đến với những tấm màn che mắt để có thêm nhiều thử thách mới khi không biết tại sao chúng ta lại ở đây và chúng ta đang làm cái gì. Dolores đã hỏi “Họ” Tại sao chúng tôi không thể biết sự kết nối của mình với những người khác, với hành tinh này khi sống ở đây, trong cuộc sống này. Và đây là câu trả lời của “Họ”: “Nó sẽ không là thử thách nếu con đã biết đáp án”.

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Chương

4 Giải thích chỉ dẫn

Như tôi đã đề cập đến ở chương trước. Chúng ta là một thực thể to lớn hơn rất nhiều so với tưởng tượng của chính mình, nhưng chúng ta lại quên mất việc mình thực sự là ai và là cái gì. Chúng ta đến trái đất này với một kế hoạch về việc mình muốn trải nghiệm và hoàn thiện, về những người mình muốn gặp và kết nối với nhiều lý do. Bởi vì chúng ta quên hết tất cả những điều này, chúng ta cố gắng đưa ra những thông điệp để giữ mình đi đúng hướng. Cảm giác như trên con đường đời, ta đi qua một bãi mìn, và nhận ra rằng mình bị tấn công từ các hướng khác nhau, với mọi loại trải nghiệm. Hy vọng chúng ta sẽ phát triển dựa trên những kinh nghiệm này.

Bạn có thể xem đây là một hệ thống hướng dẫn hoặc thiết bị điều khiển để liên tục đưa ra những tín hiệu giúp bạn biết được bước tiếp theo sẽ như thế nào. Tôi nghĩ sẽ rất hữu ích khi tự nhìn nhận lại bản thân, tình trạng cuộc sống của mình một cách hoàn toàn khách quan giống như khi tôi mô tả về hệ thống này. Nếu bạn có một cái nhìn khách quan để giữ những quan điểm đó thì điều này còn quan trọng hơn cả việc tiếp nhận những thông điệp được gửi đến.

Chúng ta bước vào cuộc đời khi biết rằng mình sẽ không nhớ bản thân mình là ai, và đang làm cái gì, nhưng chúng ta luôn luôn kết nối với con người thật của mình như tôi đã nói ở chương trước.

Vì mục tiêu của chúng ta trên “trò chơi” mang tên Trái Đất là để làm rõ mục đích của mình khi đến đây, và trong quá trình tìm hiểu về bản thân mình, chúng ta đã thiết lập một cách để truyền tải những thông điệp tới chính mình. Thực sự chúng ta chỉ có thể nói chuyện với “Phần tôi lớn” nhưng điều đó thật khó tin, và chúng ta đều phủ nhận khả năng này. Nếu không tin vào khả năng đó, nó sẽ không tồn tại trong cuộc sống thực của chúng ta. Như vậy nếu chúng ta không biết mình có khả năng giao tiếp và nhận đáp án từ một phần của chính mình, vậy thì làm cách nào để chúng ta nhận được những thông điệp gửi tới?

Bạn sẽ làm gì khi cố gắng giao tiếp với một ai đó, nhưng họ lại không nghe thấy bạn. Thứ nhất, bạn cố gắng nói lớn hơn nữa. Thứ hai, bạn có thể dùng tay hoặc cử chỉ. Tiếp đó, có thể bạn sẽ cố viết tin nhắn. Tương tự như vậy, bạn có nhiều cách để nhận thông điệp cho chính mình. “Nói” luôn là lựa chọn đầu tiên. Đó là cách truyền tải thông điệp nhanh và chính xác nhất, miễn là thông điệp đó có thể hiểu. Nếu chúng ta chưa nghe, cách tiếp theo để gửi thông điệp chính là thông qua bộ máy đang vận hành hàng ngày – Cơ thể của chúng ta. Cơ thể chính là một thông điệp tuyệt vời.

Cơ thể đang nói chuyện với bạn mọi lúc, nên bạn cũng có thể nói chuyện với nó. Nó thích những cuộc trò chuyện này. Cơ thể của bạn là một Vũ trụ – Vũ trụ đó

bao gồm tất cả các cơ quan, mô và tế bào. Khi bạn nói chuyện với nó, âm thanh của bạn là âm thanh của Thượng Đế. Giờ đây, nó biết việc mình làm được công nhận, và nó sẽ tiếp tục công việc một cách hài hòa với cơ thể bạn. Một trong những học viên của Dolores đã xác nhận điều đó là thật, khi cô ấy cố gắng thử nghiệm với khái niệm này. Cô ấy đã đăng bài trên diễn đàn QHHT và đây là một ví dụ tuyệt vời về việc chúng ta có thể giao tiếp với cơ thể.

“Mỗi mùa đông tôi đều bị cúm hoặc cảm lạnh. Triệu chứng gồm ớn lạnh, tê chân, sốt nhẹ và bị nghẹt mũi trong ít nhất khoảng 3 tuần. Cuối tuần này, chúng tôi trở về từ Oregon và tôi cảm thấy các triệu chứng dường như nặng hơn, nên ngày hôm sau tôi quyết định xem thử liệu mình có thể tự ngăn chặn cơn cảm cúm này không.

Tôi nói ‘Vi khuẩn và virus trong cơ thể hãy chú ý, đây là Thượng Đế đang nói chuyện với các con, ta muốn các con biết rằng mình được yêu thương như thế nào và ta biết ơn các con vì đã xuất hiện, dạy cho ta cách chữa lành cho chính mình. Công việc đã hoàn thành, bằng tình yêu và lòng biết ơn, ta muốn giải phóng các con. Bây giờ các con có thể đi tìm kiếm ánh sáng, tiếp tục cuộc hành trình của mình với vô số tình yêu và lòng biết ơn’. Sau đó, tôi nhìn thấy/hoặc cũng có thể là tưởng tượng ra những đốm màu nhỏ rời khỏi cơ thể của mình, di chuyển về phía trước và thoát ra khỏi ô cửa ánh sáng vàng/hoặc có thể là màu trắng. Tôi lặp lại điều này vài lần một ngày trong những ngày tiếp theo đó. **NÓ THỰC SỰ HIỆU QUẢ**, thật sự tuyệt vời khi mọi triệu chứng không tiến triển thêm, ngoài việc bàn chân tôi vẫn còn tê”.

Tôi chắc chắn còn có nhiều điều hơn nữa so với những gì chúng ta đang biết vào lúc này. Rất nhiều lần tôi nghe rằng những điều chúng ta biết chỉ là bề nổi của tảng băng chìm. Tôi đoán một khi chúng ta thấu hiểu và nắm bắt được chúng, chúng ta sẽ được cung cấp những khái niệm lớn hơn nữa để thấu hiểu bản thân mình. Chúng ta phải thực hiện từng bước nhỏ, bắt đầu lại từ đầu và tiến hành từ lúc đó. Đây không phải là một cuộc thi để xem ai làm nhanh nhất, chúng ta ở đây

để xem ai là người làm việc đó. Chúng ta đến đây với một kế hoạch hoặc một nhiệm vụ cần thực hiện để có những trải nghiệm nhất định. Có vẻ như đó là một thành tựu rất đơn giản, nhưng nếu bạn không thể nhớ rằng tại sao mình lại ở đây và nhiệm vụ của mình là gì, thì rất dễ phân tâm và bị loại khỏi cuộc chơi. Bước đầu tiên để làm cho hành trình này bớt kịch tính và phức tạp hơn chính là lắng nghe những hướng dẫn của bạn. Nó thiết lập để giúp bạn thoát khỏi những phiền nhiễu và cạm bẫy.

Hãy tưởng tượng bạn đang ở trong một mê cung, với những bức tường cao vượt ra khỏi tầm nhìn. Bạn có thể đi vòng vèo trong mê cung, va trúng những bức tường và đi vào "đường cùng" có khắp các góc của mê cung đó. Bạn sẽ đi hết mọi góc ngách để tìm đường, và có thể cuối cùng bạn sẽ tìm được đường ra. Nếu bạn phân tích tất cả những cách mình đã thử, và sau quá trình loại bỏ những trường hợp đi sai để tìm ra lối đi đúng, thì rất tuyệt. Thật không may, hầu hết chúng ta đều không nhìn nhận lại tất cả những tình huống của mình, không phân tích các lựa chọn để tìm ra đúng hướng. Hầu hết chúng ta đều bị cuốn vào những cảm xúc và sự kịch tính của những tình huống mà không nhìn nhận, phân tích môi trường xung quanh để rồi hoàn toàn bị cuốn vào mê cung đó. Sau đó, thậm chí chúng ta còn quên mất luôn đó chỉ là một mê cung. Bây giờ tôi không nói đến việc phải mất bao lâu để vượt qua một mê cung. Tất cả là những trải nghiệm, nếu đó là những trải nghiệm bạn muốn có, thì tốt thôi. Tôi chỉ muốn các bạn biết còn có một lựa chọn khác dành sẵn cho bạn.

Giả sử có một ai đó ở ngoài mê cung này có thể thấy toàn bộ bức tranh mê cung với tất cả những đường cùng và chướng ngại vật, và người này có thể gửi những thông điệp để đảm bảo bạn đi đúng hướng và thoát khỏi mê cung đó. Sao có thể tuyệt vời như vậy được? Đó giống như vũ khí bí mật, hệ thống hướng dẫn riêng giúp bạn vượt qua mê cung này. Yêu cầu duy nhất là bạn phải có khả năng nhận được những thông điệp từ người đó. Nếu bạn không lắng nghe, họ sẽ tìm cách để gửi được những thông điệp tới bạn. Họ có vô số cách để làm điều này, và bạn cũng có vô số cách để yêu cầu sự hỗ trợ. Tuy nhiên, việc vượt qua mê cung là tùy

thuộc hoàn toàn vào lựa chọn của bạn. Không có cách nào là sai hoặc đúng. Tất cả đó là những trải nghiệm của bạn. Có thể một số người chọn cách lắng nghe những hướng dẫn và hoàn thành tất cả mục tiêu họ đặt ra trong cuộc sống. Một số người lại chọn cách không lắng nghe những hướng dẫn đó, để rồi đi lang thang và vô tình va trúng những bức tường, cuối cùng là đi vào ngõ cụt. Số khác lại chọn đi theo một hướng khác với những gì đã được chỉ dẫn, nghĩ rằng mình biết mọi chuyện. Tất cả những lựa chọn này, đều mang lại những trải nghiệm khác nhau, vậy nên nhìn chung chúng đều ổn. Tôi ở đây để cho các bạn biết rằng các bạn có ý thức để tự lựa chọn cách mà mình muốn. Không có lý do gì để nói rằng bạn không biết (cho dù tin hay không) rằng có ai đó ở ngoài kia đang giúp đỡ mình. Đó là lựa chọn của bạn, cho dù là lắng nghe hay là tuân theo những chỉ dẫn đó.

Tôi nhận ra các thông điệp cũng có thể gây nhầm lẫn. Chúng ta không nhận được những hướng dẫn thông dịch qua ngôn ngữ mà mình đang sử dụng. Chúng ta biết nó ở những cấp độ khác nhau, nhưng cho tới khi nhận được các hướng dẫn để giải nghĩa các thông điệp thì chúng ta vẫn hoàn toàn mò mẫm trong bóng tối. Ngôn ngữ ký hiệu được sử dụng với một phần cơ thể của chúng ta. Như tôi đã nói trước đây, cổ máy mang tên cơ thể của chúng ta đang vận hành mỗi phút mỗi ngày, vậy nên nó là thiết bị tốt nhất để gửi những thông điệp cho đến khi chúng ta trực tiếp nghe được thông điệp đó. Hầu hết những thông điệp này phát đi phát lại liên tục, cho tới khi ta dễ dàng gọi nó như là một ngôn ngữ. Một khi hiểu cách hoạt động của nó, bạn sẽ thấy nó thực sự đơn giản và xinh đẹp như thế nào. Bạn không còn phải đi lang thang vô định để tìm kiếm con đường cho riêng mình. Bạn luôn nhận được những thông điệp, nhưng cho tới giờ bạn vẫn chưa có điều cần thiết để thông dịch lại những thông điệp này. Vì vậy, cho tới khi bạn tự khám phá ra nó, hãy xem cuốn sách này là hướng dẫn thông dịch của mình, để có thể vượt qua mê cung mang tên cuộc sống.

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Chương

5 Cảm xúc

Cảm xúc là người chỉ dẫn cho chúng ta biết chúng ta đang ở đâu trong mối liên hệ giữa quá trình phát triển của bản thân và các khía cạnh của cuộc sống chính chúng ta. Nếu bạn có phản ứng tích điện cao với một điều gì đó, bạn có thể yên tâm vì đó là vấn đề bạn cần xem xét kỹ lưỡng. Thế giới xung quanh chúng ta hoạt động giống như một tấm gương để khi nhìn vào đó, ta thấy được cần phải làm gì cho sự phát triển của bản thân/tâm hồn của mình. Những điểm mạnh, điểm yếu mà chúng ta thấy ở đó có thể là những tính năng mà chúng ta có nhưng chưa được thừa nhận. Cơ chế phản chiếu này là cách để thu hút sự chú ý của chúng ta vào chính bản thân mình. Vậy nên khi bạn có phản ứng với điều gì hoặc việc ai đó đã nói và làm, hãy hỏi “Bạn đang cố gắng thể hiện điều gì?” “Bạn muốn tôi biết cái gì?”

Nhìn nhận kỹ hơn để thấy điều quý giá trong cách phản ứng này. Rất dễ sợ hãi là cảm xúc thường thấy của chúng ta, bởi rất nhiều lần, có một nguồn năng lượng lớn đứng phía sau chúng. Chúng có xu hướng bộc lộ và cảm nhận như một nguồn lực không thể ngăn cản và kiểm soát nổi trong cơ thể chúng ta. Những cảm xúc có nhiều nhất là: tức giận, ghét, sợ hãi, ghen tuông, ghê tởm, thiếu kiên nhẫn, xấu hổ, tự phụ, thương hại, phẫn nộ, ghen tị, lo lắng, tội lỗi. Nhiều lần chúng được gọi là những cảm xúc tiêu cực, nhưng tôi nghĩ trong một khía cạnh nào đó, nó cũng mang lại tính xây dựng, vì vậy tôi sẽ gọi chúng là truyền cảm xúc. Chúng dạy cho chúng ta rất nhiều về bản thân mình nếu chúng ta chỉ biết nhìn nhận. Khi nhìn vào những cảm xúc trên kia, tôi thấy rằng tất cả cảm xúc đó đều dựa trên cảm xúc chính đó là Sợ hãi. Vì vậy có thể nói rằng sợ hãi chính là nền tảng của tất cả cảm xúc. Người ta nói rằng, sợ hãi là cảm xúc mạnh mẽ nhất mà con người có. Nó có thể bị kìm hãm và phá hủy bởi tất cả chúng ta đều sợ nhìn thấy

nó. Điều đó lặp đi lặp lại, chúng ta sợ hãi khi nhìn vào nỗi sợ. Trớ trêu thay, nó không phải vậy.

Sợ hãi là sự thiếu tin tưởng: Vào chính mình, những người xung quanh, và thế giới nói chung. Nên có lẽ bài học chúng ta cần cố gắng dạy cho chính bản thân mình là sự tin tưởng: Tin tưởng vũ trụ, nhưng trên hết đó là tin tưởng chính mình. Chúng ta có những hướng dẫn tốt nhất cho những thông điệp của mình, và ngày càng phát triển trong chính bản thân ta. Vấn đề chỉ là khai thác và lắng nghe nó chứ không phải là nỗi sợ khi trải nghiệm việc nhận những thông điệp đó.

Tôi được bảo rằng, việc chúng ta nhận ra nỗi sợ là rất quan trọng. Nó có nhiều hình thái chứ không phải lúc nào cũng hiển thị rõ rệt. Nó tiếp cận theo nhiều cách khác nhau trên trái đất này. Đây là nơi duy nhất mà nỗi sợ trú ngụ. "Họ" đã nói rằng "Sợ hãi không phải là sự thật, sợ hãi chỉ là một loại ảo giác. Sợ hãi chỉ nhằm mục đích tiêu khiển. Thứ duy nhất tồn tại thực sự chính là TÌNH YÊU".

Dolores Cannon đã được nghe rất nhiều trong những phiên thôi miên của mình, rằng cảm xúc chính là lý do khiến ta hòa nhập vào thể xác hay là cơ thể vật lý của mình. Khi chúng ta tồn tại ở dạng tinh thần giữa cuộc sống, chúng ta có ý thức đầy đủ để truy cập vào những cấp độ tuyệt vời của tài liệu huấn luyện có sẵn trên thế giới tinh thần và những chiều không gian khác. Bà ấy hỏi rằng vì sao chúng ta phải đầu thai làm người khi chúng ta có khả năng tìm hiểu tất cả thông tin ở bên đó. Câu trả lời là việc tìm hiểu thông tin kiểu đó giống như là học lý thuyết so với việc thực hành, thực tế. Bạn có thể học hỏi nhiều hơn và nhanh hơn khi sử dụng cảm xúc. Sau đó các bài học đó sẽ ăn sâu vào bản thể chứ không phải chỉ là trong bộ nhớ của bạn. Những cảm xúc này chỉ có trên hành tinh này. Chúng ta không thể có được những điều này ở bất cứ nơi đâu.

Như tôi đã nói ở chương này, cảm xúc là thứ chỉ dẫn cho chúng ta biết chúng ta đang ở đâu trong mối liên hệ giữa quá trình phát triển của bản thân và các khía cạnh của cuộc sống. Có thể chúng ta phải biết ơn những cảm xúc này vì chúng là

hệ thống hướng dẫn cho chúng ta trong suốt cuộc đời cũng như trong quá trình phát triển. Những hệ thống hướng dẫn cảm xúc này nằm trong đám rối năng lượng mặt trời (luân xa thứ 3) và cho phép chúng ta cảm nhận tác động của những lựa chọn của chính mình. Chúng ta chọn cách phản ứng với mọi thứ. Cho đến bây giờ, chúng ta đã phản ứng vô thức với mọi thứ theo cách của chính mình. Khi chúng ta có ý thức hơn, chúng ta nhận thức được những lựa chọn của mình, tác động của chúng và phản ứng của chúng ta trước những lựa chọn đó. Đây là một nơi chúng ta có thể quan sát một cách khách quan hơn để tạo sự cân bằng trong cuộc sống.

Xin hãy hiểu rằng, không có cảm xúc nào là đúng hay sai, cũng như không có cách nào sai hay đúng để điều khiển cảm xúc. Tôi nghĩ đó là lý do vì sao nhiều người trong chúng ta cảm thấy mắc cảm và suy yếu những cảm xúc trong các tình huống bất lợi. Chúng ta nghĩ rằng mình nên hành động và cảm nhận theo một cách nhất định, và khi không hành động thì chúng ta không cần phải sửa chữa. Có gì đó không đúng. Cảm xúc là thứ khiến chúng ta khác biệt với mọi sinh vật khác trong vũ trụ. Chúng ta chọn ở đây, lúc này để có những trải nghiệm trong quá trình phát triển của bản thân. Khi chúng ta tham gia vào trò chơi hoặc nhiệm vụ trái đất, chúng ta đã tìm hiểu về những cảm xúc và giới hạn. Cảm xúc là cách để chúng ta biết chúng ta đang làm việc đó như thế nào.

Trước hết, tôi muốn nói với các bạn rằng, sẽ rất tốt khi nhận biết được những cảm xúc mà bạn đang có. Làm sao bạn biết rằng mình sẽ cố gắng thể hiện bản thân như thế nào nếu bạn không cho phép bản thân mình trải nghiệm. Tôi nghĩ bởi chúng ta từng được dạy dỗ rằng sẽ là sai trái nếu chúng ta bộc lộ cảm xúc thật của mình, cho nên chúng ta phải khiến bản thân mình vô cảm trước những cảm xúc đang có. Sau đó, chúng ta sẽ giống như những con robot, sống trên đời mà không hề có cảm xúc của sự sống. Một thái cực khác nữa là một thế giới của những con người đang trêu đùa trên cảm xúc liên tục leo thang của nhau và xây dựng trên năng lượng của cảm xúc. Điều này tạo ra một thế giới kịch tính, liên tục tự tồn tại. Hoặc là một thế giới cực đoan không có sự giúp đỡ lẫn nhau. Tôi

nghĩ, quan trọng là mình phải xem cảm xúc là một công cụ tuyệt vời mà ta có và đồng hành cùng với nó.

Bước tiếp theo là sự thừa nhận cảm xúc. Điều đó cho thấy sự khác nhau giữa việc bạn có cảm xúc với việc bạn chịu sự khống chế của cảm xúc. Tôi nghĩ bởi chúng ta thường lo lắng về những thứ đứng phía sau cảm xúc. Chúng ta không để tâm, hoặc không thừa nhận hoặc đè nén hoặc che đậy nhằm hy vọng nó sẽ biến mất. Chúng ta đã quên mất rằng, chính cảm xúc là con đường lớn nhất để chúng ta giao tiếp và nhận sự hướng dẫn từ chính mình. Bằng cách thực hiện một trong những hành động này, chúng ta đang tạo ra một môi trường mới để cảm xúc tự bộc lộ nó theo một cách khác. Một vài lần, việc bộc lộ này không hoàn toàn đúng. Và đó chính là một trong những lý do khiến con người ta sợ hãi cảm xúc của mình. Điều này khiến họ cảm thấy mình không thể kiểm soát và ngăn chặn nó.

Khi có bất cứ thứ gì đang cố gắng truyền tải tới bạn, bạn cần nhìn thẳng vào nó để xem thông điệp là gì. Rất nhiều lần tôi được hỏi làm sao chúng ta có thể đối mặt với nỗi sợ? Rất dễ để tôi trả lời rằng "Nhìn thẳng vào nó". Nhưng khi đối thoại trực tiếp, có một điều rất thú vị đã xảy ra. Tôi thấy một sinh vật nhỏ xuất hiện trước mắt mình, cao khoảng 1m và nó chính là đại diện cho nỗi sợ. Giờ đây nó có hình dạng, đôi mắt và mọi thứ để tôi có thể nhìn nó mà không thấy sợ hãi, đồng thời còn có thể đặt câu hỏi cho nó. Tôi nhìn thẳng vào mắt nó và hỏi liệu nó đang cố gắng thể hiện điều gì cho tôi hay chẳng. "Bạn đang cố chỉ bảo gì cho tôi?" "Bạn muốn tôi biết điều gì?" Một trong những điều khiến tôi cảm thấy thú vị, là nó nhỏ bé hơn tôi, khiến tôi nhìn nó mà không có cảm giác to lớn, xấu xí, đáng sợ như những gì tôi đã nghĩ. Khi tôi thực sự nhìn thấy và giao tiếp với nó, nó tan biến thành không khí. Tôi đoán họ muốn nói rằng hãy "Đối mặt với nỗi sợ". Lúc đầu, đôi mắt của nó có vẻ đáng sợ, nhưng khi nhìn kỹ, tôi thấy trong đó chỉ là nỗi buồn. Đó là điều khiến chúng ta không muốn nhìn vào nó, biến nó thành một con quái vật to lớn, xấu xí và đáng sợ. Một khi nó biến mất, tôi có thể thấy thứ ở phía sau nó và điều gì khiến tôi đang cố gắng học hỏi. Điều này dẫn đến một mục tiêu

khách quan hơn, vậy nên tôi có thể tiếp tục hoàn thiện nó, với những cảm xúc về nỗi sợ đã bị loại bỏ.

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Chương

6 Ung thư

Việc chỉ nhắc đến từ Ung thư giống như một tin khủng bố với đa số mọi người. Khi được chẩn đoán là ung thư, hầu hết mọi người đều cảm thấy mình đang mang án tử. Họ phải làm tất cả mọi việc để chiến đấu với căn bệnh này. Bởi vì chẩn đoán này thường được xuất phát từ một nơi đầy sợ hãi. Người bệnh sẵn sàng trang bị đầy đủ mọi vũ khí có sẵn để loại bỏ kẻ tấn công khủng khiếp này. Có vẻ như kẻ xâm lược ghê gớm này phải được kết liễu bất chấp chi phí. Nhiều lần, chi phí đó chính là lời tuyên bố của cơ thể họ.

Tôi nhớ đã nghe một tuyên bố của Mẹ Teresa, về cơ bản, bà ấy nói rằng sẽ không tham gia bất cứ chiến dịch nào để đấu tranh chống lại một điều gì đó như “Đấu tranh chống nghèo” hoặc “Đấu tranh chống đói kém”, bởi một khi bạn đấu tranh chống lại thứ gì đó thì bạn đang truyền năng lượng cho nó bằng cách tập trung vào nó. Đó là một câu nói hợp lý trong thế giới sáng tạo “Tập trung vào những gì bạn muốn, chứ không phải là những gì bạn không muốn”. Nếu bạn chú tâm vào một thứ gì đó với suy nghĩ rằng mình phải chiến đấu nó, đánh bại nó, bạn thực sự sẽ tạo ra nhiều hơn những thứ mình muốn đánh bại. Suy nghĩ của bạn là những thứ được tạo ra, vì vậy sẽ hiệu quả và có ích hơn khi bạn chỉ nghĩ đến những gì mình muốn như “sự thịnh vượng”, “mối quan hệ lành mạnh”, hoặc “một cơ thể hoàn toàn cân bằng và hài hòa”.

Ung thư đang nói với ta về một tình huống đã xảy ra trong thời gian rất dài. Ung thư là một trong những “phương án sau cùng” của thông điệp.

Khi tất cả những nỗ lực khác đều không gửi được thông điệp này. Cuối cùng, các biện pháp quyết liệt hơn phải được thực hiện để thu hút sự chú ý của bạn, nhằm xem xét tình hình. Có thể bạn biết nhiều người đã thay đổi hoàn toàn cuộc sống của họ khi được chẩn đoán mắc bệnh nan y. Đó có thể là một phần mạnh mẽ nhất của thông điệp – để bạn dừng lại và xem xét tất cả những gì bạn đang làm để tồn tại. Nó buộc mọi người phải hướng vào trong cơ thể – có lẽ đó là lần duy nhất trong đời. Có phải chúng ta đã nghe vô số lần rằng đây là nơi chứa mọi đáp án? Vì chúng ta khá cố chấp, nên đôi khi đây là cách để chúng ta dừng lại đủ lâu để nhìn nhận. Như tôi đã nói nhiều lần, bạn không phải là nạn nhân ở đây. Đây không phải là thứ được tạo ra để chống lại bạn. Đây là những gì bạn tự thiết lập để nói chuyện với chính bạn nếu bạn lạc đường, cần sự giúp đỡ để quay lại với cuộc sống. Vì vậy, điều đầu tiên bạn phải coi ung thư chính là một thông điệp mà bạn tự gửi cho chính mình chứ không phải là kẻ tấn công đến để cướp đi mạng sống của bạn. Cuối cùng bạn sẽ đủ nhận thức để thấy nó là gì – Một thông điệp yêu thương mà bạn thực sự cần phải nghe.

Chúng tôi nhận ra thông qua công việc của Dolores rằng ung thư chưa được giải quyết, nó bị lãng quên và kìm nén một sự tức giận sâu sắc. Tức giận vì kìm nén trong một khoảng thời gian dài, nó tự bùng phát mà không có bất kỳ hình thái nào, phát triển thành một căn bệnh cần phải được giải quyết. Phần cơ thể chứa khối u sẽ cho bạn thấy cơ thể đang tức giận về điều gì. Ví dụ: Ung thư vú có thể do tức giận về việc không được nuôi dưỡng hoặc không được phép nuôi dưỡng. Ung thư phổi có thể là sự tức giận về việc không được sống hoặc không có khả năng sống cuộc sống của họ. Ung thư ruột có thể do tức giận vì không thể trút giận hoặc không thể nói chuyện. Trong một buổi thôi miên của Dolores, với một người đàn ông bị ung thư di căn khắp cơ thể, khi cắt bỏ khối u ở một vị trí, nó lại xuất hiện thêm ở một vị trí khác. Khi Dolores hỏi anh ấy, liệu anh ta có đang tức giận hay không. Anh ta hét lên “Có, tôi ghét vợ của mình, cô ta đang nuôi dưỡng bọn trẻ và sẽ không cho tôi gặp chúng”. Trong những trường hợp này, ung thư sẽ di căn từ nơi này qua nơi khác cho đến khi tới nguồn cơn của sự giận dữ. Chỉ

Loại bỏ khối u và điều trị sau phẫu thuật sẽ không khắc phục được tình trạng nếu bạn không đối phó với sự tức giận – nền tảng của mọi việc.

Điều đầu tiên là phải xác định và hiểu những gì bạn đang tức giận. Sau đó bạn phải giải phóng sự tức giận đó. Vậy nếu bạn có một tuổi thơ/cha mẹ/vợ chồng.. cư xử một cách tồi tệ với bạn thì hãy tha thứ cho họ. Bạn đã tạo ra tình huống để trải nghiệm và học hỏi từ đó. Bây giờ nhìn vào nó với tất cả cảm xúc đã bị loại bỏ, và xem nó truyền đạt cho bạn được gì. Nó có thể là một món nợ đã được trả. Dù lý do là gì đi nữa, bây giờ hãy để nó ra đi. Một khi đã hoàn thành một bài học hoặc một loại trải nghiệm, bạn phải chuyển sang bài học và trải nghiệm tiếp theo. Chúng không được xem như là một loại hành lý quá tải, đè nặng chúng ta và gây khó khăn cho việc tiến lên phía trước.

Bây giờ, khi đã xác định được nguồn gốc của sự tức giận, cách duy nhất để giải phóng nó chính là tha thứ. Tha thứ cho mọi người và để họ ra đi. Tôi nói thì dễ nhưng làm thì khó, tuy nhiên điều đó thực sự cần thiết cho quá trình chữa lành. Trong ví dụ trên, Dolores đã nói với người đàn ông kia, anh ta phải tha thứ cho vợ cũ để thoát khỏi căn bệnh ung thư kia. Anh ta nói "Tôi không thể tha thứ cho cô ta, bà không biết cô ta đã làm những gì. Nếu tôi tha thứ cho cô ta, thì cô ta thắng tôi mất." Dolores trả lời rằng "Cô ta sẽ thắng, nếu cô ta giết được anh."

Tại một số thời điểm, bạn phải đối mặt rằng đây không phải là chiến thắng hay thất bại. Đó là bài học, là sự trải nghiệm, là buông tay và tiến về phía trước. Chúng ta gắn bó với thế giới này cùng tất cả những cảm xúc kịch tính của nó.

Khi bước vào cuộc sống này, chúng ta đã ký một bản hợp đồng với tất cả những nhân vật mà mình tham gia để có những bài học, những kinh nghiệm khác nhau. Một vài hợp đồng trong chúng dành cho các tình huống nghiệp quả, đó như là một món nợ mà bạn cần phải trả để tạo thế cân bằng. Số còn lại dành cho những việc khác nhau như: Mang những linh hồn nhất định đến với bạn như là con cái,

hay làm việc cho một dự án đặc biệt, hoặc cho một vấn đề đơn giản như đến đúng nơi, đúng thời điểm để hỗ trợ hoặc động viên ai đó.

Một số hợp đồng dài hạn như hợp đồng với cha mẹ/con cái/vợ chồng. Một số ngắn hạn như "tình một đêm" – để tạo ra một đứa trẻ hoặc là một tình bạn. Nhiều lần, khi kết thúc hợp đồng với một người, chúng ta ở trong hoàn cảnh đó và nghĩ rằng đó là nghĩa vụ của mình. Đã có nhiều phiên QHHT mà trong đó Siêu thức tuyên bố rằng hợp đồng này đã kết thúc từ lâu, và đó là lý do vì sao đây là một mối quan hệ không lành mạnh. Nó quá hạn đã lâu để một người rời đi và bước vào giai đoạn tiếp theo của hành trình. Trong nhiều phiên khác, có một bên liên tục cố gắng trong những kiếp khác nhau để tìm kiếm sự cân bằng cho các mối quan hệ, tuy nhiên điều này không thực hiện được. Các bên liên quan nhau tiếp tục thực hiện những hành vi khác mà không giải quyết hoặc khắc phục được bất cứ vấn đề nào mà họ có.

Nếu bạn cảm thấy mình đang ở tại thời điểm này với một ai đó, có một cách đơn giản để bạn giải phóng bản thân ra khỏi hợp đồng. Dolores đã đưa vấn đề này ra trong rất nhiều bài giảng của mình và nó luôn có ảnh hưởng sâu sắc. Ở mức độ tinh thần, có thể tưởng tượng bạn đang ở cùng với người đó, và bạn có thể thấy mình chính là người giữ bản hợp đồng. Rất khó khăn để đối diện trực tiếp với người đó, và thỉnh thoảng người đó đi qua mất, khiến bạn không thể nói chuyện với họ. Bạn có thể nói với người đó rằng "Chúng ta đã cố gắng, chúng ta thực sự đã cố gắng" Thấy chính mình xé bỏ bản hợp đồng và nói "Tôi tha thứ cho bạn, tôi giải thoát cho bạn, hãy đi đi". Khi buông rơi bản hợp đồng xuống đất, bạn có thể nói "Hãy đi và mang theo tình yêu của mình, tôi chọn con đường của riêng tôi, chúng ta không còn là của nhau". Bạn sẽ thấy một cảm giác nhẹ nhõm tuyệt vời khi không còn gánh nặng trong tim. Bạn phải có cảm giác đó khi nói điều này để nó thật sự hiệu quả. Bạn sẽ tìm thấy một cảm giác rất tự do vì sẽ khó khăn hơn cho người đã làm phiền bạn.

Liên quan đến ung thư, bạn phải giải phóng những vấn đề/con người khiến bạn tức giận. Quá trình này rất đơn giản, nhưng cũng không thật sự dễ dàng. Như trong đoạn cuối, bạn phải ở một nơi nào đó để mình có thể sẵn sàng giải phóng hết tất cả mọi thứ. Có nghĩa là lời nói của bạn phải có hiệu lực. Để giải phóng, bạn phải tha thứ cho tất cả những người liên quan. Tôi muốn mượn nghi thức từ một người bạn rất tuyệt vời và đáng yêu của mình Blair Styra đến từ New Zealand. Nghi thức của anh ấy chính là đưa ra một lời tuyên bố vào mỗi buổi sáng bắt đầu ngày mới.

“Tôi tha thứ cho tất cả những ai đã làm tổn thương tôi trong cuộc sống này, trong bất kỳ cuộc sống nào và bằng mọi cách. Tôi cầu xin sự tha thứ của tất cả những người đã bị tôi làm tổn thương, trong cuộc sống này, trong bất kỳ cuộc sống nào và bằng mọi cách. Tôi tha thứ cho chính bản thân mình vì những thứ tôi đã làm trong cuộc sống này, trong bất kỳ cuộc sống nào và bằng mọi cách”.

Đây là một cách tuyệt vời để quan tâm chính bản thân bạn trong mọi kiếp. Tuyên bố cuối cùng có vẻ là quan trọng nhất – tha thứ cho chính bản thân bạn. Đôi khi đây có thể là bước khó khăn nhất. Hãy nhớ, bạn tự tạo ra tình huống để học hỏi và trải nghiệm. Đến một nơi khách quan với tất cả cảm xúc đã được loại bỏ, và hãy xem những gì bạn muốn truyền tải cho chính bản thân mình hoặc những gì bạn muốn trải nghiệm. Tại thời điểm đó, bạn có thể coi như nhiệm vụ đã được hoàn thành và tiếp tục di chuyển đến những nhiệm vụ khác, những vấn đề khác. Mỗi kinh nghiệm đều giúp bạn tăng trưởng và phát triển. Trải nghiệm tiếp theo có thể nhiều hoặc ít thách thức hơn, nhưng ít nhất nó sẽ khác lần trước.

Nhiều người nói rằng, thời gian đối phó với bệnh ung thư là khoảng thời gian mình mất nhất. Bởi suy nghĩ mình sắp chết, nên họ bắt đầu tiết lộ ra những thứ ẩn sâu trong lòng. Đó là lần đầu tiên họ mở lòng mình và giải bày mọi cảm xúc trong những tình huống khác nhau. Họ đã được thanh tẩy vì đã mở lòng mình và cho phép bản thân bộc lộ những cảm xúc. Một khi tất cả những điều này được thực hiện, chắc chắn họ sẽ có sự thuyên giảm. Bạn có biết tại sao không? Họ đã thanh

lọc tất cả những thứ linh tinh, và cơ thể họ không còn phải đối phó những điều này. Có những phương thuốc và xạ trị tốn rất nhiều tiền, nhưng những người biết quan tâm, giải phóng mọi cảm xúc của mình có thể tự chữa lành cho chính bản thân.

Bây giờ tôi không ở đây để phản bác y học (tôi từng là một y tá). Y học có vai trò của nó khi giúp chúng ta giải quyết những vấn đề cấp thiết, sau đó chúng ta có thể giải quyết những vấn đề hiện hữu/vấn đề tiềm ẩn. Điều rất quan trọng là chúng ta lấy lại sức mạnh trong việc tự chữa lành. Chúng ta là người tạo ra bệnh tật, vậy chúng ta cũng là người tạo ra sức khỏe cho chính mình. Chừng nào chúng ta còn giao phó cơ thể mình cho người khác chữa bệnh, chừng đó chúng ta vẫn còn là nạn nhân. Có lẽ vì điều này mà một số thông điệp liên tục được gửi đến "Giữ nó lại" "Tự đứng trên đôi chân của chính mình" "Đây là cơ thể của bạn, không ai có thể hiểu nó hơn bạn" "Không ai có thể chữa lành nó bằng bạn". Chúng ta phải biết rằng, CHÚNG TA có khả năng tạo ra bất cứ thứ gì mình muốn, và chúng ta cũng có thể tạo ra một cơ thể khỏe mạnh, dồi dào.

Đôi khi điều này có thể đến dưới hình thức một học viên tốt nhất để hỗ trợ ta giúp đỡ chính mình. Như tôi đã nói từ đầu cuốn sách này, điều mà "họ" muốn truyền đạt chính là bạn phải tham gia vào quá trình này. Tôi nghĩ nó là tham dự. Không phải là chữa lành cho bạn, mà là chữa lành với bạn. Có nhiều cách để tham gia vào quá trình này và tôi sẽ nói rõ hơn trong chương 21.

Đã có rất nhiều phiên QHHT mà thân chủ tìm đến Dolores với căn bệnh ung thư. Sau khi tiến hành những bước này với thân chủ, Siêu thức đã mang đến sự chữa lành. Ánh sáng trắng xuyên qua luân xa vương miện của họ, làm tan biến khối u. Phần dư được giải phóng để chuyển qua hệ thống một cách an toàn hơn. Trong một vài trường hợp, thân chủ được khuyên uống nước trái cây hoặc ăn nhiều rau củ trong một khoảng thời gian xác định. Điều này hỗ trợ cơ thể trở lại trạng thái khỏe mạnh tự nhiên.

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Phần thông điệp từ cơ thể

Như đã đề cập trước đó, linh hồn (Siêu thức – chính bạn) mang thông điệp đến thông qua người đưa tin tuyệt vời – đó là cơ thể của bạn. Bởi Vũ trụ đơn giản và không phức tạp, nên bạn sẽ hiểu rõ các bộ phận trong cơ thể khi nó giao tiếp với bạn theo phương pháp này. Điều này có nghĩa là các bộ phận trong cơ thể là những điều rất đặc biệt. Một vài tác giả đã đưa nó đến mức vô cùng trong bài diễn giải. Nhưng tôi thấy điều đó là không cần thiết. Hãy nhớ, “họ” đã nói với tôi rằng đó là quá trình quan trọng nhất để truyền tải thông tin. Nếu tôi không đạt được tới trình độ này bạn sẽ thấy đây là một nguồn tài liệu tham khảo chứ không phải là một cuốn sách để dạy bạn cách tham gia vào quá trình. Một tài liệu tham khảo được đặt trên kệ và được lấy ra khi cần thiết. Nó là một thứ gì đó ở bên ngoài. “Họ” đã nói với tôi rất nhiều lần rằng điều quan trọng nhất là bạn phải tham gia vào quá trình, để cảm nhận cơ thể chính mình và mang đến sự chữa lành cho bản thân. Để làm được điều đó, bạn phải thấu hiểu, tham gia vào quá trình giao tiếp này, hiểu rõ các thông điệp và đi đến bản chất của các tình huống.

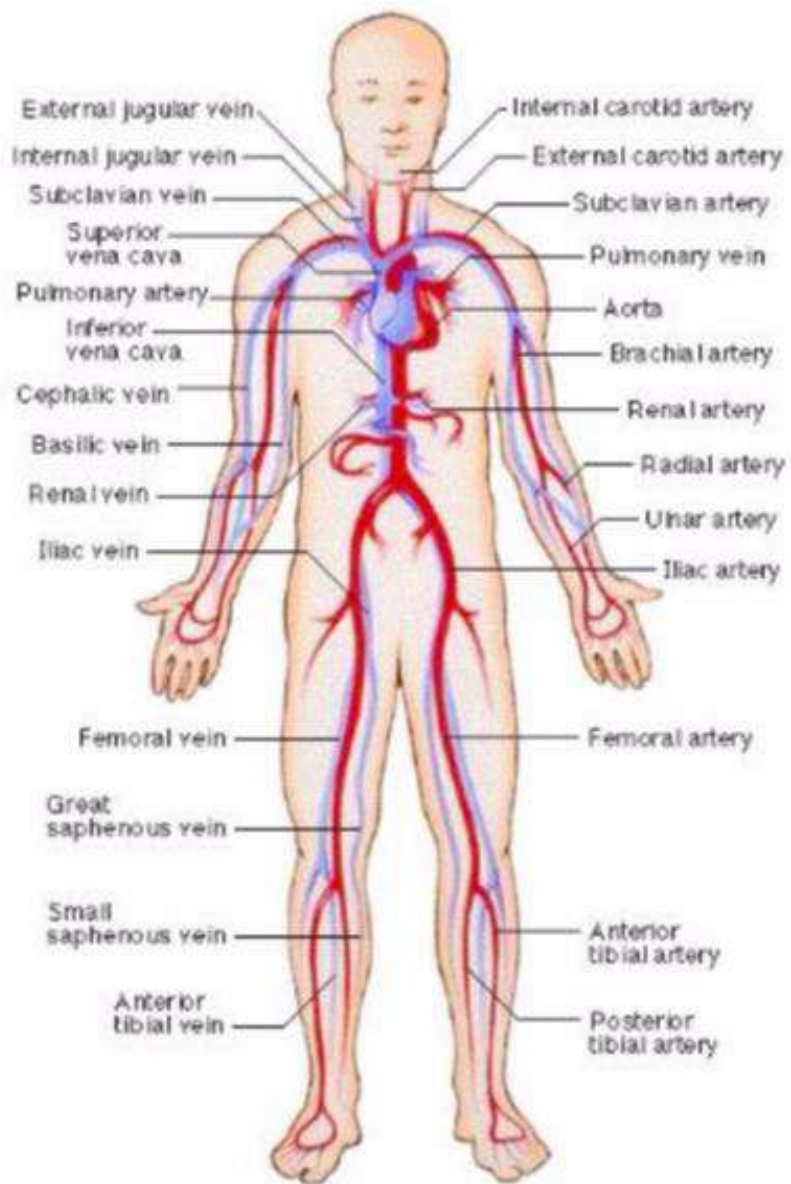
Tôi sẽ liệt kê từng bộ phận của cơ thể trong các hệ cơ quan khác nhau rồi đưa ra những miêu tả chung và ý nghĩa nhất về các bộ phận đó. Nó thường không phải là một hệ cơ quan. Nó là một bộ phận cụ thể trong hệ cơ quan, nếu tôi chỉ giải quyết hệ cơ quan thì những vấn đề khác sẽ bị bỏ qua. Có một vài hệ cơ quan có thể gửi những thông điệp nói chung, và tôi sẽ đề cập đến chúng khi chúng ta đến những chương đó. Trong mỗi bộ phận cơ thể, tôi sẽ đưa ra một ví dụ về những căn bệnh thường gặp. Sau đó bạn sẽ có khả năng thấy được những thông điệp này rõ ràng như thế nào và sẽ hiểu được thông điệp mà cơ thể của chính bạn đang truyền tải. Để giúp các bạn hiểu rõ hơn nữa, tôi sẽ đưa ra các ví dụ về các tình huống thực tế trong cuộc sống hoặc từ các phiên thôi miên của Dolores làm

bằng chứng cho vấn đề này. Thỉnh thoảng, có những trường hợp ngoại lệ và những thông điệp không đến theo một lộ trình như dự kiến, vì vậy tôi cũng sẽ chia sẻ một vài trong số đó để các bạn có thể thấy cơ chế hoạt động của nó như thế nào. Hãy nhớ rằng, đây không phải là một tài liệu tham khảo nơi có thể có tất cả câu trả lời cho các bạn. Cuốn sách này truyền đạt cho các bạn cách làm thế nào để biết là Siêu thức (linh hồn) đang nói chuyện với bạn thông qua cơ thể của chính mình và hướng dẫn bạn cách để hiểu những thông điệp đó.

Bây giờ các bạn phải hiểu rằng Siêu thức giao tiếp với các bạn thông qua chính cơ thể của mình. Chẩn đoán chỉ là một khái niệm mà bác sĩ đưa vào để tập hợp các triệu chứng này. Nó không liên quan gì tới thông điệp được gửi đến. Bạn phải hiểu được những thông điệp cơ bản đó.

Ngoại trừ các cơ quan, phần cơ thể bên phải hoặc bên trái của bạn sẽ ẩn chứa những thông điệp khác nhau. Nếu có vấn đề gì đó đang xảy ra ở phần cơ thể bên phải, nó cho thấy hiện tại – ngay bây giờ đang có vấn đề xảy ra. Điều này có nghĩa là tại thời điểm ngay lúc này trong hiện tại của bạn. Phần cơ thể bên trái chỉ là vấn đề gì đó đến từ quá khứ – trong cuộc sống này, hoặc trong cuộc sống khác. Một ví dụ dễ hiểu như hiện tại chân phải của bạn đang có vấn đề. Thông điệp có thể là có thứ gì đó đang ngăn cản bạn di chuyển theo hướng mới. Nếu vấn đề xảy ra đối với chân trái của bạn, điều đó có nghĩa là có một thứ gì đó từ quá khứ (việc gì đó bạn từng nói hoặc từng làm) đang giữ chân không cho bạn tiến lên phía trước theo con đường mình chọn.

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Chương 7 Hệ tuần hoàn



External jugular vein: Tĩnh mạch cảnh ngoài

Internal jugular vein: Tĩnh mạch cảnh trong

Subclavian vein: Tĩnh mạch dưới đòn

Superior vena cava: Tĩnh mạch chủ trên

Pulmonary artery: Động mạch phổi

Inferior vena cava: Tĩnh mạch chủ dưới

Cephalic vein: Tĩnh mạch đầu

Basilic vein: Tĩnh mạch nền

Renal vein: Tĩnh mạch thận

Iliac vein: Tĩnh mạch chậu

Femoral vein: Tĩnh mạch đùi

Great saphenous vein: Tĩnh mạch hiển lớn

Small saphenous vein: Tĩnh mạch hiển

Anterior tibial vein: Tĩnh mạch mác

Internal carotid artery: Động mạch cảnh trong

External carotid artery: Động mạch cảnh ngoài

Subclavian artery: Động mạch dưới đòn

Pulmonary vein: Tĩnh mạch phổi

Aorta: Động mạch chủ

Brachial artery: Động mạch cánh tay

Renal artery: Động mạch thận

Radial artery: Động mạch quay

Ulnar artery: Động mạch trụ

Iliac artery: Động mạch chậu

Femoral artery: Động mạch đùi

Anterior tibial artery: Động mạch chày

Posterior tibial artery: Động mạch mác

The purpose of the circulatory system is to pump and channel oxygen and nutrients to and from the body and lungs via the heart, blood and blood vessels.

The human heart is a muscular organ that provides a continuous blood circulation and is one of the most vital organs in the human body.

Blood is a specialized bodily fluid in animals that delivers necessary substances such as nutrients and oxygen to the cells and transports metabolic waste products away from those same cells.

Circulation = movement. The flow of life. Movement in one's direction; in one's flow of life. One's life is moving in one's desired direction. Any disorder of the blood is indicating a disorder of some kind with the life force.

Chức năng của hệ tuần hoàn là bơm và vận chuyển oxy, chất dinh dưỡng đi khắp cơ thể và phổi thông qua tim, máu và các mạch máu.

Tim là một cơ quan trong hệ tuần hoàn, có chức năng co bóp giúp máu lưu thông liên tục và là một trong những cơ quan quan trọng nhất của cơ thể con người.

Máu là chất lỏng chuyên biệt trong cơ thể động vật, cung cấp các chất cần thiết để nuôi dưỡng tế bào như là oxy, chất dinh dưỡng. Đồng thời vận chuyển các chất thải trong quá trình chuyển hóa ra khỏi các tế bào tương tự.

Tuần hoàn = chuyển động. Dòng chảy cuộc đời. Chuyển động theo phương hướng của một người, trong dòng chảy cuộc đời của người đó. Cuộc sống của một người đang chuyển động theo chiều hướng mong muốn của họ. Bất kỳ sự rối loạn nào của máu đều cho thấy sự rối loạn của một vấn đề nào nó liên quan đến sức sống.

Any blockages or problems within this system indicate issues in your life flow or direction. The part of the body where the block is may indicate where the block is in your life. For example, if it is in the legs (knees, ankles, feet), you are not physically moving in your desired direction. If it is in the arms, maybe you need to release something in order to be able to move in your desired direction. In the neck, perhaps you need to look around you for the direction you seek; maybe even behind you. In the heart and major arteries of the core, you are blocking the very love you seek. Love for yourself. And by blocking this love, you are blocking the path of your true desires. A blockage in the brain can indicate a block from your intuition. Perhaps you do not want to follow what you are "seeing" or "hearing."

Bất kỳ sự tắc nghẽn hoặc vấn đề nào đó liên quan đến hệ thống này đều chỉ ra các vấn đề về dòng chảy cuộc đời hoặc phương hướng của bạn. Phần cơ thể nơi bị tắc nghẽn có thể chỉ ra vị trí bị bế tắc trong cuộc sống của bạn. Ví dụ, nếu nó ở chân (đầu gối, mắt cá chân, bàn chân) của bạn, bạn không thể di chuyển theo hướng mà mình muốn. Nếu nó ở cánh tay, có thể bạn cần giải phóng thứ gì đó. Nếu ở cổ, có lẽ bạn cần nhìn xung quanh, thậm chí là cả phía sau, để tìm ra phương hướng mình cần tìm. Trong trái tim và các động mạch chính, bạn đang

ngăn cản chính tình yêu mà mình tìm kiếm. Yêu chính bản thân mình. Bằng cách ngăn cản tình yêu này, bạn đang ngăn cản con đường của những mong ước thật sự của bạn. Một sự tắc nghẽn ở não, có thể cho thấy trực giác của bạn bị ngăn cản. Có thể là bạn không muốn làm theo những gì mình "đang thấy" hoặc "đang nghe".

Blockages within this system indicate the situation has been going on for quite some time. There have probably been many other messages along the way that have been misinterpreted or ignored. I say this because this is a central core system and the body (self) sends messages via the periphery before it goes to the core. This is how the body works in general. It is always protecting the core organs or the organs that the body cannot live without. It will do whatever it can to protect the heart, brain, kidneys, etc. If something detrimental happens to any of these central organs, the body can die. The messaging system is the same way; it's following the same pattern. These are systems of last resort. The very livelihood of the person is being addressed now, so it is becoming very important for you to get the message.

Sự tắc nghẽn trong hệ thống này cho thấy tình trạng này đã diễn ra trong một thời gian khá lâu. Có thể do một vài thông điệp khác trong quá trình gửi đi đã bị hiểu sai ý hoặc bị bỏ qua. Tôi nói điều này bởi vì đây là hệ trung tâm, cơ thể (linh hồn) gửi những thông điệp đi xung quanh trước khi nó đến hệ cơ quan này. Đây là cách cơ thể hoạt động nói chung. Nó luôn bảo vệ các cơ quan cốt lõi hoặc những cơ quan mà cơ thể không thể thiếu để duy trì cuộc sống. Nó sẽ làm bất cứ điều gì có thể để bảo vệ tim, não, thận, vv...Nếu có vấn đề bất ổn xảy ra với bất kỳ cơ quan trung tâm nào, cơ thể sẽ chết. Hệ thống thông điệp cũng vậy, chúng hoạt động theo một mô hình. Những hệ thống thông điệp này là phương sách cuối cùng. Sinh kế của một người hiện đang được để ý, cho nên việc nhận được những thông điệp là vấn đề rất quan trọng.

You will probably see other systems being affected because this has been such an ongoing issue. These other systems will help shed more light on the situation and what you're trying to tell yourself.

Fluid buildup (water retention) – fluid is emotions – a building up of emotions – not letting them out. Not letting them flow. Allowing them to weigh you down. When the buildup is in the feet and ankles, it indicates you are not moving in your desired direction because of holding on to some emotions and not letting them out. These emotions make you inflexible in your assessment of the situation and unable to move within or around it. When the fluid backs up onto the heart, it is an even stronger message that you are not expressing your emotions. Any issues of the heart indicate a lack of love or joy in life.

Có thể bạn sẽ thấy những hệ cơ quan khác đang bị ảnh hưởng bởi vì đây là một vấn đề đang diễn ra. Những hệ cơ quan khác sẽ giúp làm rõ hơn về tình huống và những gì cơ thể đang cố nói với chính bạn.

Chất lỏng tích tụ (giữ nước) – chất lỏng là cảm xúc – cảm xúc tiêu cực – không cho chúng thoát ra – không xuôi theo dòng chảy. Cho phép chúng tạo áp lực với chính bạn. Khi sự tích tụ xảy ra ở bàn chân hoặc cổ chân, nó cho thấy bạn đã không đi theo phương hướng mong muốn của mình bởi vì đang kìm giữ một số cảm xúc và không cho chúng thoát ra ngoài. Những cảm xúc này khiến bạn không đủ linh hoạt trong việc đánh giá tình huống và không có khả năng di chuyển vào trong hoặc xung quanh tình huống đó. Khi chất lỏng chảy ngược vào tim, đó là một thông điệp thậm chí còn mạnh mẽ hơn việc bạn không thể hiện những cảm xúc của mình. Bất cứ vấn đề gì đối với tim đều cho thấy sự thiếu thốn về tình yêu hoặc niềm tin trong cuộc sống.

Anemia – a feeling of weakness; not recognizing one's self value.

Heart attack – heart is the seat of the emotions. Problems with the love life. Feeling pressured by responsibility; wanting to escape. This can be considered an acceptable way to be released from an unhappy situation (a job for example).

Leukemia – In a demonstration for one of the QHHT classes, this disease process was explained to be an acceptable way of committing suicide; a way for the body to cease to exist.

AIDS – feeling shame and/or great guilt; dishonor; judgment. In a demonstration session in one of the QHHT classes, it was stated that the entire AIDS disease was taken on by advanced souls to raise the consciousness of the planet by teaching people about judgment. You can find more about this in the book by Dolores Cannon, "The Convolute Universe – Book Four."

Strokes – Strokes happen from clots or lack of oxygen to the brain. It's not important to look at what or where it happened in the brain, but where and how the symptoms manifested in the body to get the specific messages.

Thiếu máu – Cảm giác yếu đuối, không nhận ra giá trị bản thân.

Đau tim – Trái tim là chỗ dựa của cảm xúc. Những vấn đề với tình yêu cuộc sống. Cảm thấy áp lực bởi trách nhiệm, muốn thoát khỏi trách nhiệm đó. Đây có thể coi là một cách chấp nhận được để giải phóng cơ thể khỏi những tình huống không vui (ví dụ như một công việc).

Ung thư máu – Trong bài giảng của một lớp QHHT, quá trình này có thể được giải thích như là một cách để tự tử, một cách để cơ thể ngừng tồn tại.

AIDS – Cảm thấy xấu hổ/cảm giác tội lỗi rất lớn; bất lương; phán xét. Trong bài giảng của một lớp QHHT đã tuyên bố rằng, bệnh AIDS được mang đến bởi những linh hồn cấp cao để nâng cao ý thức của con người trên hành tinh bằng cách

truyền đạt cho họ cách phán xét. Bạn có thể tìm hiểu thêm về điều này qua cuốn sách "Vũ trụ xoắn – Quyển số 4." Của Dolores Cannon.

Đột quy – Đột quy xảy ra là do các cục máu đông hoặc do thiếu oxy lên não. Việc xem xét những gì và nó xảy ra ở đâu trong não là không quan trọng, nhưng phải xem xét vị trí, cách biểu hiện của nó trong cơ thể để nhận được những thông điệp chính xác.

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Chương 8 Hệ tiêu hoá

hàm dưới

Esophagus: Thực quản.

Liver: Gan

Stomach: Dạ dày.

Gallbladder: Túi mật

Duodenum: Tá tràng.

Pancreas: Tuyến tụy

Hepatic flexure: Đại tràng góc gan

Acending colon: Đại tràng lên

Ileum: Hồi tràng. Cecum: Manh tràng

Appendix: Ruột thừa

Sigmoid flexure: Đại tràng góc tụy

Anus: Hậu môn

Rectum: Trực tràng

Sigmoid colon: Đại tràng sigma

Descending colon: Đại tràng xuống

Jejunum: Hỗng tràng

Transverse colon: Đại tràng ngang

Splenic flexura of transverse colon: Đại tràng góc lách

Spleen: Lách

The digestive system as a whole is used to break down the food we eat into nutrients the body can use for fuel, repair and maintenance to keep the body alive.

In this section it will be important to look at the body parts rather than at the system as a whole. The chakras play a large part in the interpretation here, so please refer back to that section if necessary.

Hệ tiêu hóa được sử dụng để phân hủy thức ăn thành các chất dinh dưỡng mà cơ thể có thể sử dụng làm nhiên liệu, sửa chữa, bảo trì giúp cho cơ thể được tồn tại. Trong phần này, việc nhìn nhận vào từng bộ phận quan trọng hơn là cả hệ thống. Các luân xa đóng góp phần lớn cho việc giải thích ở phần này, nên nếu cần thiết, vui lòng tham khảo lại.

Mouth/Throat: Whenever the throat is being affected, it is most always the same message. This is anything to do with the mouth, teeth, jaws, and throat.

If the throat region of this system is being affected, there is something important that needs to be said. You are not speaking your truth. You need to speak up for yourself. It may be something you are very upset about and are afraid to speak your mind, but that is the very thing you need to do. That is the very thing your body is telling you to do. Stop holding back! Some of the reasons people hold

back from saying what they would like to say are: worry about being rejected, criticized, misunderstood or ridiculed; or they feel they are not important enough to say anything. All of these are very understandable concerns and reasons to not open your mouth, but your body is telling you to open it and speak your truth! You are important and you DO have something to say!

Miệng/Họng:

Bất cứ khi nào họng gặp vấn đề thì đó luôn biểu hiện của cùng một loại thông điệp. Đó là những gì cần làm với răng, miệng, hàm và cổ họng.

Nếu phần họng của hệ cơ quan này đang bị ảnh hưởng, có nghĩa là có một vài điều rất quan trọng cần phải nói ra. Bạn không nói sự thật. Bạn cần nói ra suy nghĩ của chính mình. Việc nói ra suy nghĩ của chính mình có thể khiến bạn rất khó chịu hoặc lo sợ, nhưng đó là những điều bạn cần phải làm. Đó là những điều mà cơ thể đang bảo bạn làm. Đừng im lặng. Một số lý do mà nhiều người không thể nói ra những gì họ muốn đó là: Lo lắng về việc bị từ chối, chỉ trích, hiểu lầm hoặc chế giễu, hoặc họ cảm thấy mình không đủ quan trọng để phát ngôn bất cứ điều gì. Tất cả những điều này là mối quan tâm và là những lý do rất dễ hiểu để bạn im lặng, nhưng cơ thể lại đang bảo bạn nói ra sự thật. Bạn rất quan trọng, bạn cần phải nói ra điều gì đó.

Sore Throat – You have angry words that need to be said, but you are holding back and it is irritating the throat.

Đau họng – Bạn đang tức giận và cần phải nói ra những lời không hay, nhưng bạn im lặng, kìm nén sự tức giận và những lời nói đó đang kích thích cổ họng của bạn.

Laryngitis – You are needing to speak up for yourself in a situation. There is something you need to say. Another meaning is that you feel you have no say in the matter.

Viêm thanh quản – Trong một tình huống, bạn cần phải lên tiếng. Có một vài điều bạn cần phải nói. Cũng có thể là bạn đang cảm thấy mình không có tiếng nói trong một vấn đề nào đó.

Tonsillitis – (“itis” on the end of a word indicates an inflammation) – so if something is inflamed, it is angry. In this case, your throat almost closes off as it

becomes so swollen, making it difficult to swallow. What don't you want to say? What are you trying so hard to hold back? Your pride?

Forgive yourself for whatever part you played in the situation. It is time to put this to rest – it has gone on long enough. Overall, the meaning is that there is a holding in of what you want to say and not speaking up for yourself.

Viêm Amidan – ('itis' cuối từ tonsillitis chỉ sự viêm nhiễm) – vậy nên nếu có một cái gì đó bị viêm, nghĩa là nó đang tức giận. Trong trường hợp này, cổ họng của bạn gần như khép lại vì nó đang sưng rất lớn, gây khó khăn cho việc nuốt. Bạn không muốn nói điều gì? Bạn cố gắng giữ lại cái gì? Sự kiêu ngạo của bạn chẳng? Tha thứ cho chính mình trong bất cứ hoàn cảnh nào. Đã đến lúc cần nghỉ ngơi, sự tức giận này đã diễn ra quá lâu. Nhìn chung điều này có nghĩa là sự kìm nén những lời muốn nói, và không nói lên suy nghĩ của chính mình.

Tooth decay – This is literally indicating something rotten in your mouth. Speaking untruths or you are not compatible with what is being said.

Sâu răng – Nghĩa đen của từ này là có thứ gì đó đang bị nhiễm trùng trong miệng của bạn. Nói sai sự thật hoặc nói những gì không phù hợp với mình.

Thyroid problems – I actually feel the throat clinching down to hold in what it wants to say. This is a situation that has been going on for quite some time.

See how all of these indicate not speaking? It is either not speaking up for yourself or a situation or something. Something needs to be said and you're not saying it. The severity or "chronicness" of it will give you a clue as to how long this has been going on. For example, laryngitis usually has a shorter duration than hypothyroidism. According to mainstream medicine, once you have been diagnosed with hypo or hyperthyroidism, you have it for the rest of your life and must be on medication or have surgery.

Những vấn đề về tuyến giáp – Tôi thật sự cảm thấy cổ họng đang co thắt lại để giữ những lời cần phải nói. Tình huống này đã xảy ra trong một khoảng thời gian khá dài.

Nghĩ xem làm thế nào để biết tất cả những điều này là do bạn kìm nén những lời nói. Nó không phải là ý kiến của riêng bạn hoặc một tình huống hay vấn đề gì đó. Một cái gì cần nói, nhưng bạn lại im lặng. Mức độ nghiêm trọng hay "mãn tính"

của những vấn đề liên quan tuyến giáp sẽ cho bạn biết tình trạng này đã diễn ra trong bao lâu. Ví dụ, viêm thanh quản thường có thời gian điều trị ngắn hơn suy tuyến giáp. Theo y học chính thống, một khi bạn được chẩn đoán là suy tuyến giáp hoặc cường tuyến giáp thì bạn phải sống với nó đến hết đời cùng với việc dùng thuốc hoặc phẫu thuật.

Stomach: The simplest message, when the abdominal region is affected, is that you are not "stomaching" something. Something is really against your "grain" and you don't feel you are able to say anything about it, so you hold your emotions in and it is held in your "stomach." As this is the area of digestion – it can also be seen as "digesting" your thoughts, words or actions before carrying them into motion. Just as food that is held in the stomach too long becomes rancid, so are these things that need to be carried out. They are stagnant and festering and feeding on themselves to become something very unhealthy for your life.

Dạ dày:

Thông điệp đơn giản nhất. Khi vùng bụng bị ảnh hưởng, đó là bạn không thể "nuốt" nổi thứ gì đó. Có điều gì đó thật sự khác thường và bạn không nghĩ là mình có khả năng nói ra. Cho nên bạn kìm nén cảm xúc của mình và chúng cũng bị giữ lại trong dạ dày của bạn. Vì đây là lĩnh vực tiêu hóa – nó cũng có thể xem như là "tiêu hóa" suy nghĩ, những lời nói, thái độ của bạn để chuyển hóa chúng thành hành động. Giống như thức ăn sẽ bị phân hủy khi để quá lâu trong dạ dày, những điều này cũng phải được chuyển hóa. Chúng trì trệ, thối nát và tự tiêu hóa chính mình để trở thành một thứ gì đó không lành mạnh cho cơ thể của bạn.

A good example of the stomach feeding on itself is an ulcer. This is where the question, "What's eating you?" is very appropriate. In the case of an ulcer, it is usually anger. If it is allowed to proceed with no release of the emotions, it can very well become cancer. As we have said before, cancer is caused by suppressed anger. If only the person could talk about whatever is bothering them, but they don't feel they are able.

Một ví dụ điển hình về việc tự tiêu hóa chính mình đó là loét dạ dày. Đây là nơi rất thích hợp cho câu hỏi "Thứ gì đang ăn mòn bạn". Trong trường hợp dạ dày bị loét, thường là do sự tức giận. Nếu không giải phóng những cảm xúc đó, rất có

thể nó sẽ tiến triển thành ung thư. Như chúng ta đã nói trước đây, ung thư là kết quả của sự kìm nén tức giận. Giá như một người có thể nói về bất cứ thứ gì đang làm phiền họ, nhưng họ lại cảm thấy là mình không thể nói lên điều đó.

Weight issues are pandemic in this country as well as others. We are very consumed with our body images. As I have said before, the body is directly reflecting your thoughts or attitudes and sending messages, so what are the messages regarding weight?

Những thay đổi về cân nặng là vấn đề phổ biến trên đất nước này cũng như ở những quốc gia khác. Chúng ta thường bị cuốn hút bởi ngoại hình. Như tôi đã nói trước đây, cơ thể đang phản ánh trực tiếp những suy nghĩ hoặc thái độ của bạn và gửi cho bạn những thông điệp. Vậy những thông điệp về cân nặng là gì?

Many messages have been given about excess weight. Obesity or excess weight is most usually a protection in that we hide behind the extra padding to protect ourselves from being hurt. We all get hurt at different times and in different ways in our lives. The self says, "That was too painful, I will never do that again." So it goes into action to keep anything like that from ever happening again. If we make ourselves unattractive, we will not be hurt again because we will not get into a relationship or a situation in which we can be vulnerable. This is a wonderful way to hide ourselves so we are not so vulnerable to attacks or unwanted attention. This is one of the most common reasons we seek comfort in our food.

Nhiều thông điệp được gửi tới bạn về việc thừa cân. Béo phì hoặc thừa cân thường là một cách để bảo vệ cơ thể khỏi những đau đớn từ bên ngoài thông qua lớp đệm. Trong cuộc sống, tất cả chúng ta đều có thể bị tổn thương ở những thời điểm khác nhau và bằng những cách khác nhau. Linh hồn nói rằng "Điều đó quá đau khổ, tôi sẽ không bao giờ lặp lại những việc đó". Cho nên, linh hồn bắt đầu thực hiện những hành động để ngăn chặn không cho bất cứ điều gì tương tự xảy ra với cơ thể. Nếu chúng ta khiến bản thân mình trở nên thiếu hấp dẫn, chúng ta sẽ không còn đau đớn nữa bởi chúng ta sẽ không vướng vào một mối quan hệ hay một tình huống nào còn có thể khiến ta tổn thương. Đây là một cách tuyệt vời để che dấu bản thân, vì vậy chúng ta không dễ bị tổn thương bởi những tác

động hoặc là những sự chú ý ngoài ý muốn. Đây là một trong những lý do phổ biến nhất khi chúng ta ăn uống theo cảm xúc.

Some other reasons of excess weight can be you starved or caused others to starve in another life. The body will many times carry over residue of how it dies in another life. If you starved in another life, the body remembers that and wants to keep it from happening again, so it makes sure you are not starving. Because the soul goes from body to body, it is not aware that this is a different life and is not in danger of starvation. In this case you will want to talk to that part of you to let it know it was a different life and there is no danger of starving in this life. This is very easily done with a QHHT session, if you have the ability to get one.

Một lý do khác của việc thừa cân có thể là do bạn bị bỏ đói hoặc khiến ai đó chết đói trong một cuộc sống khác. Cơ thể sẽ mang theo dấu ấn của những nguyên nhân khiến nó phải chết trong một cuộc sống khác. Nếu bạn bị bỏ đói đến chết ở một cuộc sống khác, cơ thể sẽ ghi nhớ điều đó và muốn ngăn điều tương tự xảy ra ở cuộc sống này, vì vậy nó muốn đảm bảo rằng bạn không bị đói. Bởi vì linh hồn đi qua những thể xác khác nhau, nên nó không nhận biết được rằng đây là một cuộc sống khác, và ở cuộc sống này sẽ không có nguy cơ bị chết đói. Trong trường hợp này, bạn sẽ cần nói chuyện với phần linh hồn của mình để nó biết rằng đây là một cuộc sống khác và không có nguy cơ chết đói. Nếu bạn có khả năng thực hiện thì việc giải quyết vấn đề này sẽ rất dễ dàng với một phiên QHHT.

In another session by Dolores a person found herself as an elder of a tribe that had not passed on his teachings before he died. As he was passing from that life, he made a statement that he would never be rid of the weight of the responsibility of that life. Words are very powerful.

Trong một phiên thôi miên khác của Dolores, một thân chủ của bà thấy được mình từng là một trưởng lão của một bộ lạc nhưng không kịp truyền lại lời dặn dò trước khi chết. Khi rời khỏi cuộc sống đó, anh ấy đã tuyên bố sẽ không bao giờ thoát khỏi gánh nặng trách nhiệm từ cuộc sống trước. Những lời nói đó rất mạnh mẽ.

I have found Anorexia or severely underweight issues to be trying to deliver the message that you are trying to disappear. You do not want to take up any space;

you do not feel worthy of taking up space. You are trying to fade away. Here again, in the first case the real you is trying to hide or be protected in some way. If you disappear, no one can see you to hurt you. When you have these issues, you are usually very aware of the hurts you are trying to protect yourself from. A QHHT session would help shed light on this if it comes from another life, but you will also be able to get answers yourself as you work through the process as will be discussed later.

Tôi nhận thấy chứng biếng ăn tâm lý và các vấn đề về thiếu cân trầm trọng đang cố gửi đi những thông điệp rằng bạn đang cố gắng để không tồn tại. Bạn không muốn chiếm bất cứ không gian nào, bạn không cảm thấy mình xứng đáng để có không gian sống. Bạn đang cố gắng để biến mất hoàn toàn. Một lần nữa đây, trong trường hợp này, thật sự bạn đang cố gắng ẩn mình hoặc bạn được bảo vệ theo một cách nào đó. Nếu bạn biến mất, không ai có thể nhìn thấy để làm tổn thương bạn. Khi bạn gặp những vấn đề này, bạn rất có ý thức để cố gắng bảo vệ bản thân khỏi những tổn thương trong cuộc sống. Nếu nó đến từ một cuộc sống khác, một phiên QHHT sẽ làm sáng tỏ được vấn đề này, nhưng bạn cũng sẽ có thể nhận được câu trả lời khi thực hiện quy trình mà chúng ta sẽ thảo luận sau.

The body has numerous mechanisms in place to preserve itself at all cost. One of the things the body will do is keep fat on-board to absorb toxins that can be detrimental. If you have a high level of these toxins in your body, the body will not allow you to lose the fat since that will cause those toxins to go into the blood stream at too great a rate and that could actually kill you. The body is actually keeping you alive by keeping you fat. If you want to let the weight go, you will need to work from the direction of allowing the body to rid itself of the toxins first. In these cases, you will need to seek why you chose to be toxic. What is the message? Is there a toxic, poisonous situation going on in your life that you need to rid yourself of? It may be the actual chemicals in the environment and foods or a relationship or situation that is very unhealthy for you. Only you know. The action is the same in both cases – take care of yourself by ridding any toxic elements in your life.

Cơ thể có nhiều cơ chế phòng vệ để bảo vệ chính nó bằng mọi giá. Một trong những điều nó sẽ làm là giữ lại những chất béo trong cơ thể để hấp thụ những độc tố có thể gây bất lợi. Nếu cơ thể bạn có nhiều lượng chất độc này, nó sẽ không cho phép bạn giảm mỡ vì điều này sẽ khiến những chất độc đó đi vào máu với tốc độ lớn và thực sự có thể giết chết bạn. Cơ thể giữ cho bạn sống bằng cách giữ lại chất béo. Nếu bạn muốn giảm cân, trước tiên bạn phải loại bỏ các chất độc trong cơ thể. Trong những trường hợp này, bạn sẽ cần biết lý do vì sao thứ bạn chọn lại là chất độc. Thông điệp là gì? Có phải là có một cái gì đó độc hại, hay một tình huống rất xấu đang xảy ra trong cuộc sống mà bạn cần phải thoát khỏi? Nó có thể là hóa chất trong môi trường hoặc trong thực phẩm hoặc là một mối quan hệ, một tình huống không lành mạnh đối với bạn. Chỉ mình bạn biết. Hành động này giống nhau trong cả hai trường hợp – hãy tự chăm sóc bản thân bằng cách loại bỏ các yếu tố độc hại trong cuộc sống.

Liver:

Within this system we have the liver which filters the toxins from the body to keep the body healthy. If you are having issues with the liver, you obviously have toxins in your life that you are needing to rid yourself of so you can be healthy and productive. Something is poisoning your life and usually you know exactly what it is – it is not a secret. It can be literal poisoning by chemicals or figurative poisoning by life situations. It is something you just need to rid yourself of. Your body is saying it loud and clear!

Gan:

Trong hệ cơ quan này, chúng ta có gan để lọc và loại bỏ các độc tố khỏi cơ thể giúp cơ thể khỏe mạnh. Nếu có vấn đề với gan thì rõ ràng bạn đang có một cái gì đó độc hại trong cuộc sống mà bạn cần phải tự mình loại bỏ để có thể khỏe mạnh và làm việc hiệu quả. Một thứ gì đó đang đầu độc cuộc sống của bạn và thường thì bạn biết chính xác nó là gì – nó không phải là một bí mật. Nó có thể là ngộ độc theo nghĩa đen bởi hóa chất hoặc “ngộ độc” theo nghĩa bóng bởi các tình huống xấu trong cuộc sống. Nó là một cái gì đó mà bạn cần phải tự mình thoát khỏi. Cơ thể của bạn đang nói rất to và rõ ràng.

In one of Dolores' sessions, the SC was doing a body scan. Dolores will sometimes ask for it to do a body scan when there are many physical problems and see if there is anything that they should be concerned about. In the process, it will methodically go through the body, usually from head to toe, and make comments on any issues it finds. In this session, the body scan showed something wrong with the liver. "The liver. Too many preservatives."

Trong một phiên thôi miên của Dolores, Siêu thức đã tiến hành quét cơ thể. Thành thạo Dolores sẽ yêu cầu Siêu thức quét cơ thể khi có nhiều vấn đề về thể chất và xem thử có vấn đề gì mà họ cần quan tâm hay không. Trong quá trình này, Siêu thức sẽ đi qua cơ thể một cách có phương pháp, thường là từ đầu tới chân và đưa ra nhận xét với bất kỳ vấn đề nào được tìm thấy. Trong phiên thôi miên này, việc quét cơ thể cho thấy có vấn đề gì đó đang xảy ra với gan. "Lá gan. Có quá nhiều hóa chất"

D: In the food? (Yes) Is she eating something that's not right?

C: Cokes. Cut down. Stop if you can. Cut back on cokes ... more water. Also no prepared foods. Cook it all from scratch ... no prepared foods. Fresh vegetables ... more fresh foods. Cook. Cook. The SC then set about to repair the liver.

D: Trong thực phẩm hay sao (Đúng vậy) Có phải cô ấy đã ăn thứ gì đó không tốt ?

S: Cocacola... Dừng lại. Dừng lại nếu có thể.....Giảm số lượng cocacola đi.....nhiều nước hơn. Dừng dùng thực phẩm chế biến sẵn. Tự nấu thức ăn đi.....không dùng đồ đóng hộp. Rau tươi ...thực phẩm tươi hơn. Nấu ăn. Nấu ăn. Sau đó Siêu thức chuẩn bị để phục hồi chức năng cho gan.

In another session, the subconscious loudly shouted for the person to stop poisoning the body with Tylenol. She had been taking it in a couple of different forms for chronic pain and her liver was failing due to the "poisoning." The SC, using healing light, repaired the entire system along with the liver. It then gave the instruction to no longer put those poisons in the system.

Trong một phiên khác, Siêu thức đã lớn tiếng kêu gọi người này ngừng dùng thuốc giảm đau. Cô ấy đã dùng nó dưới một vài hình thức khác nhau (uống/tiêm) để làm giảm những cơn đau mãn tính, lá gan của cô ấy đã bị suy

nhược do bị "đầu độc". Siêu thức đã sử dụng ánh sáng chữa lành để hồi phục toàn bộ hệ cơ quan cùng với lá gan của cô ấy. Sau đó Siêu thức đã đưa ra những chỉ thị để cô ấy không được phép tự đầu độc bản thân thêm lần nào nữa.

Pancreas:

The pancreas regulates the sugar content within the system as it aids in digestion because the system must have a certain level of sugar (glucose) in the system to carry out its daily functions. Too much or too little and the body is in danger. Issues in this region indicate issues of "sweetness" in your life. Not to mean you are not eating enough sugar. It simply indicates you are not happy with your life. You do not feel the "sweetness" of life – maybe you do not feel loved or cared for. Or the "joy" of your life feels missing. You do not have enthusiasm in what you are doing. There can also be a lack of love. This is translated into the disease process known as diabetes.

Tuyến tụy:

Tuyến tụy hỗ trợ hệ tiêu hóa điều chỉnh lượng đường trong hệ thống vì hệ thống phải có một lượng đường (glucose) nhất định để thực hiện các chức năng hàng ngày. Quá nhiều hoặc quá ít sẽ khiến cơ thể gặp nguy hiểm. Các vấn đề xảy ra ở hệ thống này chỉ ra những vấn đề về "sự ngọt ngào" trong cuộc sống của bạn. Điều này không có nghĩa là bạn không ăn đủ chất ngọt. Chỉ đơn giản là nó cho thấy bạn đang không hài lòng với cuộc sống của mình. Bạn không cảm nhận được "sự ngọt ngào" trong cuộc sống – có lẽ bạn không cảm nhận được lòng yêu thương hay sự chăm sóc. Hoặc bạn không tìm thấy "niềm vui" trong cuộc sống. Bạn không có sự hăng hái trong những công việc mà mình đang làm. Cũng có thể là thiếu tình yêu. Điều này được biểu hiện bởi bệnh tiểu đường.

The intestines carry the waste products from your body after the desired nutrients have been extracted and absorbed by the system. Issues in this part of the system will indicate either not releasing the waste (constipation or blockages of the bowel) or trying too hard to get rid of waste and/or toxins (diarrhea or irritable bowel) and not holding on at all. Both of these are extreme situations and therefore, out of balance. Again, these are probably thoughts or feelings that you

are holding inside and letting "fester" and not allowing to move through. Feelings and/or thoughts need to be expressed to remove the waste from your life.

Ruột non và ruột già:

Ruột vận chuyển các chất thải ra khỏi cơ thể bạn sau khi đã được hấp thụ các chất dinh dưỡng cần thiết cho cơ thể. Các vấn đề xảy ra ở bộ phận này được biểu hiện như sau: Không đào thải chất cặn bã (táo bón hặc tắc ruột) hoặc cố gắng quá mức để loại bỏ chất thải/độc tố (tiêu chảy hoặc tăng nhu động ruột) và hoàn toàn không kìm lại được. Cả hai đều là những tình huống không bình thường, do đó làm mất sự cân bằng. Một lần nữa, đây có lẽ là những cảm xúc mà bạn đang cất giấu bên trong, để nó "ứ đọng lại" và không cho phép thoát ra ngoài. Cảm giác/suy nghĩ cần được bộc lộ ra ngoài để đào thải chất độc ra khỏi cuộc sống của bạn.

Any other elimination problems would follow this same line of thought. The severity would indicate the length of time if has been going on. Anything with inflammation like colitis would indicate anger at the base of it. Cancer goes the next step to be suppressed anger at a person or situation. You need to acknowledge the anger, find some way to express it other than on yourself and then let it go. We will discuss how to let go at the end of the book in the process for receiving the messages and healing yourself.

Bất kỳ sự loại bỏ nào khác cũng theo những cách tương tự. Mức độ nghiêm trọng sẽ chỉ ra khoảng thời gian mà nó đã xảy ra. Bất cứ vấn đề gì với sự viêm nhiễm như là viêm đại tràng sẽ chỉ ra sự tức giận trong cơ thể. Bước tiến triển tiếp theo sau quá trình kìm nén tức giận với một vấn đề hay một người nào đó chính là Ung thư. Bạn phải thừa nhận sự tức giận, tìm cách để giải tỏa và sau đó để nó thoát ra khỏi cơ thể. Chúng ta sẽ thảo luận về cách loại bỏ sự tức giận ở cuối cuốn sách này trong quá trình nhận những thông điệp và tự chữa lành.

I'm also being reminded that it is not only about expressing the thoughts or feelings, but also taking action. How many people do you know that express constantly their thoughts or feelings about their issues, but they do not DO anything about it. They just keep repeating the same thing over and over. I use the phrase, "Playing the same tape recording." This may mean that if you are

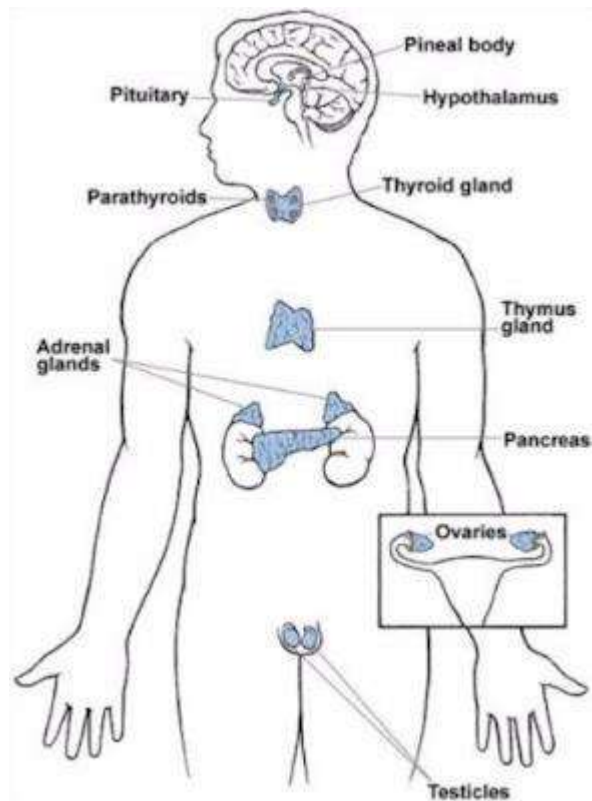
unhappy in a situation, do something to change it. You can talk and bemoan about it to anyone and everyone who will hear you, but if you don't DO something, ie. make a move in another direction or play a different recording, nothing will change and it might very well get worse, as you are not doing anything to change the situation. Many times, the message is to go in a different direction. It might be to leave this unhappy situation and move in a direction that brings you joy.

Sometimes it may create problems or disruptions in your life to make these changes, but it is much better in the long run.

Tôi cũng được nhắc nhở rằng, việc cần làm không chỉ là loại bỏ những cảm xúc hoặc suy nghĩ, mà nó còn là hành động. Có bao nhiêu người trong chúng ta biết cách liên tục bày tỏ suy nghĩ hoặc cảm xúc liên quan đến vấn đề của họ, nhưng họ không có bất cứ một hành động nào cả. Điều này cứ lặp đi lặp lại. Tôi thường sử dụng cụm từ “Lặp lại một đoạn băng tương tự” (“Playing the same tape recording.”) để nói về điều đó. Điều này có nghĩa là khi bạn không hài lòng với một vấn đề, hãy làm gì đó để thay đổi nó. Bạn có thể nói chuyện hoặc phàn nàn điều đó với bất cứ một ai miễn là họ sẽ lắng nghe bạn, nhưng nếu bạn không làm gì cả, nó sẽ di chuyển theo một hướng khác, phát đi một thông điệp khác, vậy nên tình trạng đó sẽ không có bất kỳ sự thay đổi nào hoặc trở nên tồi tệ hơn vì bạn không làm điều gì để thay đổi tình hình. Có nhiều lần, những thông điệp sẽ đi theo một hướng khác, nó có thể chọn hướng mang lại niềm vui cho bạn. Đôi khi nó có thể tạo ra những vấn đề khác hoặc làm xáo trộn cuộc sống của bạn để thực hiện những thay đổi này, nhưng về lâu dài thì đây là một cách làm có hiệu quả.

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Chương

9 Hệ nội tiết



Pineal body: Thể tùng

Hypothalamus: Vùng dưới đồi

Thyroid gland: Tuyến giáp

Thymus gland: Tuyến ức

Pancreas: Tuyến tụy

Ovaries: Bùng trứng

Testicles: Tinh hoàn

Adrenal gland: Tuyến thượng thận

Parathyroids: Hormone tuyến cận giáp

Pituitary: Tuyến yên

The endocrine system is a system of glands, each of which secretes a type of hormone directly into the bloodstream to regulate the body. This system is composed of the Pituitary gland, the Hypothalamus, the Pineal gland, the Thyroid, the Parathyroid and the Adrenals.

The pituitary gland is located at the base of the brain. The pituitary gland secretes nine hormones that regulate homeostasis.

Hệ nội tiết là một hệ thống các tuyến, mỗi tuyến tiết ra một loại hormone theo máu chuyển đến và tạo tác động tại những cơ quan khác nhau để điều hòa cơ thể. Hệ thống này bao gồm tuyến yên, vùng dưới đồi, tuyến tùng, tuyến giáp, tuyến cận giáp và tuyến thượng thận.

Tuyến yên nằm ở đáy não. Tuyến yên tiết ra chín hormone để điều hòa cân bằng nội môi.

The hypothalamus is a tiny part of the brain. Despite its small size, the hypothalamus plays a pivotal role in an astounding number of functional and behavioral activities that are essential for day-to-day survival of the individual person and for continuing survival of its species. Its overall role is to collect and integrate a huge variety of information from the body and to organize neural and endocrine responses that maintain homeostasis (constant balance of the internal environment).

Vùng dưới đồi là một phần nhỏ của não. Mặc dù có kích thước nhỏ nhưng vùng dưới đồi đóng vai trò quan trọng trong các hoạt động chức năng và hoạt động hành vi rất cần thiết cho sự tồn tại hàng ngày và để tiếp tục khả năng sống sót của loài người. Vai trò tổng thể của nó là thu thập và liên kết rất nhiều thông tin từ cơ thể để tổ chức các phản ứng thần kinh và nội tiết duy trì cân bằng nội môi (trạng thái cân bằng của môi trường bên trong).

The pineal gland (also called the pineal body, epiphysis cerebri, epiphysis, conarium or the "third eye") is a small endocrine gland in the brain. It produces the serotonin derivative melatonin, a hormone that affects the modulation of wake/sleep patterns and seasonal functions. Its shape resembles a tiny pine cone (hence its name), and it is located near the center of the brain, between the two hemispheres.

Tuyến tùng (còn được gọi là thể tùng, ngoài ra, bạn có thể bắt gặp nó trong các tài liệu khoa học chuyên biệt với các tên: conarium, epiphysis, epiphysis cerebri và cũng có thể được gọi là "con mắt thứ ba") là một tuyến nội tiết nhỏ trong não. Nó tạo ra melatonin dẫn xuất serotonin, một loại hormone ảnh hưởng đến việc điều chỉnh giấc ngủ và các chức năng sinh học. Nó có hình dạng giống như một quả tùng nhỏ (cũng là tên của nó), nó nằm giữa hai bán cầu, gần trung tâm của não.

The thyroid gland or simply, the thyroid is one of the largest endocrine glands. The thyroid gland is found in the neck, below (inferior to) the thyroid cartilage (which forms the laryngeal prominence, or "Adam's apple"). The thyroid gland controls how quickly the body uses energy, makes proteins, and controls how sensitive the body is to other hormones. It participates in these processes by producing thyroid hormones, the principal ones being triiodothyronine (T₃) and thyroxine (T₄). These hormones regulate the rate of metabolism and affect the growth and rate of function of many other systems in the body.

Tuyến giáp là một trong những tuyến nội tiết lớn nhất trong cơ thể. Tuyến giáp nằm ở phía trước cổ, phía dưới sụn giáp (phần sụn của thanh quản nổi lên phía trước, hay "quả táo của Adam"). Tuyến giáp kiểm soát tốc độ sử dụng năng lượng của cơ thể, tạo ra protein và kiểm soát mức độ nhạy cảm của cơ thể với các hormone khác. Nó tham gia vào các quá trình này bằng cách sản xuất hormone tuyến giáp, những chất chính là triiodothyronine (T₃) và thyroxine (T₄). Những hormone này điều chỉnh tỷ lệ trao đổi chất và ảnh hưởng đến sự tăng trưởng và chức năng của nhiều hệ thống khác trong cơ thể.

The parathyroid glands are small endocrine glands in the neck that produce parathyroid hormone. Humans usually have four parathyroid glands, which are

usually located on the rear surface of the thyroid gland, or, in rare cases, within the thyroid gland itself or in the chest. Parathyroid glands control the amount of calcium in the blood and within the bones.

Các tuyến cận giáp là các tuyến nội tiết nhỏ ở cổ, sản xuất hormone tuyến cận giáp. Con người thường có bốn tuyến cận giáp, thường nằm ở bề mặt phía sau của tuyến giáp, hoặc, trong một số trường hợp hiếm hoi, trong chính tuyến giáp hoặc trong ngực. Tuyến cận giáp kiểm soát lượng canxi trong máu và trong xương.

The adrenal glands (also known as suprarenal glands) sit atop the kidneys. They are chiefly responsible for releasing hormones in response to stress through the synthesis of corticosteroids such as cortisol and catecholamines such as epinephrine. The adrenal glands affect kidney function through the secretion of aldosterone, a hormone involved in regulating the osmolarity of blood plasma.

Các tuyến thượng thận (còn được gọi là tuyến thượng thận) nằm phía trên mỗi quả thận. Chúng chịu trách nhiệm chính trong việc giải phóng hormone để giải tỏa căng thẳng thông qua việc tổng hợp các corticosteroid như cortisol và catecholamine như epinephrine. Tuyến thượng thận ảnh hưởng đến chức năng thận thông qua việc tiết aldosteron, một loại hormone liên quan đến việc điều chỉnh tính thẩm thấu của huyết tương.

The main thing this system is doing is keeping the body in balance (state of homeostasis). It does this with the secretion of the various hormones from the various glands. Rather than looking at this system as a whole, the thing to look at here is the part of the body in which the gland is located. This will give you the guidance to the message.

Chức năng chính mà hệ thống này đang có chính là giữ cân bằng cho cơ thể (trạng thái cân bằng nội môi). Nó thực hiện điều này bằng cách tiết ra các hormone khác nhau từ các tuyến khác nhau. Thay vì quan sát toàn bộ hệ thống này, điều cần chú ý ở đây là phần cơ thể nơi chứa những tuyến đó. Điều này sẽ cung cấp cho bạn những hướng dẫn của thông điệp.

The glands of the neck and throat will indicate a need to speak one's truth to get into balance in one's life. There is something you are not saying that needs to be

said. You must speak your truth! We have had numerous examples of people with thyroid problems (especially hypothyroid meaning low thyroid). It was found in all of the cases that the person needed to speak up or out about something. They had been staying quiet for far too long.

Các tuyến ở cổ và cổ họng cho thấy bạn cần phải nói lên sự thật để có được sự cân bằng trong cuộc sống. Có nhiều điều cần phải nói ra, nhưng bạn lại không làm thế. Bạn phải nói lên sự thật của chính bạn. Chúng ta đã có rất nhiều ví dụ về những người có vấn đề ở tuyến giáp (đặc biệt là suy giáp, nghĩa là giảm chức năng tuyến giáp). Điều này được tìm thấy ở những trường hợp mà con người cần nói lên điều gì đó hoặc về một vấn đề nào đó. Họ đã im lặng quá lâu.

The adrenal glands are positioned on top of the kidneys, so you are looking at the abdominal region as well as the function of the kidneys to find your message. The kidneys release toxins from the system, so there are probably toxic thoughts, words, actions, etc. that you are holding in your "gut" that need to be released to get back into and maintain balance in your life. Please refer to the section on the kidneys for more insight into this body region.

Các tuyến thượng thận nằm trên đỉnh của quả thận, vì vậy bạn cần chú ý đến vùng bụng hoặc chức năng của thận để tìm ra thông điệp của mình. Thận giải phóng chất độc khỏi cơ thể, vậy nên có thể có những suy nghĩ, hành động, lời nói độc hại... mà bạn đang giữ trong lòng, những thứ đó cần được giải phóng khỏi cơ thể của bạn để lấy lại và duy trì sự cân bằng trong cuộc sống. Vui lòng tham khảo ở phần "thận" để hiểu rõ hơn về bộ phận này.

The other glands are situated in the brain; either in the middle or at the base. As I write this, I am being told to look at those terms literally. In other words, look at what is at the "head" or at the "base" of the issue. That is where changes need to happen to gain balance.

Về các tuyến nằm ở trong não, hoặc giữa hay dưới não. Khi viết về điều này, tôi được yêu cầu xem xét các thuật ngữ theo nghĩa đen. Nói cách khác, hãy nhìn vào những gì "đầu tiên" và những gì "sau cùng" của vấn đề. Đó là nơi cần phải có những thay đổi để tạo sự cân bằng.

The brain also processes a multitude of information, stimuli, thoughts, nervous impulses, etc. Overloads in information or stimuli can create a need to rest and calm the brain. The message may be to slow down and get into a quiet place by yourself so you have the space to process what is going on in your environment. Bộ não cũng xử lý vô số thông tin, kích thích, suy nghĩ, xung động thần kinh, v.v ... Quá tải thông tin hoặc kích thích có thể tạo ra nhu cầu cần nghỉ ngơi và làm dịu não. Thông điệp đưa ra có thể là sống chậm lại và tự mình đến một nơi yên tĩnh để có không gian xử lý những gì đang diễn ra trong môi trường sống của bạn. In the chapter on Chakras, the Third Eye or Brow Chakra is pertaining to this area and is indicative of issues with psychic abilities. This will be explained further in the section on the brain in the Nervous System.

Trong chương về Luân xa, Con mắt thứ ba hay là Luân xa trán có liên quan đến vấn đề này và là dấu hiệu của các vấn đề liên quan đến khả năng ngoại cảm. Điều này sẽ được giải thích thêm trong phần "não" của Hệ thần kinh.

In my own situation, I was having issues with what seemed to be several parts of this system. When I asked "them" and my body (I will teach this later in the book), the answer was always, "You're out of balance." The body reflects your life, so if things are "off" in your body, you need to look around you for the answers. In my case, it was and is that I spend much more time working than playing or having any personal time. It is very out of balance. As you might imagine, the life I am living currently is very demanding and time for anything personal must be planned and carved out. That is not always easy to do and work usually prevails. I can tell you first hand that the body and the person is not made for work alone, but it is very easy to get in a rut of work in which it is easier to "do" work than find time or the space to just "be." I usually feel guilty if I'm not "doing" something. I realize this is what the body is trying to tell me and I am conscious of my decisions as I work on recreating the balance of my life.

Trong trường hợp cá nhân tôi, tôi đã từng có vấn đề với những gì liên quan đến hệ cơ quan này. Khi tôi hỏi "họ" và thể xác của mình (tôi sẽ nói về điều này ở phần sau của cuốn sách), câu trả lời luôn là "Con đang mất cân bằng". Cơ thể phản ánh cuộc sống của bạn, cho nên nếu mọi thứ ở trạng thái mất cân bằng

trong cơ thể, bạn phải quan sát xung quanh để tìm câu trả lời. Trong trường hợp của mình, tôi đã dành thời gian cho công việc nhiều hơn so với thời gian để giải trí hoặc giải quyết những vấn đề cá nhân. Điều đó khiến cơ thể tôi mất cân bằng. Như bạn có thể tưởng tượng, cuộc sống hiện tại của tôi rất khắt khe, thời gian để làm bất cứ công việc cá nhân nào đều phải được lên kế hoạch và lựa chọn kỹ. Thời gian cho công việc luôn chiếm ưu thế. Tôi có thể trực tiếp nói với bạn rằng, thể xác và con người không được tạo ra để làm việc độc lập, nhưng rất dễ để đi vào lối mòn của công việc khi ở đó việc tìm một công việc để làm còn dễ dàng hơn là tìm thời gian hoặc không gian để tận hưởng. Tôi thường cảm thấy có lỗi nếu không làm gì đó, tôi nhận ra rằng đây là những gì mà cơ thể đang cố bày tỏ, và tôi ý thức được khi quyết định chọn công việc để tạo sự cân bằng trong cuộc sống của mình.

While in London recently for the December 21, 2012 event we sponsored, I passed an herbal and acupuncture shop while taking a walk in the area of the hotel. I felt very drawn to go in. I had never had acupuncture before, but had been curious about it and wondered if there was anything there for me. I understood it had something to do with balancing energies, so thought this might be helpful. The owner and practitioner of this site was a beautifully pleasant woman from Beijing, China. We sat down across from each other for a consultation and she took me by the wrists as she kept her fingers on my pulses. I felt an immediate calm come over me – it was such a nice, peaceful feeling. She proceeded to tell me exactly what was going on with my body. She knew exactly where my neck was tight from the very recent long flight as well as some other things she couldn't have known by what I had already told her. She told me later that she wasn't sure how she did it, that maybe her chi (energy) entered my body and enabled her to see what was going on. I'm not sure what she did either, but I do know I felt very peaceful once she took my wrists. She proceeded to do a session of acupuncture as she said some of my organs were very tired. She said the balance of energy to these organs was off and the acupuncture would help realign it. I really liked her approach in that she believed the body was fully capable of taking care of itself if you will give it the space and support needed.

She is not an advocate of all of these regimens to do for the body what it is capable of doing for itself. As we have said, "The body is a miraculous machine designed to heal itself if we don't interfere."

The treatment was to give the organs the balance of energy and rest needed so they could heal themselves to be able to function in their optimal conditions. I found the following information on the internet regarding acupuncture in case you know as little as I do about it. As with any type of service, you need to do your homework and see who and what service resonates with you as there are many people out there not representing their craft in the highest light. This felt right to me at the time and I was definitely guided to use this woman's service. This is how you will sometimes receive your healing guidance. You will be led to a service that can help you do what is needed by the body to shift your energies to heal yourself.

Khi đang ở Luân Đôn cho sự kiện ngày 21/12/2012. Trong khi đi dạo quanh khu vực khách sạn, tôi đã đi qua một cửa hàng thảo dược và châm cứu. Tôi bước vào đó một cách hứng thú. Trước đây tôi chưa từng châm cứu, nhưng tôi thấy tò mò với nó và tự hỏi xem có gì trong này cho tôi hay không. Tôi hiểu rằng nó có gì đó liên quan đến việc cân bằng năng lượng, nên có vẻ nó khá hữu ích cho tôi. Chủ cửa hàng đồng lời là nhân viên của chỗ này là một phụ nữ xinh đẹp và dễ chịu đến từ Bắc Kinh, Trung Quốc. Chúng tôi ngồi đối diện nhau để tư vấn, cô ấy cầm lấy cổ tay tôi, và đặt những ngón tay lên động mạch để cảm nhận nhịp đập. Ngay lúc đó, tôi cảm nhận được sự thư giãn tức thì – đó là một cảm giác yên bình và dễ chịu. Cô ấy bắt đầu nói chính xác những gì đang xảy ra với cơ thể của tôi. Cô ấy biết chính xác cổ của tôi bị căng cứng từ chuyên bay dài tới đây, cũng như một vài vấn đề khác mà cô ấy không thể biết chỉ bằng những gì tôi đã nói trong cuộc trò chuyện. Sau đó cô ấy nói với tôi rằng cô ấy không chắc vì sao làm được những điều đó, có lẽ là do năng lượng của cô ấy di chuyển qua cơ thể của tôi và cho cô ấy biết những gì đang xảy ra. Tôi cũng không biết cô ấy đã làm gì, nhưng tôi cảm nhận được sự yên bình khi cô ấy nắm lấy cổ tay tôi. Cô ấy nói rằng một số cơ

quan trọng cơ thể tôi rất mệt mỏi, nên tiến hành châm cứu cho tôi. Cô ấy cũng cho biết các cơ quan trong cơ thể tôi đang bị mất cân bằng năng lượng, và việc châm cứu có thể giúp điều chỉnh lại nó. Tôi thực sự thích cách tiếp cận của cô ấy, khi cô ấy tin rằng cơ thể hoàn toàn có khả năng chăm sóc bản thân nếu bạn cho nó không gian và sự hỗ trợ cần thiết. Tuy vậy cô ấy không phải là người hoàn toàn ủng hộ việc cơ thể tự làm mọi điều trong khả năng của chính nó. Như chúng ta đã nói, cơ thể là một cỗ máy kỳ diệu được thiết kế để tự chữa lành nếu chúng ta không can thiệp.

Việc điều trị giúp các cơ quan cân bằng năng lượng và có sự nghỉ ngơi cần thiết để chúng có thể tự chữa lành, và để được hoạt động trong điều kiện tối ưu. Tôi tìm thấy các thông tin sau trên internet liên quan đến việc châm cứu để giúp các bạn trong trường hợp không có nhiều hiểu biết về vấn đề này giống như tôi. Như bất kỳ loại dịch vụ chăm sóc nào, bạn phải thực hiện những bài tập ở nhà để xem ai và dịch vụ nào có hiệu quả với bạn bởi có nhiều người ngoài kia không đại diện cho công việc của họ dưới ánh sáng cao nhất(in the highest light). Tôi cảm thấy điều này đúng với bản thân trong thời điểm đó, và tôi chắc chắn nhận được hướng dẫn để sử dụng dịch vụ của người phụ nữ này. Đây đôi khi là cách mà bạn nhận được những hướng dẫn chữa lành cho chính bạn. Bạn sẽ được đưa đến để sử dụng một dịch vụ có thể giúp bạn làm những gì cần thiết cho cơ thể để thay đổi năng lượng và để tự chữa lành.

Acupuncture is a method of encouraging the body to promote natural healing and to improve functioning. This is done by inserting needles and applying heat or electrical stimulation at very precise acupuncture points.

Châm cứu là phương pháp khuyến khích cơ thể phát huy khả năng chữa bệnh tự nhiên và cải thiện chức năng. Điều này được thực hiện bằng cách châm kim và áp dụng kích thích nhiệt hoặc điện tại các huyệt đạo một cách rất chính xác.

HOW DOES ACUPUNCTURE WORK?

The classical Chinese explanation is that channels of energy run in regular patterns through the body and over its surface. These energy channels, called

meridians, are like rivers flowing through the body to irrigate and nourish the tissues. An obstruction in the movement of these energy rivers is like a dam that backs up in others.

CHÂM CỨU HOẠT ĐỘNG NHƯ THẾ NÀO?

Theo người Trung Quốc, cơ thể người có các kênh năng lượng chạy theo một mô hình đều đặn xuyên qua và lên trên bề mặt của nó. Những kênh năng lượng này, được gọi là kinh lạc, giống như những dòng sông chảy qua cơ thể để tưới và nuôi dưỡng các mô. Một sự cản trở dòng chảy của những con sông năng lượng này giống như một con đập xuất hiện làm cản trở lưu thông.

The meridians can be influenced by needling the acupuncture points; the acupuncture needles unblock the obstructions at the dams, and reestablish the regular flow through the meridians. Acupuncture treatments can therefore help the body's internal organs to correct imbalances in their digestion, absorption, and energy production activities, and in the circulation of their energy through the meridians.

Châm cứu có thể ảnh hưởng đến các kinh lạc; các kim châm cứu giúp loại bỏ các vật cản tại các đập, và thiết lập lại dòng chảy đều đặn qua các kinh lạc. Do đó, phương pháp điều trị châm cứu có thể giúp các cơ quan nội tạng của cơ thể điều chỉnh sự mất cân bằng trong các hoạt động tiêu hóa, hấp thu, sản xuất năng lượng và lưu thông năng lượng của chúng thông qua các kinh lạc.

The modern scientific explanation is that needling the acupuncture points stimulates the nervous system to release chemicals in the muscles, spinal cord, and brain. These chemicals will either change the experience of pain, or they will trigger the release of other chemicals and hormones which influence the body's own internal regulating system.

Theo giải thích của khoa học hiện đại thì châm cứu là việc tác động tới các huyết đạo nhằm kích thích hệ thần kinh giải phóng các hóa chất trong cơ bắp, tủy sống và não. Những hóa chất này hoặc sẽ thay đổi sức chịu đựng của cơn đau, hoặc chúng sẽ kích hoạt giải phóng các hóa chất và hormone khác ảnh hưởng đến hệ thống điều tiết bên trong của cơ thể.

The improved energy and biochemical balance produced by acupuncture results in stimulating the body's natural healing abilities, and in promoting physical and emotional well-being.

Sự cân bằng năng lượng và sinh hóa được cải thiện nhờ châm cứu đã kích thích khả năng chữa bệnh tự nhiên của cơ thể, và thúc đẩy sự khỏe mạnh về thể chất và tinh thần.

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Chương 10 Hệ miễn dịch

An immune system is a system of biological structures and processes that protects against disease. In order to function properly, an immune system must detect a wide variety of agents, from viruses to parasitic worms, and distinguish them from the organism's own healthy tissue.

Hệ miễn dịch là một hệ thống các cấu trúc và quá trình sinh học bảo vệ cơ thể và chống lại bệnh tật. Để hoạt động tốt, hệ thống miễn dịch phải phát hiện rất nhiều tác nhân, từ virus đến ký sinh trùng và phân biệt chúng với tế bào khỏe mạnh của vật chủ.

Leukocytes:

White blood cells, or leukocytes are cells of the immune system involved in defending the body against both infectious disease and foreign materials. They live for about 3 to 4 days in the average human body and are found throughout the body, including the blood and lymphatic system.

Bạch cầu:

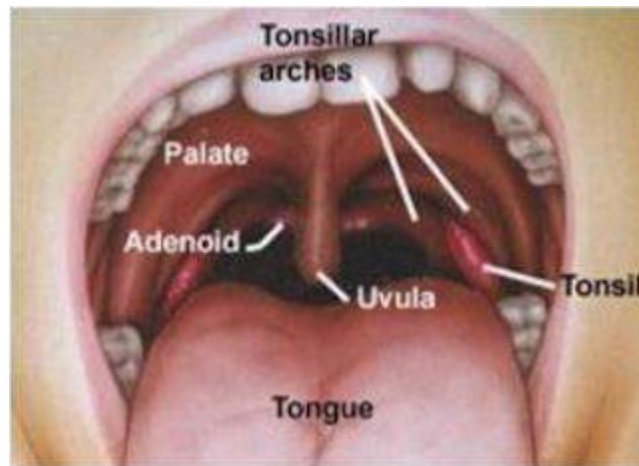
Tế bào bạch cầu, hay bạch cầu là những tế bào của hệ thống miễn dịch liên quan đến việc bảo vệ cơ thể chống lại cả bệnh truyền nhiễm và tác nhân lạ. Trung bình chúng sống khoảng 3 đến 4 ngày trong cơ thể con người và được tìm thấy trên khắp cơ thể, bao gồm trong máu và hệ bạch huyết.

Tonsils:

The tonsils are lymphoepithelial tissues located in the back of the throat. These tissues represent the defense mechanism of first line against ingested or inhaled foreign pathogens.

Amidan:

Amidan là tổ chức bạch huyết nằm ở phía sau cổ họng. Những tổ chức này đại diện cho hệ thống phòng vệ đầu tiên của hệ miễn dịch nhằm chống lại mầm bệnh xâm nhập hoặc khi hít phải.



Adenoids:

Adenoids are a mass of lymphoid tissue situated posterior to the nasal cavity, in the roof of the nasopharynx, where the nose blends into the throat.

Adenoids:

Adenoids là một khối mô bạch huyết nằm sau khoang mũi, trong vòm mũi họng, nơi mũi hòa vào cổ họng.

VA là một khối tổ chức bạch huyết nằm ở phía sau khoang mũi, trên vòm mũi họng, nơi mũi thông vào cổ họng (mũi sau).

Thymus

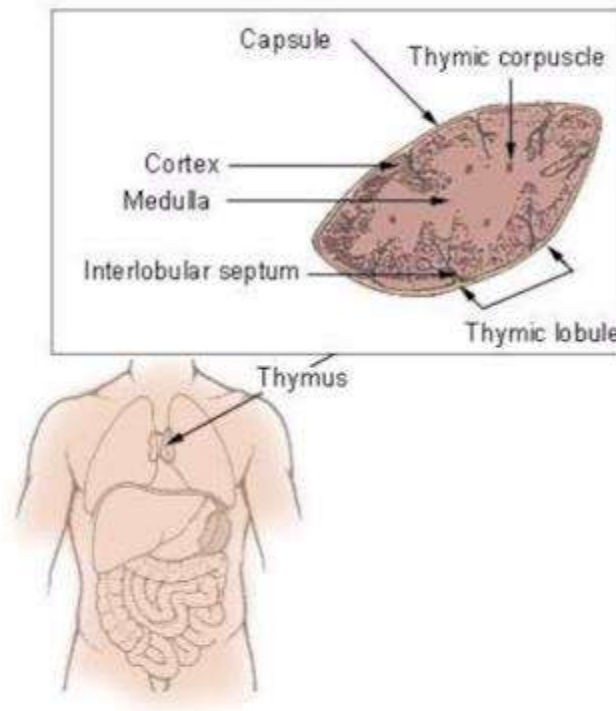
The thymus is a specialized organ of the immune system. The thymus produces and "educates" T-lymphocytes (T cells), which are critical cells of the adaptive immune system.

The thymus is composed of two identical lobes and is located anatomically in the anterior superior mediastinum, in front of the heart and behind the sternum.

Tuyến ức:

Tuyến ức là một cơ quan chuyên biệt của hệ thống miễn dịch. Tuyến ức sản xuất và "nuôi dưỡng" tế bào lympho T (tế bào T), là những tế bào quan trọng của hệ thống miễn dịch.

Tuyến ức bao gồm hai thùy giống hệt nhau và nằm ở trong lồng ngực thuộc trung thất trước trên, trước tim và sau xương ức.



Thymic: Tuyến ức

Capsule: Màng cứng

Thymic lobule: Thùy tuyến ức

Interlobular septum: Vách sợi

Medulla: Vùng tủy

Cortex: Vùng vỏ

Thymic corpuscle: Tiểu thùy tuyến ức

The spleen:

The spleen is located in the left upper quadrant of the abdomen and plays important roles in regard to red blood cells. It removes old red blood cells and

holds a reserve of blood in case of hemorrhagic shock while also recycling iron. It can be considered analogous to a large lymph node, as its absence leads to a predisposition toward certain infections.

Lá lách:

Lá lách nằm ở góc phần tư phía trên bên trái của bụng và đóng vai trò quan trọng liên quan đến các tế bào hồng cầu. Nó loại bỏ các tế bào hồng cầu cũ và dự trữ máu trong trường hợp sốc xuất huyết đồng thời tái chế sắt. Nó có thể được xem tương tự như một hạch bạch huyết lớn, vì nếu thiếu nó sẽ dẫn đến nguy cơ lớn đối với một số bệnh nhiễm trùng.

The immune system has one purpose and that is to protect the body from attacks of foreign elements. So quite simply, when this system is activated it would be easy to say, "Well I came in contact with someone who had a germ and I caught a cold." Remember – any and all aches/pains/symptoms is the body trying to deliver a message. It's not usually to say, "Stay away from people with germs." It is saying you are feeling like you're under attack in some way. This is not usually a full on attack, but it could be. You are feeling powerless about something. You feel you can't defend yourself against something. Something is approaching you "head on" and you don't want to deal with it. You see it as an attack, otherwise, you would take it in stride and move through or around it. You might simply be needing to take a rest (outside demands are attacking) and will not give yourself permission to take such leisure, so the body is taking care of that for you by giving you a cold, etc. and forcing you to rest.

Mục đích của hệ miễn dịch đó là bảo vệ cơ thể khỏi sự tấn công của các yếu tố bên ngoài. Rất đơn giản, khi hệ thống này được kích hoạt, có thể dễ dàng nói rằng, "Chà tôi cũng đã tiếp xúc với một người có mầm bệnh và tôi cũng bị cảm lạnh". Hãy nhớ rằng – bất kỳ và tất cả những cơn đau/triệu chứng của chúng ta là khi cơ thể đang cố gắng truyền tải một thông điệp. Nó thường không nói rằng "Hãy tránh xa những người mang mầm bệnh". Nó đang nói về việc bạn đang cảm thấy như đang bị tấn công theo một cách nào đó. Đây thường không phải là một cuộc tấn công đầy đủ, nhưng nó có thể. Bạn đang cảm thấy bất lực về điều gì đó. Bạn cảm thấy bạn có thể bảo vệ mình trước một cái gì đó. Một cái gì đó đang tiếp

cận với bạn, đối đầu với bạn và bạn không muốn đối phó với nó. Bạn xem nó như một cuộc tấn công, nếu không, bạn sẽ sai bước và di chuyển qua hoặc xung quanh nó. Bạn có thể chỉ cần nghỉ ngơi (nhu cầu bên ngoài đang tấn công) và sẽ không cho phép bạn nghỉ ngơi như vậy, vì vậy cơ thể sẽ thực hiện điều đó cho bạn bằng cách gửi đến cơn cảm lạnh, v.v. buộc bạn phải nghỉ ngơi.

To understand and have guidance as to the messages being delivered, it is important to look at the area the specific gland is in and how it is manifesting the symptoms.

Để hiểu và có những hướng dẫn về các thông điệp đang được gửi, điều quan trọng là bạn phải quan sát khu vực có các tuyến, và cách nó biểu hiện các triệu chứng cho bạn thấy.

When the tonsils or adenoids are being affected (throat area), you need to say something (speak your truth) in regards to the attack you are under. Another way of seeing this is: In order to be attacked, you must be a victim, so you need to look at your state of mind at the time to see if you are feeling you are a victim of a circumstance or situation. Remember, we create our situations to learn from and are never the victim of someone else's antics. If we are feeling vulnerable and a victim, then for some reason we have given our power away and are open for attack.

Khi Amidan hoặc VA bị ảnh hưởng (vùng họng) bạn phải nói ra điều gì đó (sự thật của chính bạn) liên quan đến cuộc tấn công mà bạn đang chịu đựng. Một cách khác để nhìn nhận về vấn đề này: Nếu xảy ra một cuộc tấn công, bạn phải là nạn nhân, vì vậy bạn phải nhìn nhận lại tâm trạng của bản thân tại thời điểm đó để xem mình có phải là nạn nhân của một hoàn cảnh hay tình huống nào hay không. Hãy nhớ rằng, chúng ta tạo ra các tình huống của mình để học hỏi và không bao giờ là nạn nhân cho trò hề của những người khác. Nếu chúng ta cảm thấy bản thân mình dễ bị tổn thương và dễ trở thành nạn nhân của một vấn đề, thì vì một lý do nào đó, chúng ta đã từ bỏ sức mạnh của bản thân và sẽ trở thành nạn nhân của cuộc chiến đó.

The thymus is in the chest/heart region so might indicate feeling powerless when it comes to feeling emotions for self or others. The heart is the "seat of the

emotions” and is indicative of your feelings of love. This is regarding your ability to love and be loved as well as your ability to have love and joy in your life. Maybe you have felt attacked in the past where your emotions are concerned and fear opening that part of yourself. Or you are feeling attacked now with regards to your feelings of love and/or joy and are engaging your protection mechanisms.

Tuyến ức nằm trong lồng ngực/tim nên có thể biểu thị cảm giác bất lực khi cảm nhận được cảm xúc của bản thân hoặc người khác. Trái tim là “chỗ dựa của cảm xúc” và là biểu hiện của cảm xúc yêu thương. Điều này liên quan đến khả năng yêu và được yêu cũng như khả năng có được tình yêu và niềm vui trong cuộc sống của bạn. Có thể trước đây bạn đã từng cảm thấy bị tấn công vì lo lắng và sợ hãi khi mở ra phần nào đó bí mật của bản thân. Hoặc bây giờ bạn đang cảm thấy bị tấn công bởi cảm giác yêu thương/niềm vui của bạn đang tham gia vào các cơ chế bảo vệ của cơ thể.

The spleen is in the upper abdomen, so again, look at what is being held in and maybe seen as defending an attack. The abdominal area is where we tend to hold our emotions in and not release or express them. This can fester and cause anything in this area of the body to react.

Lá lách nằm ở vùng bụng trên, một lần nữa hãy nhìn lại những gì đang được cất giữ trong lòng và coi nó như là hàng rào phòng thủ của một cuộc tấn công. Những vấn đề ở vùng bụng cho thấy chúng ta đang có xu hướng kìm nén cảm xúc, không bày tỏ hoặc giải phóng chúng. Điều này có thể gây viêm nhiễm và khiến các bộ phận trong khu vực này phản ứng lại.

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Chương

11 Hệ da

The Integumentary System

The integumentary system is the organ system that protects the body from damage, comprising the skin and its appendages (including hair and nails). The integumentary system has a variety of functions; it may serve to waterproof, cushion, and protect the deeper tissues, excrete wastes, and regulate temperature, and is the attachment site for sensory receptors to detect pain, sensation, pressure, and temperature. In most terrestrial vertebrates with significant exposure to sunlight, the integumentary system also provides for vitamin D synthesis.

Hệ da

Hệ da là hệ thống cơ quan bảo vệ cơ thể khỏi những tổn thương, bao gồm da và các phần phụ của nó (gồm cả tóc và móng tay). Hệ da có nhiều chức năng khác nhau; nó có thể hạn chế sự mất nước của biểu bì, là lớp đệm và bảo vệ các mô ở sâu hơn, bài tiết chất thải và điều chỉnh nhiệt độ, đồng thời là vị trí gắn kết cho các thụ thể cảm giác để phát hiện đau, tiếp nhận cảm giác, áp lực và nhiệt độ. Ở hầu hết các động vật có xương sống trên cạn được tiếp xúc nhiều với ánh sáng mặt trời, hệ da cũng hỗ trợ cho quá trình tổng hợp vitamin D.

Skin: The human skin is the outer covering of the body. In humans, it is the largest organ of the integumentary system. The skin has multiple layers of ectodermal tissue and guards the underlying muscles, bones, ligaments and internal organs. Though nearly all human skin is covered with hair follicles, it appears hairless.

Da là lớp bọc bên ngoài cơ thể, ở người nó là cơ quan lớn nhất của hệ cơ quan này. Da có nhiều lớp (thượng bì, trung bì & hạ bì) nhằm bảo vệ cơ, xương, dây chằng và các cơ quan nội tạng bên dưới. Mặc dù gần như toàn bộ da người được bao phủ bởi các nang lông, nhưng không hẳn là chúng có lông bao phủ bên ngoài.

Because it interfaces with the environment, skin plays a key role in protecting (the body) against pathogens and excessive water loss. Its other functions are insulation, temperature regulation, sensation, synthesis of vitamin D, and the protection of vitamin B folates.

Bởi vì tiếp xúc trực tiếp với môi trường, da đóng một vai trò quan trọng trong việc bảo vệ (cơ thể) chống lại các tác nhân gây bệnh và sự mất nước quá mức. Các chức năng khác của nó là cách nhiệt, điều hòa nhiệt độ, tiếp nhận cảm giác, tổng hợp vitamin D và bảo vệ các folate vitamin B.

Besides the skin, hair and nails being protection for the organs and systems of the body, they are also how you present yourself to the world. Depending on where a problem is will again tell what the issue is. I met someone who had a discoloration of her face and neck. During a regression session that took her to her birth in this life, she found she was not wanted by her mother because she was a girl and her mother wanted a boy. She felt "defaced" and so created this "mask" for herself.

Bên cạnh việc bảo vệ cho các cơ quan và hệ thống của cơ thể, thì da, tóc và móng tay còn là cách bạn thể hiện mình với thế giới. Tùy thuộc vào vị trí ảnh hưởng sẽ cho biết vấn đề là gì. Tôi đã gặp một người bị thay đổi màu sắc vùng da ở mặt và cổ. Trong một phiên hồi quy đã đưa cô ấy tới thời điểm được sinh ra trong cuộc đời này, cô ấy thấy mình không được mẹ đón nhận vì cô là con gái trong khi mẹ cô muốn có con trai. Cô ấy cảm thấy rất "mất mặt" và vì vậy cô đã tạo ra "mặt nạ" này cho chính mình.

Gashes or other types of openings of the skin can indicate a feeling of being vulnerable or lacking enough protection to outside influences.

Look at how the condition manifests exactly, as that is your message.

Rách da hoặc các vết thương hở khác trên da có thể cho thấy cảm giác dễ bị tổn thương hoặc không đủ khả năng bảo vệ trước các tác động bên ngoài.

Tập trung chú ý vào sự biểu hiện của các vấn đề, vì đó là thông điệp của bạn.

I have also found that some rashes of the skin (especially the legs) are an indication of too much energy surging through the body indicating an overload. Many past life regressions have shown eczema (a burning red rash of the skin) to be the residue from being burned to death in another life. It may have carried over as a reminder to caution you of the activities that led to the incidence of the burning. In other words, there may be similarities between the two lives and this is serving as a warning.

Tôi cũng nhận thấy rằng một số ban nổi lên trên da (đặc biệt là ở chân) là một dấu hiệu của quá nhiều năng lượng tràn qua cơ thể và nó cho thấy tình trạng quá tải.

Nhiều phiên hồi quy về tiền kiếp cho thấy bệnh chàm (một vết ban đỏ trên da) là dấu vết do bị đốt cháy đến chết ở kiếp khác. Nó có thể tiếp tục hiện diện ở kiếp này như một lời nhắc nhở hoặc cảnh báo cho bạn về các hoạt động có khả năng dẫn tới cháy nổ. Nói cách khác, có thể có những điểm tương đồng giữa hai cuộc sống và đây là một lời cảnh báo.

Another thing that is common on the skin is a birthmark. Birthmarks have been found to be residue and indicators of trauma or how you died in another life. They don't usually have any kind of health impact, but can be removed if you find the message it is giving and make the connection.

Một điều khác thường thấy trên da là một vết bớt. Các vết bớt được phát hiện là dấu vết và dấu hiệu của chấn thương hoặc cách bạn chết trong một cuộc sống khác. Chúng thường không có bất kỳ ảnh hưởng nào đến sức khỏe, nhưng có thể

được xóa đi nếu bạn tìm thấy thông điệp mà nó đưa ra và kết nối với thông điệp đó.

Hair (the mane) is our glory in many cases and how we distinguish ourselves from others. How we wear our hair is a great indication of how we feel about ourselves.

As I think about losing one's hair, I'm hearing – losing one's honor. In one session by Dolores the subconscious sited that the hair loss was due to a Vitamin B12 deficiency.

Tóc (bờm) là danh dự của chúng ta trong nhiều trường hợp và là cách chúng ta phân biệt mình với những người khác. Cách chúng ta để kiểu tóc là một dấu hiệu tuyệt vời cho thấy chúng ta cảm thấy như thế nào về bản thân mình.

Khi nghĩ về việc một người bị rụng tóc, tôi đang nghe thấy rằng – danh dự của họ đang bị mất. Trong một phiên của Dolores, Siêu thức cho rằng việc rụng tóc là do thiếu hụt Vitamin B12.

Nails as well are an indication of how we put ourselves forward to those around us. They are the parts we "show."

As indicated, nails on our fingers are also tools for us to use. Problems with these "tools" may indicate feelings of inadequacy or inability to "handle" a situation.

Móng tay cũng là dấu hiệu cho thấy chúng ta thể hiện bản thân mình ra sao đối với những người xung quanh. Chúng là những phần chúng ta "thể hiện" trong cuộc sống.

Như đã nói, móng tay trên ngón tay cũng là công cụ để chúng ta sử dụng. Các vấn đề với các "công cụ" này có thể cho thấy cảm giác không đủ hoặc không có khả năng "xử lý" một tình huống nào đó.

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Chương 12 Hệ bạch huyết

The Lymphatic System

The lymphatic system is a part of the circulatory system, comprising a network of conduits called lymphatic vessels that carry a clear fluid called lymph towards the heart. After the circulatory system has processed and filtered all of the blood during a day there is roughly 3 liters of fluid that does not get reabsorbed directly back into the system. The lymphatic system is then used to get this excess fluid back into the blood. The fluid is transported through lymph vessels to lymph nodes before emptying ultimately into the right or left subclavian vein, where it mixes back with blood.

Hệ bạch huyết

Hệ bạch huyết là một phần của hệ tuần hoàn, bao gồm một mạng lưới các ống dẫn được gọi là mạch bạch huyết mang chất lỏng trong suốt gọi là bạch huyết về tim. Trong một ngày, sau khi hệ tuần hoàn xử lý và lọc tất cả máu trong cơ thể thì có khoảng 3 lít chất lỏng không được tái hấp thu trực tiếp trở lại hệ thống. Sau đó hệ bạch huyết được sử dụng để đưa chất lỏng dư thừa này trở lại máu. Chất lỏng được vận chuyển qua các mạch bạch huyết đến các hạch bạch huyết trước khi đổ hết vào tĩnh mạch dưới đòn trái hoặc phải, nơi nó hòa trộn lại với máu.

Lymphatic organs play an important part in the immune system, having a considerable overlap with the lymphoid system. Lymph nodes are found all through the body, and act as filters or traps for foreign particles. They are important in the proper functioning of the immune system. They are packed tightly with the white blood cells.

Các cơ quan bạch huyết đóng góp một phần quan trọng trong hệ miễn dịch, có sự liên kết đáng kể với hệ thống bạch huyết. Các hạch bạch huyết được tìm thấy khắp cơ thể và hoạt động như một bộ lọc hoặc là một cái bẫy cho các phần tử lạ. Chúng rất quan trọng trong đối với hoạt động bình thường của hệ miễn dịch. Chúng được liên kết chặt chẽ với các tế bào bạch cầu.

The lymphatic system is a major transportation device designed to keep the cells in a healthy and balanced environment by moving excess fluid back into the blood so it can be circulated to where it is needed and by moving any bacteria to the lymph nodes where they are then destroyed. When this system is "off," you will have swelling of the extremities (especially the feet and legs) since the excess fluid is not being moved back to the blood. Since the lymphatic system is part of the circulatory system, the message will be very similar as to what is found with that system. The blood and circulatory system indicate the flow of life and moving in your desired direction. The backup of fluid in this system can indicate stagnation in movement or "sluggish" movement in the desired direction. There is either a blockage or a resistance to the flow or movement you had planned in this life. You are "off" track or "stuck." There is a lack of commitment to the direction or flow and so it feels like a resistance. If you stop altogether, you will most likely develop aches and pains of these areas.

Hệ bạch huyết là một thiết bị vận chuyển chính được thiết kế để giữ cho các tế bào trong một môi trường cân bằng và khỏe mạnh bằng cách di chuyển chất lỏng dư thừa trở lại máu để nó có thể được lưu thông đến nơi cần thiết và di chuyển vi khuẩn đến các hạch bạch huyết nơi mà chúng sẽ bị tiêu diệt. Khi hệ thống này "tắt", bạn sẽ bị sưng các chi (đặc biệt là bàn chân và cẳng chân) vì chất lỏng dư thừa không được chuyển trở lại máu. Vì hệ bạch huyết là một phần của hệ tuần hoàn, thông điệp đưa ra sẽ rất giống với những gì được tìm thấy với hệ tuần hoàn. Hệ tuần hoàn và máu chỉ ra dòng chảy của sự sống và di chuyển theo hướng mong muốn của bạn. Sự ứ đọng chất lỏng trong hệ thống này có thể chỉ ra sự đình trệ trong chuyển động hoặc chuyển động "chậm chạp" theo hướng mong

muốn. Hoặc có một sự tắc nghẽn, cản trở dòng chảy hay chuyển động mà bạn đã lên kế hoạch trong cuộc sống này. Bạn đang “đi chệch hướng” hoặc “mắc kẹt”. Thiếu sự bảo đảm đi đúng hướng hoặc dòng chảy, khiến nó giống như một lực cản. Nếu bạn hoàn toàn dừng lại, rất có thể bạn sẽ bị đau nhức ở những vùng này.

The purpose of the lymph nodes is to destroy bacteria that are brought to them via this system. Problems here would be similar to problems in the immune system. You are feeling powerless about something or in some area of your life. You have given your power away and are feeling vulnerable and under attack (like a victim). If these nodes are having problems, you need to look at their location for the specific message.

Mục đích của các hạch bạch huyết là tiêu diệt vi khuẩn được đưa đến cho chúng thông qua hệ thống này. Các vấn đề ở đây sẽ tương tự như các vấn đề trong hệ miễn dịch. Bạn đang cảm thấy bất lực về điều gì đó hoặc trong lĩnh vực nào đó của cuộc sống. Bạn đã tước đi sức mạnh của mình và cảm thấy dễ bị tổn thương và bị tấn công (như một nạn nhân). Nếu các hạch bạch huyết này đang gặp sự cố, bạn cần xem vị trí của chúng để biết thông điệp cụ thể.

The legs indicate movement in your direction in life. The arms indicate what or how you embrace things or even how you embrace your life. The throat indicates not speaking out or not speaking your truth – there is something you need to say that you are not saying. The stomach/abdominal region indicates holding issues in “the gut” and not passing them on or processing them.

Đôi chân chỉ ra sự chuyển động theo hướng của bạn trong cuộc sống. Cánh tay cho biết điều gì hoặc cách bạn ôm mọi thứ hoặc thậm chí cách bạn nắm lấy cuộc sống của mình. Cổ họng cho biết bạn không nói ra hoặc không nói ra sự thật – không nói ra những điều cần nói. Dạ dày/vùng bụng cho biết các vấn đề còn giữ trong lòng mà không nói ra hoặc giải quyết chúng.

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Chương

13 Hệ vận động

The Musculoskeletal System

A musculoskeletal system (also known as the locomotor system) is an organ system that gives animals (including humans) the ability to move using the muscular and skeletal systems. The musculoskeletal system provides form, support, stability, and movement to the body.

It is made up of the body's bones (the skeleton), muscles, cartilage, tendons, ligaments, joints, and other connective tissue that supports and binds tissues and organs together.

The musculoskeletal system's primary functions include supporting the body, allowing motion, and protecting vital organs.

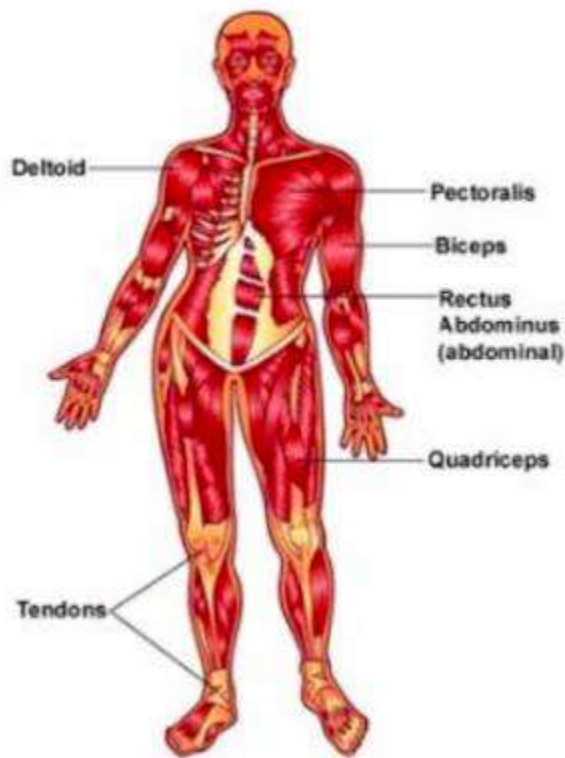
Hệ vận động (còn được gọi là hệ cơ xương) là một hệ cơ quan cung cấp cho động vật (bao gồm cả con người) khả năng di chuyển bằng cách sử dụng hệ thống cơ và xương. Hệ vận động tạo nên hình dạng cơ thể, nâng đỡ, cố định và giúp cơ thể vận động.

Hệ vận động bao gồm xương (bộ xương), cơ, sụn, gân, dây chằng, khớp và các mô liên kết khác hỗ trợ và liên kết các mô và cơ quan với nhau.

Các chức năng chính của hệ vận động bao gồm nâng đỡ cơ thể, cho phép chuyển động và bảo vệ các cơ quan quan trọng.

Muscles:

Hệ cơ: Bao gồm các nhóm cơ chính như hình vẽ.



Deltoid: Cơ Delta; Pectoralis: Cơ ngực; Biceps: Cơ bắp tay; Rectus abdominus: Cơ bụng; Quadriceps: Cơ tứ đầu đùi; Tendons: Các dây chằng

Skeleton:

The role of the skeleton: This system of linked bones and cartilage supports the body providing a framework about which the softer tissues are built. The skeleton also protects the internal organs, for example, the rib cage protects the heart and lungs, whilst the skull protects the delicate brain. The skeleton is also important in permitting movement in different parts of the body. Bones provide anchoring points for muscles, against which they are able to pull.

Khung xương:

Vai trò của khung xương: Hệ thống xương và sụn liên kết này nâng đỡ, tạo nên hình dạng của cơ thể và bảo vệ các mô mềm. Bộ xương cũng bảo vệ các cơ quan nội tạng, ví dụ, khung xương sườn bảo vệ tim và phổi, trong khi hộp sọ bảo vệ bộ não mỏng manh. Bộ xương cũng rất quan trọng trong việc vận động của các

bộ phận khác nhau trong cơ thể. Xương cũng là điểm nối để cơ bám vào, có chức năng co giãn tạo ra chuyển động.

This is a system that is best looked at by individual sections. The muscles and skeleton in general provide support and protection for the organs as well as movement for the body. Usually things happening within this system will be happening to individual parts such as an arm or a leg rather than the entire musculoskeletal system. For this reason, I ask you to look deeper at the situation to see what the underlying message is.

Hệ thống này tốt nhất nên được xem xét bởi từng phần riêng lẻ. Các cơ và khung xương nói chung có tác dụng nâng đỡ và bảo vệ các cơ quan cũng như khả năng vận động cho cơ thể. Thông thường những vấn đề xảy ra trong hệ thống này sẽ xảy ra với các bộ phận riêng lẻ như tay hoặc chân hơn là toàn bộ hệ vận động. Vì lý do này, tôi muốn các bạn xem xét kỹ vấn đề để xem thông điệp cơ bản là gì.

Since the muscles allow movement, the type of problem is indicative of the type of non-movement or impairment in movement. Muscle weakness or atrophy can indicate a loss of desire in that specific direction of movement.

Vì các cơ cho phép vận động, các vấn đề về cơ là biểu hiện của việc không cử động được hoặc suy giảm khả năng vận động. Yếu hoặc teo cơ có thể cho thấy sự mất ham muốn vận động theo hướng cụ thể đó.

Hips, Legs, Knees, Ankles, Feet:

Legs, Feet: These move you from place to place. Any issues with these indicate not moving in your desired direction. Resisting movement in a different direction. It is probably something you have wanted to do for a while, but are afraid because it will mean much change and will require a stepping out of the comfort zone or a change in lifestyle. The left side indicates something from the past is holding you back. The right side is something from the present now. "stepping out" "stepping forward" "taking the first step."

Hông, Chân, Đầu gối, Mắt cá chân, Bàn chân:

Chân, Bàn chân: Chúng giúp bạn di chuyển từ nơi này sang nơi khác. Bất kỳ vấn đề nào xảy ra với chân hoặc bàn chân có nghĩa là bạn đã không di chuyển theo hướng mong muốn mà lại chuyển động theo một hướng khác. Đó có thể là điều

bạn đã muốn làm trong một thời gian, nhưng lại e ngại vì sẽ có nhiều thay đổi và đòi hỏi bạn phải bước ra khỏi vùng an toàn hoặc thay đổi lối sống. Phần bên trái cho biết điều gì đó trong quá khứ đang kìm hãm bạn. Phần bên phải là một cái gì đó từ hiện tại. "Bước ra" "bước tới" "khởi đầu"

Hips, Knees, Ankles:

These are joints that help the legs and feet move. Joints are flexible and indicate the flexibility you have in moving in a new direction. Issues with these joints will indicate a further message of not moving in the right direction for you and will give a glimpse as to the reason. The larger the joint that is affected, the greater the inflexibility.

I have been having an issue with my right heel that could get "diagnosed" as heel spurs, but I have just received the message to see it as a "digging in your heels," as in being very stubborn. It is now going away as I am diligently writing. As I said before, I have worked through a great amount of resistance to get to this point. I tend to create resistance in moving in the guided direction. I am improving and will continue to do so as I "step" into my new-found role.

Hông, Đầu gối, Mắt cá chân:

Đây là những khớp giúp chân và bàn chân vận động. Các khớp này có tính linh hoạt và nhờ sự linh hoạt đó mà bạn có khi di chuyển theo một hướng mới. Các vấn đề xảy ra với những khớp nối này cho thấy một thông điệp khác về việc bạn không đi đúng hướng, đồng thời sẽ cho bạn biết lý do. Khớp bị ảnh hưởng càng lớn thì tính linh hoạt càng yếu.

Tôi đã gặp vấn đề với gót chân phải của mình, theo "chẩn đoán" thì nó có thể là bệnh gai gót chân, nhưng tôi vừa nhận được thông điệp rằng "con rất bướng bỉnh", hay có thể gọi là cứng đầu. Bây giờ điều đó đã biến mất khi tôi đang chăm chỉ viết. Như đã nói trước đây, tôi đã phản kháng lại rất nhiều điều để đến được thời điểm này. Tôi có xu hướng tạo ra lực cản khi di chuyển theo hướng đã định. Tôi đang cải thiện và sẽ tiếp tục làm như vậy khi bước vào vai trò mới của mình.

Shoulders, arms, hands:

Remember the SC is very literal. Arms and hands hold on to things and people. They embrace that which you love. The shoulders indicate how wide you can open your arms to receive and/or embrace. Arms are able to hug. Hands can act as tools. Arthritis of the hands create what look like claws or tightly closed fists. They many times look as though they are holding or clutching onto something. This indicates not wanting to let go of something or someone. Another message from closed hands in this manner is that of not being open to receive since we usually accept things that are handed to us with open hands.

Vai, cánh tay, bàn tay:

Hãy nhớ Siêu thức phản ánh mọi thứ rất rõ ràng theo nghĩa đen. Cánh tay và bàn tay giữ chặt mọi thứ và con người. Chúng nắm lấy thứ mà bạn yêu thích. Vai cho thấy bạn có thể mở rộng vòng tay của mình như thế nào để đón nhận/ôm lấy ai hoặc cái gì đó. Vòng tay có thể ôm. Tay có thể đóng vai trò là công cụ. Viêm khớp bàn tay khiến bàn tay có hình dạng kỳ lạ hoặc nắm tay đóng chặt. Chúng trông như thể đang cầm hoặc bám vào thứ gì đó. Điều này cho thấy bạn không muốn từ bỏ một thứ gì hoặc một ai đó. Một thông điệp khác từ những bàn tay nắm chặt theo cách này là không mở lòng để đón nhận điều gì đó vì chúng ta thường chỉ nhận những thứ được trao với đôi tay rộng mở.

Shoulder pain – Since the shoulders are the joints to move the arms, pain in this region has been shown through sessions to be that there is an imbalance in your giving and receiving. Since the arms are about receiving, accepting and embracing, when you give more than you receive or vice versa, an imbalance is created and thus the need for a message.

Dolores has had many sessions in which the client was going to have hip or knee surgery because the joints were completely worn away. In most of the cases the message was that the person was not moving and going forward in the direction they had set out for themselves. There were things they wanted to do with their lives and they were not doing them. When I look intuitively at what is happening in these situations, I see an effort being made to move or walk in a certain

direction, but the resistance/reluctance/stubbornness creates a friction or drag on the area/joint. This makes it more difficult to move which causes pain or discomfort.

Đau vai – Vì vai là khớp cử động của cánh tay, nên đau ở vùng vai cho thấy có sự mất cân bằng trong việc cho và nhận của bạn (các phiên thôi miên đã cho thấy điều đó). Vì vòng tay là để nhận, chấp nhận và ôm lấy, khi bạn cho nhiều hơn nhận hoặc ngược lại, sự mất cân bằng được hình thành và do đó cần có một thông điệp được gửi đi.

Dolores đã có nhiều phiên thôi miên mà thân chủ từng phải phẫu thuật hông hoặc đầu gối vì các khớp đã bị mòn hoàn toàn. Trong hầu hết các trường hợp, thông điệp đưa ra là người đó không di chuyển và đi về phía trước theo hướng mà họ đã vạch ra cho mình. Họ đã không làm những điều mà mình muốn trong cuộc sống. Khi cảm nhận bằng trực giác về những gì đang xảy ra trong những tình huống này, tôi thấy họ đã nỗ lực để di chuyển hoặc đi bộ theo một hướng nhất định, nhưng sự chống đối/miễn cưỡng/cứng đầu tạo ra ma sát hoặc lực cản đối với chi/khớp. Điều này khiến việc di chuyển trở nên khó khăn hơn, gây đau hoặc khó chịu.

In another session the following occurred:

“We moved on to her physical problems, and I had thought that her knee was related to the other life, but it wasn’t. This symptom usually means the person is not going in the right direction. That they are holding back. But the SC said that it was different in Angela’s case. ‘Sometimes you have to slow down. She’s impatient. It’s stubbornness about almost everything.’ They wanted her to learn how to heal it herself, instead of having surgery. I kept trying to get them to heal the knees and they kept refusing.”

Trong một phiên khác, đã xảy ra vấn đề sau:

“Chúng tôi chuyển sang các vấn đề thể chất của cô ấy, và tôi đã nghĩ rằng vấn đề về đầu gối của cô ấy có liên quan đến một cuộc sống khác, nhưng không phải vậy. Triệu chứng này thường có nghĩa là người đó đang đi không đúng hướng. Đó là họ đang bị kìm hãm. Nhưng Siêu thức nói rằng trong trường hợp của Angela thì khác. ‘Đôi khi phải đi chậm lại. Cô ấy thiếu kiên nhẫn. Đó là sự bướng bỉnh.’

“Họ” muốn cô ấy học cách tự chữa lành thay vì phẫu thuật. Tôi tiếp tục cố gắng để “họ” chữa lành đầu gối cho cô ấy và họ liên tục từ chối”.

As soon as the message is delivered, received and appropriate action is taken; the pain/discomfort/ailment will subside.

Ngay sau khi thông điệp được gửi đi, khi bạn nhận được thông điệp đó và thực hiện những hành động thích hợp thì cơn đau/sự khó chịu/bệnh tật sẽ giảm dần.

Here is a session regarding Multiple Sclerosis:

“My client’s father had developed MS at a young age. I wondered why that happened.

Đây là một phiên liên quan đến chứng Đa xơ cứng (MS)

“Cha của thân chủ của tôi đã bị chứng MS khi còn trẻ. Tôi tự hỏi không biết vì sao điều đó lại xảy ra”

P: He was a very bright man and very ambitious and came from a very difficult family. And he knew what he had to do but he was afraid to do it. Mostly afraid because he didn’t understand that he was to proceed and the road would come up to meet him. And so he went the way he did in the Army, and he did very well for himself. And although he accomplished a lot of terrific things, he was stagnant. He didn’t fulfill what he was supposed to do. He developed the Multiple Sclerosis because he wasn’t spiritually moving as fast as he should, and it caused the scaling to grow on a spiritual level. Not on a physical level, so he evolved quite a bit and he got to a point of no return as well. But that allowed his mental and spiritual aspect to really think over and touch the depths that he did to understand that things happened. And he made his choices and he owns up to that, but he’s already back in this life again working through it. He’s doing just fine.”

P: Anh ấy là một người đàn ông rất sáng sủa và đầy tham vọng, xuất thân trong một gia đình rất khó khăn. Anh biết mình cần phải làm gì nhưng lại e sợ khi làm điều đó. Chủ yếu anh ấy sợ vì không hiểu mình phải tiếp tục như thế nào và sẽ đi tới đâu. Vì vậy anh ấy đã đi theo cách từng làm trong Quân đội, và đã làm rất tốt. Mặc dù đã hoàn thành rất nhiều điều tuyệt vời, anh ấy vẫn bị trì trệ vì không hoàn thành những gì phải làm. Anh ấy đã mắc chứng Đa Xơ cứng vì sự di chuyển tinh thần không nhanh như cách anh ấy cần, và nó khiến quy mô phát triển thành

cấp độ tinh thần. Không phải ở cấp độ thể chất, cho nên anh ấy đã phát triển khá nhiều và cũng đi đến điểm không thể quay lại. Nhưng điều đó cho phép tinh thần và linh hồn của anh ấy thực sự suy nghĩ lại và hiểu rõ những gì mà anh ấy đã làm để biết rằng mọi thứ đã xảy ra. Anh ấy đã đưa ra lựa chọn của mình và làm chủ được điều đó, nhưng anh ấy đã trở lại cuộc sống này một lần nữa để làm việc thông qua nó. Anh ấy đang làm rất tốt.”

Neck: The messages from issues with the neck are again very literal. When you think about what the neck does: it holds the head in place; it turns the head from side to side. When you move the head to a different position, you change what the eyes are able to see. In this respect, the flexibility of the neck indicates the flexibility of your perspective. The restriction in the movement will be an excellent guide as to where you are being rigid in your viewpoint.

Rigid or stiff neck – You are not wanting to see from a different perspective; not being flexible in your viewpoint.

Cổ: Một lần nữa các thông điệp từ các vấn đề với cổ rất rõ ràng theo nghĩa đen. Khi bạn nghĩ về chức năng của cổ: nó giữ đầu ở đúng vị trí; nó giúp quay đầu từ bên này sang bên kia. Khi quay đầu đến các hướng khác nhau, mắt bạn có thể nhìn thấy những thứ khác nhau. Về mặt này, sự linh hoạt của cổ cho thấy sự linh hoạt trong quan điểm của bạn. Sự hạn chế trong chuyển động sẽ là một hướng dẫn tuyệt vời về việc bạn đang có sự cứng nhắc ở đâu đó trong quan điểm của mình.

Cứng gáy – Bạn không muốn nhìn từ một góc độ khác; không có sự linh hoạt trong quan điểm của bạn.

Back or spine:

Back problems – The back is the support system, so problems in this area indicate you feel you don't have support or are not supported in your endeavors. This is support from a loved one or even the universe. It can also mean you are carrying a great load.

The low back indicates that the lack of support is at the “base or root” of the issue. Because the low back holds you up, it can also indicate the same lack of support.

The mid-back associates with the solar plexis chakra, which represents your power zone, so issues here are indicative of a need to step into your power.

Lưng hoặc cột sống:

Các vấn đề về lưng – Lưng là hệ thống nâng đỡ, do đó, các vấn đề ở khu vực này cho biết bạn cảm thấy không được nâng đỡ hoặc không có sự hỗ trợ cho những nỗ lực của mình. Đây là sự hỗ trợ từ một người thân yêu hoặc thậm chí là cả vũ trụ. Những vấn đề đó cũng có thể có nghĩa là bạn đang mang một tải trọng lớn. Phần thắt lưng cho thấy thiếu sự hỗ trợ ở “cơ sở hay gốc rễ” của vấn đề. Bởi vì thắt lưng giữ bạn đứng thẳng, nó cũng có thể cho thấy thiếu sự hỗ trợ tương tự. Phần lưng giữa liên kết với luân xa mặt trời plexis, đại diện cho vùng quyền lực của bạn, vì vậy các vấn đề ở vị trí này là dấu hiệu cho thấy bạn cần phải nắm lấy sức mạnh của chính mình.

The upper-back/neck and shoulder tension represents carrying other people’s problems or burdens. You feel as though you have the entire world on your shoulders.

Not able to “stand up for oneself.” Not wanting or able to “take a stand.”

Phần lưng trên/cổ và vai thể hiện một gánh nặng hoặc phải giải quyết vấn đề của người khác. Bạn cảm thấy như thể có cả thế giới trên vai.

Không thể “tự đứng lên.” Không muốn hoặc không thể “giữ vững lập trường”.

Scoliosis – Being “wishy, washy” in your beliefs or viewpoint and not “standing” up for yourself. In a demonstration session in one of the QHHT classes, it was learned that the reason this person had scoliosis was because she could not or would not stand up to her mother.

Vẹo cột sống – Trở nên mờ nhạt trong niềm tin hoặc quan điểm của bạn và không tự mình đứng lên. Trong một phiên ở một trong những lớp QHHT, người ta biết được rằng lý do người này bị vẹo cột sống là do cô ấy không thể hoặc không chịu đứng được mẹ của mình.

Hump or rounded back – “bowing down” to pressure of others. Again, not standing tall or standing up for oneself.

Degeneration of the spine – Eroding away of one’s will to stand for some thing or anything or self. Thinking of oneself as a “degenerate.”

Dolores had a very interesting session with someone who had the bones of her neck degenerating to such a degree she was in constant pain and the doctor was scheduling her for surgery to fuse all of the bones in her neck.

Gù hoặc còng lưng – “cúi đầu” trước áp lực của người khác. Một lần nữa, không đứng thẳng trên đôi chân của chính mình.

Thoái hóa cột sống – Làm mất đi ý chí đứng vững của một người trước một số thứ hoặc bất cứ điều gì hoặc trước chính họ. Nghĩ về bản thân như một “kẻ thoái hóa.”

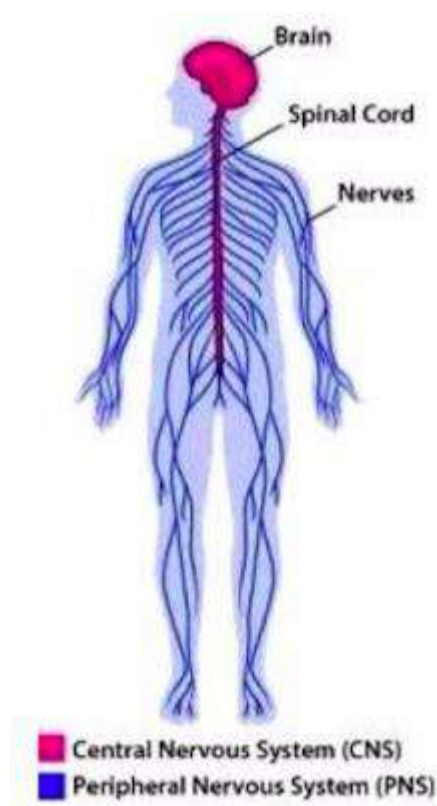
Dolores đã có một phiên rất thú vị với một người bị thoái hóa xương cổ đến mức cô ấy bị đau liên tục và bác sĩ đã sắp xếp cho cô ấy phẫu thuật để giải quyết vấn đề đó.

The client was taken to another life in which she was married to a very dominating and cruel man. She truly loved another man and her husband found out about them. While he was hanging her, he was yelling at her that she was a “degenerate.” It was found that this man was her ex-husband in this life. She was now in a relationship with a man who was her lover in the other life. Because she was living with him and not married, she had these same feelings of being a degenerate. The hanging while being called a degenerate created the situation of the bones of the neck eroding (or degenerating as termed by the doctor). Situations such as these in which the symptoms are being carried over from another life, can be easily remedied when the cause is found and then the body symptoms can be left in the past with the other life. It was also very important for her to not take on the attitudes of those around her from the other life.

Thân chủ được đưa đến một cuộc sống khác, nơi cô kết hôn với một người đàn ông rất uy quyền và độc ác. Cô ấy thực sự yêu một người đàn ông khác và chồng cô ấy đã phát hiện ra chuyện đó. Trong khi treo cổ cô, anh ta đã mắng rằng cô là một “kẻ thoái hóa”. Người ta thấy rằng, trong kiếp này người đàn ông này chính là chồng cũ của cô. Bây giờ cô ấy đang sống cùng người yêu của mình ở kiếp trước. Bởi vì đang sống chung với anh ta nhưng không kết hôn, cô ấy có cảm giác

bản thân giống như một kẻ hư hỏng. Việc bị treo cổ và bị gọi là kẻ thoái hóa đã khiến xương cổ của cô ấy bị bào mòn (hay thoái hóa theo cách gọi của bác sĩ). Những tình huống như thế này với các triệu chứng được chuyển đến từ kiếp khác, có thể dễ dàng khắc phục khi tìm ra nguyên nhân và sau đó các triệu chứng đó có thể được để lại trong quá khứ, không hiện hữu ở kiếp khác. Điều quan trọng đối với cô ấy là không nên để ý tới thái độ của những người xung quanh ở trong kiếp khác.

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Chương 14 Hệ thần kinh



Brain: Não

Spinal: Cord Tủy sống

Nerves: Dây thần kinh

The nervous system is an organ system containing a network of specialized cells called neurons that coordinate the actions of an animal and transmit signals between different parts of its body. The nervous system is comprised of the brain, spinal cord and nerves. It actually contains more intricate parts such as neurons, but for these examples, it is only necessary to understand the overall performance of the system and its major parts.

Hệ thần kinh là một hệ cơ quan chứa một mạng lưới các tế bào chuyên biệt được gọi là tế bào thần kinh, điều phối các hành động của động vật và truyền tín hiệu giữa các bộ phận khác nhau của cơ thể. Hệ thần kinh bao gồm não, tủy sống và các dây thần kinh. Thật sự thì nó chứa nhiều phần phức tạp hơn ví dụ như các tế bào thần kinh., nhưng đối với những ví dụ này, chỉ cần hiểu nhiệm vụ tổng thể của hệ thống và các bộ phận chính của nó.

Brain:

The human brain is the center of the human nervous system. The brain monitors and regulates the body's actions and reactions. It continuously receives sensory information, and rapidly analyzes this data and then responds accordingly by controlling bodily actions and functions.

Não:

Bộ não con người là trung tâm của hệ thần kinh. Bộ não theo dõi và điều chỉnh các hành động và phản ứng của cơ thể. Nó liên tục nhận thông tin của các giác quan, và nhanh chóng phân tích dữ liệu này và sau đó phản hồi tương ứng bằng cách kiểm soát các hành động và chức năng của cơ thể.

It took me quite a while to understand what issues in the brain might mean. Dolores had not really encountered anyone with this type of issue so far, but I knew this part of the body had to be addressed. Many people have things that happen in the brain – tumors, aneurisms (bleeds), blood clots to name a few. It came to me yesterday as I was doing a meditation visualizing a column of bright white light coming down through my crown chakra and into my body. When the light came to my third eye chakra, it occurred to me that issues with this part of

the body have to do with this chakra. This chakra has to do with your intuition and the development of your higher psychic abilities. We would need to look specifically at what the ailment is to determine the message. Blood clots would represent a "blockage" within the system and not allowing the flow. An aneurism or bleed within the brain causes great pressure. Could the message be great pressure around the development of these abilities or feeling a loss of control? Cancerous tumors represent suppressed anger, so a tumor in this area might mean there is a great deal of anger around the issue of the intuition. That doesn't really make sense to me as I write this, but that is what is coming through right now. Maybe there is a resentment of others and their abilities or with the self in not developing or not listening, etc.

Tôi đã mất khá nhiều thời gian để tìm hiểu những vấn đề trong não có thể có ý nghĩa gì. Cho đến nay, Dolores chưa thực sự gặp bất kỳ người nào với loại vấn đề này, nhưng tôi biết bộ phận này của cơ thể phải được giải quyết. Nhiều người có những vấn đề xảy ra trong não – khối u, chứng phình động mạch (chảy máu), cục máu đông. Nó đến với tôi ngày hôm qua khi tôi đang thiền định với hình dáng là một cột ánh sáng trắng sáng chiếu xuống luân xa vương miện và vào cơ thể tôi. Khi ánh sáng chiếu đến luân xa Con mắt thứ ba của tôi, tôi chợt nhận ra rằng các vấn đề với phần này của cơ thể có liên quan đến luân xa này. Luân xa này có liên quan đến trực giác của bạn và sự phát triển khả năng tâm linh của bạn. Chúng tôi sẽ cần phải xem xét cụ thể vấn đề là gì để xác định thông điệp. Các cục máu đông sẽ đại diện cho sự "tắc nghẽn" trong hệ thống và không cho phép dòng chảy được xuyên suốt. Chứng phình động mạch hoặc chảy máu trong não gây ra áp lực lớn. Có thể thông điệp được đưa ra là có áp lực lớn xung quanh sự phát triển của những khả năng hoặc cảm thấy mất kiểm soát? Các khối u đại diện cho sự tức giận bị kìm nén, vì vậy một khối u trong khu vực này có thể cho thấy rất nhiều sự tức giận xung quanh vấn đề về trực giác. Điều đó không thực sự có ý nghĩa đối với tôi khi viết điều này, nhưng đó là những gì đang xảy ra ngay bây giờ. Có thể có sự oán giận người khác và khả năng của họ hoặc với bản thân họ khi không phát triển hoặc không lắng nghe, v.v.

The brain is the seat of the "third eye" chakra, which houses the pineal gland. This area is the doorway (or gateway) to higher dimensional understanding or psychic abilities. I decided to do some research on the pineal gland since I have a very limited understanding of this. The basic "physical" information I found is that it is a gland about the size of a pea in the center of the brain and produces melatonin, a hormone that affects the modulation of wake/sleep patterns and seasonal functions. I found a very interesting article by Gary Vey on a website named viewzone.com. Here is a brief excerpt explaining why it has its reputation:

Bộ não là trụ sở của luân xa "con mắt thứ ba", nơi chứa tuyến tùng. Khu vực này là cánh cửa (hoặc cửa ngõ) dẫn đến khả năng hiểu biết về siêu thức hoặc khả năng tâm linh. Tôi quyết định thực hiện một số nghiên cứu về tuyến tùng vì tôi có hiểu biết rất hạn chế về điều này. Thông tin "vật lý" cơ bản mà tôi tìm thấy là nó là một tuyến có kích thước bằng hạt đậu ở trung tâm não và sản xuất melatonin, một loại hormone ảnh hưởng đến việc điều chỉnh giấc ngủ và các chức năng sinh học. Tôi tìm thấy một bài báo rất thú vị của Gary Vey trên một trang web tên là viewzone.com. Đây là một đoạn trích ngắn giải thích tại sao nó có uy tín:

Although commonly attributed to Descartes, the idea that the pineal gland was the interfacing organ where the spirit of man gained access and animated the human body was the idea of a Greek physician named Herophilus. Three hundred years before Christ, Herophilus [right] was dissecting corpses and documenting what he observed. His specialties were the reproductive system and the brain.

Mặc dù thường được gán cho Descartes, nhưng ý tưởng cho rằng tuyến tùng là cơ quan giao thoa nơi linh hồn tiếp cận và giao tiếp với cơ thể con người là ý tưởng của một bác sĩ Hy Lạp tên là Herophilus. Ba trăm năm trước Công nguyên, Herophilus [bên phải] đang mổ xẻ xác chết và ghi lại những gì ông quan sát được. Chuyên môn của ông là hệ sinh sản và não bộ.



Prior to Herophilus, people believed the “executive office” of human consciousness was the heart. Egyptian mummies had their hearts carefully embalmed and preserved while their brains were removed through their nasal passages and unceremoniously discarded. But Herophilus knew that the brain was the controlling center and he went on to discriminate between the various parts of the brain and assess the different behaviors associated with them

Trước Herophilus, người ta tin rằng “văn phòng điều hành” của ý thức con người là trái tim. Các xác ướp Ai Cập có trái tim được ướp và bảo quản cẩn thận trong khi não bị loại bỏ qua đường mũi một cách ngẫu nhiên. Nhưng Herophilus biết rằng não là trung tâm điều khiển và ông ấy tiếp tục phân biệt giữa các phần khác nhau của não và đánh giá các hành vi khác nhau liên quan đến chúng.

Herophilus noticed that the small pineal structure was singular, unlike other brain features that are mirrored in the left and right hemispheres. It is the first gland to be formed in the foetus and is distinguishable at 3 weeks. It is also highly nourished. The pineal gland has been supplied with the best blood, oxygen and nutrient mix available in the human anatomy, second only to that of our kidneys (whose function is to filter the blood of impurities). Because of this unique and special anatomical configuration, Herophilus rightly concluded it had a major role in consciousness and was the gateway to our real self.

Herophilus nhận thấy rằng cấu trúc quả tùng nhỏ là hiếm có, không giống như các thành phần não khác được phản chiếu ở hai bán cầu trái và phải. Đây là tuyến

đầu tiên được hình thành ở thai nhi và có thể phân biệt được ở tuần thứ 3. Nó cũng được nuôi dưỡng tốt. Tuyến tùng đã được cung cấp hỗn hợp máu, oxy và chất dinh dưỡng tốt nhất có sẵn trong cơ thể người, chỉ đứng sau thận (có chức năng lọc máu và tạp chất). Do cấu hình giải phẫu độc đáo và đặc biệt này, Herophilus đã có kết luận đúng rằng nó có vai trò chính trong ý thức và là cửa ngõ dẫn đến con người thực sự của chúng ta

Sau cùng trong bài viết này có đoạn.

By 1958, Aaron Lerner discovered melatonin, a vital molecule produced in the pineal gland from another common neurotransmitter, serotonin. He also validated the fact that the production of melatonin varied, stopping during the daylight and ramping up shortly after darkness. Melatonin, it was learned, was responsible for making us relaxed and putting us to sleep.

Đến năm 1958, Aaron Lerner phát hiện ra melatonin, một phân tử quan trọng được sản xuất trong tuyến tùng từ một chất dẫn truyền thần kinh phổ biến khác, serotonin. Ông cũng xác nhận thực tế rằng việc sản xuất melatonin thay đổi, dừng lại vào ban ngày và tăng lên ngay sau khi trời tối. Melatonin, nó đã được học hỏi, chịu trách nhiệm làm cho chúng ta thư giãn và đưa chúng ta vào giấc ngủ.

For a while it was not known how this small gland, buried deep in the middle of the human brain, could sense light or darkness. But it was later discovered that there was a link to the pineal gland from the retinas which, oddly enough, also contained melatonin. In no time the pineal gland was being called "the third eye" and, because of its location at one of the seven chakras, it was reputed to be the center of spiritual and psychic energy.

Trong một thời gian, người ta không biết làm thế nào mà tuyến nhỏ nằm sâu trong não người này có thể cảm nhận được ánh sáng hay bóng tối. Nhưng sau đó người ta phát hiện ra rằng có một liên kết với tuyến tùng từ võng mạc, điều kỳ lạ là nó cũng chứa melatonin. Trong thời gian ngắn tuyến tùng được gọi là "con mắt thứ ba" và vì vị trí của nó tại một trong bảy luân xa, nó được coi là trung tâm của tâm linh và năng lượng tâm linh.

In another article it is stated that an awakened pineal gland brings the ability to consciously astral travel, explore other dimensions, foresee the future and receive

communications from loving dimensional beings. ... Thus it would appear human beings were intended to be visionary beings and be able to tap into the information in other dimensions. This dimensional perception transcends the ego and rapidly heals our sufferings, conflicts and thus karmas.

Trong một bài báo khác, người ta nói rằng một khi tuyến tủy được đánh thức sẽ mang lại khả năng du hành vũ trụ một cách có ý thức, khám phá các chiều không gian khác, thấy trước tương lai và nhận thông tin liên lạc từ các sinh vật đáng yêu từ những chiều không gian khác.... Vì vậy, có vẻ như con người được dự kiến là những người có tầm nhìn xa và có thể khai thác thông tin ở các chiều không gian khác. Nhận thức chiều này vượt qua bản ngã và nhanh chóng chữa lành những đau khổ, xung đột và do đó, đây là nghiệp quả của chúng ta.

Spinal Cord:

The spinal cord is the main pathway for information connecting the brain and peripheral nervous system. This is the message relay system. All messages being sent back and forth from the brain to the body must use this communication system. Doesn't it make sense that anything malfunctioning in this section would have to do with communication and how you send and receive your messages? I just received that this has to do with how you send and receive messages to yourself. So you can determine the degree the messages are thwarted by what is happening in the spinal cord and nerves. A complete sever might indicate a complete disconnect with yourself as you deliver the messages. The messages are either not received at all or they are received in a very distorted fashion.

Tủy sống:

Tủy sống là đường dẫn thông tin chính kết nối não và hệ thần kinh ngoại vi. Đây là hệ thống chuyển tiếp thông điệp. Tất cả các thông điệp được gửi qua lại từ não đến cơ thể đều phải sử dụng hệ thống liên lạc này. Có phải bất kỳ vấn đề gì liên quan phần này sẽ liên quan đến khả năng giao tiếp hoặc cách bạn gửi và nhận thông điệp của mình không? Tôi chỉ nhận được thông tin rằng điều này liên quan đến cách bạn gửi và nhận thông điệp cho chính mình. Vì vậy, bạn có thể xác định được mức độ bị cản trở của các thông điệp bởi những gì đang xảy ra trong tủy sống và dây thần kinh của bạn. Một hệ thống hoàn chỉnh có thể chỉ ra sự ngắt

kết nối hoàn toàn với chính bạn khi bạn gửi thông điệp. Các thông điệp hoặc hoàn toàn không nhận được hoặc chúng bị bóp méo khi nhận.

Nerves:

A peripheral nerve, or simply nerve, is an enclosed, cable-like bundle of peripheral axons (the long, slender projections of neurons). A nerve provides a common pathway for the electrochemical nerve impulses that are transmitted along each of the axons.

The nerves and spinal cord are a giant messaging system as they transmit messages to and from the brain and the body.

Dây thần kinh:

Dây thần kinh ngoại vi, hay đơn giản là dây thần kinh, là một bó sợi trục ngoại vi được bao bọc, giống như sợi cáp (hình chiếu dài và mảnh của tế bào thần kinh). Mỗi dây thần kinh cung cấp một con đường chung cho các xung thần kinh điện hóa được truyền dọc theo mỗi sợi trục.

Các dây thần kinh và tủy sống là một hệ thống tin nhắn khổng lồ khi chúng truyền các thông điệp đến và đi từ não và cơ thể.

Diseases of the nerves many times have to do with too much energy coming into the body. In regular ("normal") circumstances, the energy comes into your crown chakra in the shape of a funnel. When I have looked energetically at someone who has a nervous system disorder, I have seen the energy coming in like a column that completely surrounds the person. The first time I saw this, I felt an overload of energy. I received intuitively that the person said when coming into this life, "Bring it on!" Many of us overestimate the ability of the human body to carry the energy. When we are on the other side and when we are our true selves, we are pure energy. We come into these human bodies to hold and carry energy to help others. We have high ambitions of what we wish to accomplish while here and ask for more than we can handle. Since there is the law of non-interference, nothing can be done to us or for us by our guides or higher self unless and until we ask. The result is more energy than the body can handle at this time and we

have short circuits and "overloads" of the system. Situations in which these types of things were happening were diagnosed as epilepsy and Alzheimer's.

Các bệnh về dây thần kinh nhiều khi liên quan đến việc nạp quá nhiều năng lượng vào cơ thể. Trong các trường hợp thông thường ("bình thường"), năng lượng đi vào luân xa vương miện của bạn dưới hình dạng một cái phễu. Khi chăm chú nhìn vào một người bị rối loạn hệ thần kinh, tôi đã thấy năng lượng đến với hình dạng một cái cột bao quanh hoàn toàn người đó. Lần đầu tiên tôi nhìn thấy điều này, tôi cảm thấy đây là sự quá tải về năng lượng. Tôi nhận ra bằng trực giác rằng người đó đã nói khi bước vào cuộc sống này, "Hãy mang nó theo!" Nhiều người trong chúng ta đánh giá quá cao khả năng mang năng lượng của cơ thể. Khi chúng ta ở chiều không gian khác và khi chúng ta là chính mình, chúng ta là năng lượng thuần túy. Chúng ta đi vào những cơ thể này, nắm giữ và mang theo năng lượng để giúp đỡ người khác. Chúng ta có khát vọng cao về những gì muốn đạt được khi ở đây và yêu cầu nhiều hơn những gì chúng ta có thể xử lý. Vì có nguyên tắc không can thiệp, nên siêu thức hoặc những hướng dẫn không thể can thiệp tới cuộc sống hiện tại của chúng ta trừ khi/cho đến khi chúng ta yêu cầu. Kết quả là có nhiều năng lượng hơn khả năng xử lý của cơ thể khiến chúng ta bị "đoản mạch" và "quá tải" hệ thống. Tình huống với những vấn đề này đang diễn ra được chẩn đoán là bệnh động kinh và bệnh Alzheimer.

Another cause we have found for malfunctions with the nerves is that the person was holding on to so much anger that it was "eating him up." He had paralyzing symptoms. His body was not "receiving" the messages. Again, as in the previous paragraph, there is a "short circuit" of sorts on the message relay system. I found it very interesting that every attempt we made to send this person his recording of the session failed and we finally had to hand deliver it to him. Again – the messages were not being received. A very similar thing would be happening in what is diagnosed as Multiple Sclerosis and Muscular Dystrophy. The messages are not being received.

Chúng tôi phát hiện ra một nguyên nhân khác khiến các dây thần kinh gặp sự cố là người đó đã kìm nén quá nhiều tức giận đến mức bị "ám ảnh". Anh ta có triệu chứng tê liệt. Cơ thể của anh ấy không "nhận" được những thông điệp. Một lần

nữa, như ở đoạn trên, có một loại "đoàn mạch" trên hệ thống truyền tải thông điệp. Tôi thấy rất thú vị khi mọi nỗ lực mà chúng tôi thực hiện để gửi bản ghi âm phiên thô miên cho anh ta đều thất bại và cuối cùng chúng tôi phải giao nó tận tay cho anh ấy. Một lần nữa – các thông điệp không được nhận. Một điều tương tự cũng sẽ xảy ra đối với các bệnh được chẩn đoán là Đa xơ cứng và Loạn dưỡng cơ. Họ không nhận được những thông điệp.

Head:

Headaches (severe – migraine) – Most often headaches are the residue from the way you died in another life. Some type of blow to the head. Look at when the headaches started and what was going on at the time. There might be some kind of connection to a similar time period or situation in another life. Headaches can also be pressure or stress from situations in this life.

Đầu:

Đau đầu (nghiêm trọng – chứng đau nửa đầu) – Thông thường, những cơn đau đầu là nguyên nhân từ cách bạn chết trong một cuộc sống khác. Một số kiểu đánh vào đầu. Để ý vào thời điểm bắt đầu của cơn đau và điều gì đang xảy ra vào thời điểm đó. Có thể có một số loại kết nối với một khoảng thời gian hoặc tình huống tương tự xảy ra trong cuộc sống khác. Đau đầu cũng có thể là những áp lực hoặc căng thẳng phải chịu đựng từ các tình huống trong cuộc sống này.

Dementia (extreme) (Alzheimer's) – the gradual leaving of the body's energy. The person is wanting to leave, but is doing it gradually to help loved ones adjust to the eventual death.

There are some situations that have been diagnosed as Alzheimer's, but actually were just an overload of incoming energy. When instructions were given to turn the energy down, the symptoms were relieved and the body systems returned to normal within a six-month period. This request is done on an etheric level and can be accomplished by visualizing a dial being turned down. Sometimes you can "tap into" the other person's energy and sense what the energy is doing. Then you are able to feel the energy being lessened as the dial is being turned.

Sa sút trí tuệ (Alzheimer) – sự mất dần năng lượng của cơ thể. Người đó đang muốn ra đi, nhưng đang làm điều đó một cách chậm rãi để giúp những người thân thích nghi với cái chết sau cùng.

Có một số tình huống được chẩn đoán là bệnh Alzheimer, nhưng thực chất chỉ là tình trạng quá tải khi năng lượng truyền vào cơ thể. Khi được hướng dẫn để giảm bớt năng lượng, các triệu chứng thuyên giảm và các hệ cơ quan trở lại bình thường trong vòng sáu tháng. Yêu cầu này được thực hiện ở cấp độ etheric và có thể được thực hiện bằng cách hình dung một mặt số đang quay xuống. Đôi khi bạn có thể “khai thác” năng lượng của người khác và cảm nhận được năng lượng đang hoạt động. Sau đó, bạn có thể cảm thấy năng lượng được giảm bớt khi mặt số đang được quay.

Brain tumor – deep seated anger at oneself. Angry thoughts. Resentment or anger with one’s own growth or the supposed lack of psychic abilities. Dolores is wanting me to say you are not being allowed to develop your abilities, but I have an issue with that word “allowed.” You may have people or situations in your life that make it difficult for you to do things, but I feel the act of allowing comes from yourself. You may feel you are not being allowed to do something, but in the world of spiritual and psychic development, how can someone keep you from doing things since this is very personal and from a place that is not physical? I can see that in some countries and cultures, there might be severe ramifications for doing such things and those can be mitigating circumstances, but for the most part, we are allowed to do our “work” in private and can keep it to ourselves if needed.

Khối u não – sự tức giận sâu sắc với bản thân. Những suy nghĩ khó chịu. Phẫn nộ hoặc tức giận với sự trưởng thành của chính một người hoặc được cho là thiếu khả năng tâm linh. Dolores muốn tôi nói rằng các bạn không được phép phát triển khả năng của mình, nhưng tôi có thắc mắc với từ “được phép”. Có thể có những người hoặc tình huống trong cuộc sống khiến bạn gặp khó khăn khi làm mọi việc, nhưng tôi cảm thấy hành động “cho phép” đến từ chính bạn. Bạn có thể cảm thấy mình không được phép làm điều gì đó, nhưng trong thế giới của tâm linh và sự phát triển tâm linh, làm sao ai đó có thể ngăn bạn làm những việc này vì đây là

vấn đề cá nhân và nó không đến từ một địa điểm cụ thể? Tôi có thể thấy ở một số quốc gia và nền văn hóa, có thể có những hậu quả nghiêm trọng khi làm những việc như vậy và đó cũng có thể là những yếu tố giảm nhẹ, nhưng phần lớn, chúng ta được phép làm "việc" của mình một cách riêng tư và có thể giữ bí mật nếu cần thiết.

Nervous Disorders (stress, worry) – These specific disorders arise from the fear of the unknown. You feel that you must know the outcome of all events. Worry represents the lack of faith or trust in someone or something – most likely in yourself. Because it is difficult for you to allow circumstances to unfold in their own fashion along their own design, an overload of stimuli is put on the mind and body trying to anticipate or control the outcome.

The SC stated that stress can do horrible things to the body and it is really a way for the body to tell you to listen. When you listen, it gives you all of the information you need.

Depression – You are trying to withdraw or escape.

Bipolar Disorder – This is a more extreme form of depression, so this is a greater withdrawal or escape.

Rối loạn thần kinh (căng thẳng, lo lắng) – Những rối loạn cụ thể này phát sinh từ nỗi sợ hãi không rõ ràng. Bạn cảm thấy rằng bạn phải biết kết quả của mọi biến cố. Lo lắng thể hiện sự thiếu niềm tin hoặc tin tưởng vào ai đó hoặc điều gì đó – rất có thể là ở chính bạn. Bởi vì bạn khó có thể cho phép tình huống diễn ra theo cách riêng hoặc với dự định của riêng chúng, nên sẽ có quá nhiều kích thích tác động lên hệ thần kinh khi tâm trí và cơ thể đang cố gắng dự đoán kết quả hoặc kiểm soát chúng.

Siêu thức nói rằng căng thẳng có thể gây ra những vấn đề khủng khiếp đối với cơ thể và đó thực sự là một cách để cơ thể nói với bạn rằng hãy lắng nghe. Khi bạn lắng nghe, nó cung cấp cho bạn tất cả thông tin bạn cần.

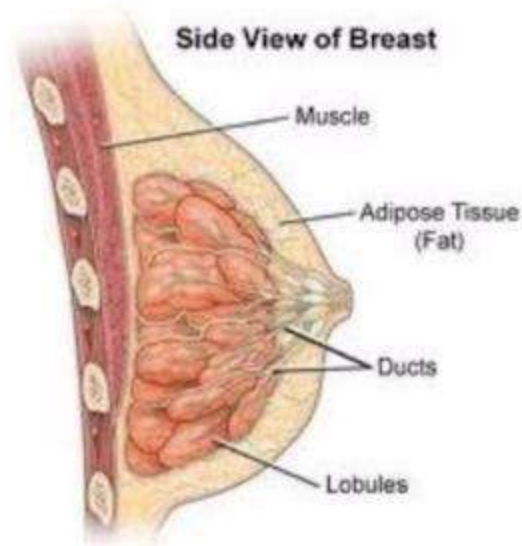
Trầm cảm – Bạn đang cố gắng rút lui hoặc thoát khỏi một ai hoặc vấn đề nào đó.
Rối loạn lưỡng cực – Đây là một dạng trầm cảm nặng nề hơn, vì vậy đây là một sự cố gắng hết sức để rút lui hoặc thoát khỏi vấn đề/người nào đó.

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Chương 15 Hệ sinh dục

The Reproductive System

The reproductive system or genital system is a system of organs within an organism, which work together for the purpose of reproduction.

Hệ sinh dục hay còn gọi là hệ sinh sản là một hệ cơ quan trong cơ thể sinh vật, chúng hoạt động cùng nhau nhằm mục đích sản sinh ra những cá thể mới.



Muscle: Cơ ngực

Adipose Tissue: Mô mỡ

Ducts Ống tiết sữa

Lobules: Tiểu thùy

Sex Organs Female:

Breast: The primary purpose of the breasts is to nurture offspring, so issues in this area will have to do with nurturing or being nurtured. The issue is usually from the lack of being nurtured or nurturing. This is the nurturing center and will often indicate problems with parents or spouses. If you are not feeling loved or cared for, it may present in this area to get the message across to you to let go and forgive the offending person for their inability to show or give love. This can also be indicative of your inability to love or nurture.

Cơ quan sinh dục nữ:

Bộ ngực:

Mục đích chính của bộ ngực là nuôi dưỡng con cái, vì vậy các vấn đề trong cơ quan này sẽ liên quan đến việc nuôi dưỡng hoặc được nuôi dưỡng. Vấn đề thường thấy là do không được nuôi dưỡng hoặc chăm sóc. Đây là trung tâm nuôi dưỡng và thường sẽ chỉ ra các vấn đề với cha mẹ hoặc vợ chồng. Nếu bạn không cảm nhận được tình yêu thương hoặc sự quan tâm, vấn đề có thể xuất hiện trong khu vực này để truyền thông điệp đến bạn, hãy buông tay và tha thứ cho người liên quan vì họ không thể thể hiện hoặc trao tình yêu thương cho bạn. Điều này cũng có thể cho thấy bạn không có khả năng yêu thương hoặc nuôi dưỡng.

In one of the QHHT classes it came out that one person's lactose intolerance was due to her not feeling loved and nurtured by her mother. It always amazes me as to how literal the messages can be.

Trong một lớp QHHT đã chỉ ra rằng tình trạng không dung nạp lactose của một người là do họ không cảm nhận được sự yêu thương và nuôi dưỡng từ người mẹ. Tôi luôn cảm thấy ngạc nhiên với cách mà những thông điệp được gửi đến bởi nó luôn rõ ràng theo nghĩa đen của các vấn đề.

Breast cancer – Anger about not being nurtured or having no one to nurture. Which breast (left or right) will tell you if it has to do with now or a situation in the past.

Ung thư vú – Tức giận vì không được nuôi dưỡng hoặc không có ai để nuôi dưỡng. Ung thư vú ở bên nào (trái hoặc phải) sẽ cho bạn biết được nó liên quan đến những vấn đề ở hiện tại hay là những tình huống trong quá khứ.

In one of Dolores' sessions the following information came from the SC or Higher Self regarding a growth in her client's breast:

Trong một phiên của Dolores, thông tin sau đến từ Siêu thức giải thích về sự phát triển trong bầu ngực của thân chủ bà ấy.

A: She has a desire to try to rescue or save or nurture and when something happens where she's prevented from doing so, she's holding it all inside and she has to learn to let that part go. The nurturing is the best she can do with what she's given, and she can't rescue all the babies and all the puppies of the world.

Cô ấy có một khao khát đó là cố gắng trong việc cứu sống hoặc nuôi dưỡng. Khi có một điều gì ngăn cản cô ấy thực hiện mong muốn đó, cô ấy giữ nó trong lòng và không chịu buông tay. Trong trường hợp này cô ấy cần học cách để phần đó ra đi. Việc nuôi dưỡng là điều tốt nhất cô ấy có thể làm với những gì được trao tặng, nhưng cô ấy không thể giải cứu tất cả những đứa bé trên thế giới.

D: Is that what caused all the problems in her breast when they operated?

D: Có phải đó là nguyên nhân của tất cả những vấn đề trong bầu ngực của cô ấy khi họ tiến hành phẫu thuật hay không?

A: Part of what Annette gave herself in this life were the many, many options and while this did not happen, this was a possibility given her propensity to react in a certain way so yes, she brought into herself certain feelings of inadequacy in being able to care for others that she must release. (I asked about the drugs she was on.) Most instances they are not needed. Sometimes for example, someone may need them to, as you might say, kick start the body into a particular direction, and then they can be weaned from them. Very rarely do they ever need to have them for as long as they are given to them. (The doctors were wanting to operate.) She does not need it. It's a healthy organ. (They wanted to stop the production of estrogen.) They are fearful. They are fearful. (They thought this was causing the excessive uterine bleeding she was experiencing.) It's only a natural part of what she would be going through. We're trying to accelerate this

part of her life so that we can indeed, reduce the estrogen in her body ... our way. We will do it the natural way she would normally go through. We will just do it now rather than later. What they are proposing would stop the natural production, but it would do more harm. The only benefit that would come from surgery would be whatever time she would decide to rest and take time off from work. (This is not the advisable way to get rest.) She's going to have some concerns about taking the medications. We will neutralize it, (so it could be flushed out of the system safely) but in the meantime she needs to begin to look for something that naturally will produce the same effects so that by the end of the year, she will no longer need to take this particular medication.

A: Một phần của những gì Annette trao tặng cho bản thân trong cuộc sống này là rất nhiều lựa chọn, mặc dù điều này không xảy ra, nhưng nó có thể khiến cô ấy có khuynh hướng phản ứng theo một cách nhất định. Đúng thế, cô ấy đã mang trong mình những cảm giác hụt hẫng nhất định khi có thể chăm sóc người khác nhưng phải giải thoát. (Tôi đã hỏi về loại thuốc mà cô ấy đã dùng.) Trong hầu hết các trường hợp thì chúng không cần thiết. Chẳng hạn, có đôi khi ai đó có thể cần chúng, như bạn có thể nói, "khởi động" cơ thể theo một hướng mới, sau đó có thể ngưng sử dụng thuốc. Rất hiếm trường hợp cần phải sử dụng thuốc trừ khi chúng được đưa cho họ. (Các bác sĩ đã muốn phẫu thuật.) Cô ấy không cần phẫu thuật. Đó là một cơ quan khỏe mạnh. (Họ muốn ngừng sản xuất estrogen.) Họ đang sợ hãi. Họ đang sợ hãi. (Họ nghĩ rằng điều này khiến tử cung của cô ấy đang mất máu quá nhiều). Đó chỉ là một phần tự nhiên của những gì mà cô ấy sẽ trải qua. Chúng tôi đang cố gắng giải quyết nhanh phần này để thực sự có thể giảm lượng estrogen trong cơ thể cô ấy theo cách của chúng tôi. Chúng tôi sẽ làm điều đó theo cách tự nhiên mà cô ấy thường trải qua. Chúng tôi sẽ làm điều đó ngay bây giờ chứ không phải là sau này. Những gì các bác sĩ đang muốn làm sẽ ngăn chặn sự sản xuất tự nhiên, nhưng nó sẽ gây hại nhiều hơn cho cô ấy. Lợi ích duy nhất có được từ phẫu thuật là cô ấy sẽ được nghỉ ngơi và không phải làm việc trong một thời gian. (Đây không phải là cách được khuyến khích để nghỉ ngơi.) Cô ấy sẽ có một số lo lắng về việc sử dụng thuốc. Chúng tôi sẽ vô hiệu hóa nó, (để nó có thể được thoát khỏi hệ thống một cách an toàn) nhưng trong thời gian đó cô

ấy cần phải tìm thứ gì đó tự nhiên có tác dụng tương tự để đến cuối năm, cô ấy sẽ không phải dùng loại thuốc đặc biệt này nữa.

Body scan: (a body scan is where the SC/Higher Self energetically looks through the body like an X-Ray and is able to see how the organs and body parts look and if they need attention) Within her uterus, I believe there might be a fibroid, the right side. She just needs to let go. She's held on to perhaps having another child, and she's already filled her contract.

Quét cơ thể: (quét cơ thể là khi Siêu thức nhìn xuyên qua cơ thể một cách mạnh mẽ, giống như X-quang, phương pháp này có thể quan sát tình trạng của các cơ quan và bộ phận trong cơ thể để xem chúng có cần được chú ý hay không). Trong tử cung của cô ấy, tôi tin rằng có thể có một khối u xơ, phía bên phải. Cô ấy chỉ cần chấp nhận nó. Có lẽ cô ấy đã muốn có thêm một đứa con nữa, và cô ấy đã hoàn thành nghĩa vụ của mình.

D: You have told us before that the fibroids represent unborn children. (Yes) But she doesn't need that there.

A: No, that's part of the bleeding.

D: Người đã nói với chúng con rằng u xơ tử cung đại diện cho những đứa trẻ chưa sinh. (Đúng) Nhưng ở đây cô ấy không cần điều đó.

A: Không, đó là một phần của sự mất máu.

The Subconscious then proceeded to dissolve the tumor. It explained it was all done with energy, and then it announced that they were done. "We removed the fibroid tumor from the wall of the uterus, and then we began the dissolving process. She may feel some tingling from time to time the next day or two, and perhaps a bit of bleeding, but she will be fine. Not to worry."

Sau đó Siêu thức bắt đầu làm tan khối u. Siêu thức giải thích rằng tất cả đã được thực hiện bằng nguồn năng lượng, và sau đó họ thông báo rằng công việc đã hoàn tất. "Chúng tôi đã loại bỏ khối u xơ khỏi thành tử cung, sau đó bắt đầu quá trình làm tan nó. Đôi khi cô ấy có thể cảm thấy ngứa ran vào một hoặc hai ngày sau, và có thể chảy một ít máu, nhưng cô ấy sẽ ổn. Đừng lo lắng."

D: It will not come back?

D: Nó sẽ không quay lại chứ?

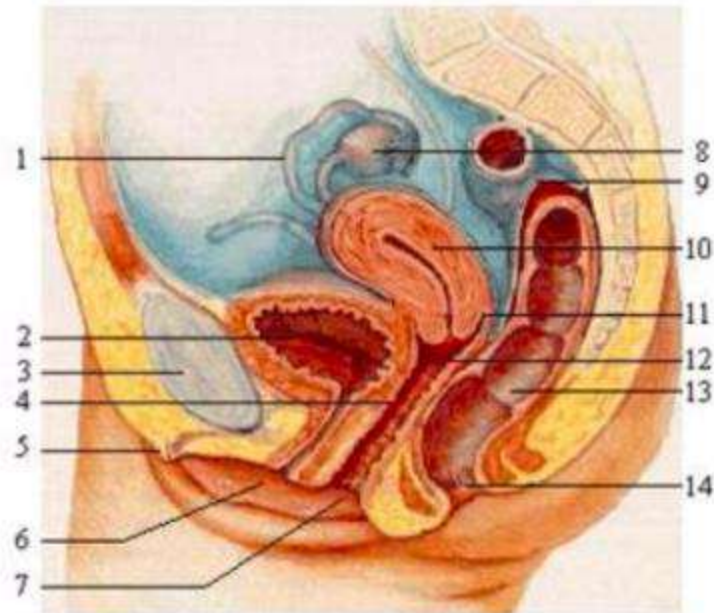
A: No, it is not necessary. (The healing of the body was complete.)

A: Không, điều đó không cần thiết. (Quá trình chữa lành của cơ thể đã hoàn thành.)

Female Reproductive System:

Hệ sinh dục nữ:

1: fallopian tube, 2: bladder, 3: pubic bone, 4: g-spot, 5: clitoris, 6: urethra, 7: vagina, 8: ovary, 9: sigmoid colon, 10: uterus, 11: fornix, 12: cervix, 13: rectum, 14: anus



Bao gồm:

1: ống dẫn trứng, 2: bàng quang, 3: xương mu, 4: điểm G, 5: âm vật, 6: niệu đạo, 7: âm đạo, 8: buồng trứng, 9: đại tràng sigma, 10: tử cung, 11: fornix, 12 : cổ tử cung, 13: trực tràng, 14: hậu môn.

The uterus or womb is a major female hormone-responsive reproductive sex organ of most mammals including humans. It is within the uterus that the fetus develops during gestation.

Tử cung hay dạ con là một cơ quan sinh dục chính của nữ đáp ứng với nội tiết tố của hầu hết các loài động vật có vú bao gồm cả con người. Đó là vị trí mà thai nhi phát triển trong quá trình mang thai.

Uterus: The uterus (or the reproductive organs in general) is the creativity or female power zone. This is where lives are created and protected until they are ready to be in the outside world. Any problems in this area will represent issues with your creativity and/or your personal power. They may also indicate a reluctance to accept your feminine qualities and expression. Also along this line you might be feeling guilt and/or fear in the expression of the feminine quality. You are not feeling creative. It can also indicate you want to have children or are feeling guilty over lost pregnancies.

Tử cung: Tử cung (hay cơ quan sinh sản nói chung) là khu vực sáng tạo hoặc khu vực đặc quyền của phụ nữ. Đây là nơi mà sự sống được tạo ra và bảo vệ cho đến khi chúng sẵn sàng ở thế giới bên ngoài. Bất kỳ vấn đề nào xảy ra tại tử cung sẽ đại diện cho những vấn đề về khả năng sáng tạo/hoặc quyền lực cá nhân của bạn.

Chúng cũng có thể cho thấy sự miễn cưỡng để chấp nhận những phẩm chất và biểu hiện nữ tính của bạn. Tương tự vậy, bạn cũng có thể cảm thấy tội lỗi/sợ hãi khi thể hiện phẩm chất nữ giới của mình. Bạn không cảm thấy sự sáng tạo. Nó cũng có thể cho thấy bạn mong muốn có con hoặc cảm thấy tội lỗi vì đã bị sẩy thai.

You will notice in the chapter on chakras that the uterus is located in the area of the sacral chakra, which governs your personal power.

Trong chương về luân xa sau này, bạn sẽ thấy rằng tử cung nằm trong khu vực của luân xa xương cùng, nơi chi phối sức mạnh cá nhân của bạn.

Following are some explanations that have come from actual sessions done by Dolores:

Sau đây là một số lời giải thích đến từ các phiên thôi miên thực tế do Dolores thực hiện:

A woman came in who had been having excessive bleeding from the uterus. The doctors wanted to operate. She had undergone an abortion many years earlier,

and had never let it go. The subconscious (SC or Higher Self) said the body was grieving and weeping for the unborn child, which was manifesting as bleeding. The SC explained to the cells of the uterus that it was no longer necessary to bleed, or to weep, for what was lost. It filled the uterus with healing light and the voice of reason. Then it said the cells were listening to it, and the bleeding would stop and the body would return to normal. It knew now that it was loved. The SC went on to explain that her body would go through its normal cycle and then go into menopause in three years when everything could shut down anyway. The SC said it could always help the person return to balance and harmony if they are accepting. "We speak the truth."

Một người phụ nữ bước vào, cô ấy đang bị chảy máu quá nhiều trong tử cung. Các bác sĩ muốn phẫu thuật. Nhiều năm trước cô ấy từng bị sảy thai, và chưa bao giờ chấp nhận được điều đó. Siêu thức cho biết cơ thể cô ấy đang đau đớn và khóc thương vì đứa trẻ chưa chào đời, biểu hiện bằng sự chảy máu. Siêu thức đã giải thích cho các tế bào của tử cung rằng chúng không cần thiết phải chảy máu, hoặc khóc thương vì những gì đã mất. Siêu thức đã lấp đầy tử cung bằng ánh sáng chữa lành và lời khuyên chân thành. Sau đó, họ nói rằng các tế bào đang lắng nghe, máu sẽ ngừng chảy và cơ thể sẽ trở lại trạng thái bình thường. Bây giờ những tế bào trong tử cung biết rằng chúng đã nhận được tình yêu. Siêu thức tiếp tục giải thích rằng cơ thể cô ấy sẽ trải qua chu kỳ bình thường và sau đó bước vào thời kỳ mãn kinh trong ba năm tới khi mọi thứ có thể ngừng hoạt động. Siêu thức cho biết họ luôn có thể giúp người đó trở lại trạng thái cân bằng và hài hòa nếu người đó chấp nhận. "Chúng tôi nói lên sự thật."

In another session:

A woman with endometriosis came to see Dolores and the doctors wanted to do a hysterectomy. She went to a lifetime where she was a wealthy slave-owner who used and violated many women for his own pleasure. Her body was now repaying the debt with problems in the female organs.

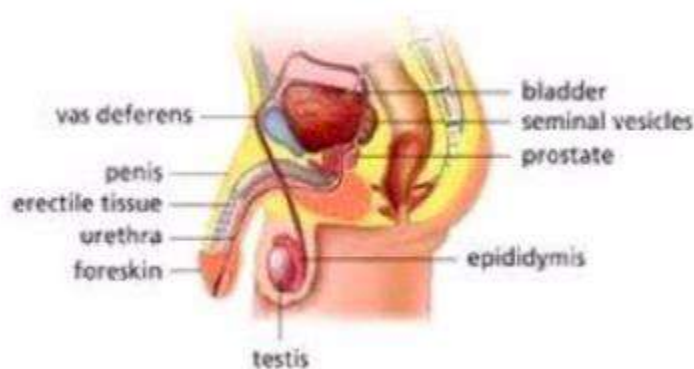
Trong một phiên khác:

Một phụ nữ bị lạc nội mạc tử cung đến gặp Dolores khi các bác sĩ có ý định phẫu thuật cắt bỏ tử cung của cô ấy. Cô ấy đã được đưa đến một cuộc sống khác nơi

cô ấy từng là một ông chủ nông giàu có, đã từng lạm dụng và xâm hại nhiều phụ nữ vì niềm vui của riêng mình. Giờ đây cơ thể của cô ấy đang phải trả món nợ với những vấn đề của các cơ quan trong cơ thể phụ nữ.

In this case the situation is karmic. In other words, a debt is being repaid, so there will be a limit as to the amount of healing that will be allowed to happen. Usually once the client is aware of the reason/cause of a situation, they are more able to accept the situation. There are other things that can be done in these situations to bring about relief. We will discuss them in the final chapters.

Tình huống trong trường hợp này là nghiệp quả. Nói cách khác, đó là một món nợ đang được hoàn trả, vì vậy sẽ có giới hạn về cơ quan được phép chữa lành. Thông thường một khi thân chủ nhận thức được lý do/nguyên nhân của một vấn đề, họ sẽ dễ dàng chấp nhận vấn đề đó hơn. Có những điều khác có thể được thực hiện trong những tình huống này để mang lại sự nhẹ nhõm. Chúng ta sẽ thảo luận về chúng trong các chương cuối cùng.



Vas deferens: Ống dẫn tinh

Penis Dương: vật

Erectile tissue: Mô cương

Urethra: Niệu đạo

Foreskin: Bao quy đầu

Testis: Tinh hoàn

Epididymis: Mào tinh hoàn

Prostate: Tuyến tiền liệt

Seminal vesicles: Túi tinh

Bladder: Bàng quang

Nam giới

Penis:

The penis is a biological feature of male animals. It is a reproductive organ that additionally serves as the urinal duct in placental mammals.

Dương vật:

Dương vật là một đặc điểm sinh học của động vật tính đực. Nó là cơ quan sinh sản và cũng đóng vai trò như ống dẫn nước tiểu ở động vật có vú.

Prostate and Male Genitalia:

The male sexual/reproductive organs represent the man's masculinity. They are the male power zone. Problems in this area can indicate issues with your own sexuality and sense of personal power. Maybe you're afraid to step into who you truly are. There is a fear that you cannot handle the power/responsibility. Maybe you misused or abused power in another time or lifetime. In some way, for some reason, you are not stepping into your true manhood. Maybe you're not comfortable with your role in this life. Problems in this area may also indicate you either have not had enough or have had too much sex. It can also be possible that you have taken a vow of celibacy in another life.

Tuyến tiền liệt và cơ quan sinh dục nam:

Các cơ quan sinh dục/sinh sản của nam giới đại diện cho tính đực của đàn ông. Chúng là khu vực đặc quyền của nam giới. Các vấn đề trong cơ quan này có thể chỉ ra những vấn đề về tình dục và quyền lực cá nhân của bạn. Có thể bạn sợ hãi khi bước vào con người thật của mình. Cũng có thể có một nỗi sợ về việc không thể kiểm soát được quyền lực/trách nhiệm của bản thân. Có thể bạn đã lạm dụng hoặc bị lạm dụng quyền lực trong một thời gian hoặc một cuộc sống khác. Ở một khía cạnh nào đó, vì một lý do nào đó, bạn không thể hiện được bản lĩnh đàn ông thực sự của mình. Có thể bạn không cảm thấy thoải mái với vai trò của mình

trong cuộc sống này. Các vấn đề ở cơ quan này cũng có thể cho thấy việc quan hệ tình dục của bạn hoặc là chưa đủ hoặc là đã quá nhiều. Cũng có thể trong một kiếp sống khác bạn đã thề độc thân cả đời.

Another reason for problems in the prostate area is indicated in this excerpt from one of Dolores' sessions:

Một lý do khác về nguyên nhân của các vấn đề tại khu vực này được thể hiện trong một phiên của Dolores như sau:

Mark came to see Dolores for a session. He was concerned that something was wrong with his prostate. The doctors said it was cancer. When the SC looked into the body it said that there was something there. "It's a process. As toxicity moves through the male body, it has a tendency to settle in the prostate, so he's causing and releasing. And as he continues to release, he really finds a discontinued avenue"

Mark đến gặp Dolores trong một phiên thôi miên. Anh ấy lo ngại rằng có điều gì đó không ổn đang xảy ra với tuyến tiền liệt của mình. Các bác sĩ cho biết đó là ung thư. Khi Siêu thức nhìn vào cơ thể, họ bảo rằng có thứ gì ở đó. "Đó là một quá trình. Khi độc tính di chuyển qua cơ thể nam giới, nó có xu hướng đọng lại trong tuyến tiền liệt, đó là nguyên nhân gây ra sự giải phóng của anh ấy. Và khi tiếp tục giải phóng nó, anh ấy thực sự tìm được cách để giải quyết vấn đề..."

D: The doctors want to operate.

M: Yes, he has been told to have a biopsy.

D: What do you think?

D: Các bác sĩ muốn làm phẫu thuật.

M: Đúng, anh ấy đã được yêu cầu làm sinh thiết.

D: Người nghĩ sao?

M: I think his process is fine, the things he is doing to maintain health is fine.

I asked if the SC could go in and clean anything out that needed to be cleaned out, or if the body could do it naturally. "I can clean it ... can support that cleansing process."

D: As you said, it is just cleaning out the toxicity and some of it has moved in a negative way. Does that make sense?

M: Ta nghĩ quá trình của anh ta đang diễn ra khá tốt, những việc anh ta đang làm để duy trì sức khỏe cũng khá ổn.

Tôi hỏi rằng liệu Siêu thức có thể can thiệp và dọn sạch những gì cần thiết trong cơ thể hay không, hoặc cơ thể có khả năng tự làm điều đó một cách tự nhiên không. "Ta có thể dọn sạch nó ... có thể hỗ trợ quá trình làm sạch đó."

D: Như người đã nói, chỉ là làm sạch độc tính và một số trong số đó đã di chuyển theo hướng tiêu cực. Điều đó có ý nghĩa gì không?

M: It's not really a positive or negative thing. It is partially belief systems. We can sweep clean. I'm going to return it to the nothingness from which it came.

M: Điều đó không hẳn là tích cực hay tiêu cực. Nó là một phần của niềm tin. Chúng ta có thể dọn sạch những chất độc hại đó. Ta sẽ trả nó về với hư vô.

D: When he goes back to the doctor, the doctor won't find anything, will he?

D: Khi anh ta quay lại bệnh viện, bác sĩ sẽ không tìm thấy gì bất thường nữa, đúng không?

M: No. Like everyone, doctor's belief systems are indoctrinations. It's always a challenge to change those.

M: Không. Giống như mọi người, niềm tin của bác sĩ là những bài giảng đã được thấm nhuần/ăn sâu vào tư tưởng. Luôn luôn là một thách thức để thay đổi những điều đó.

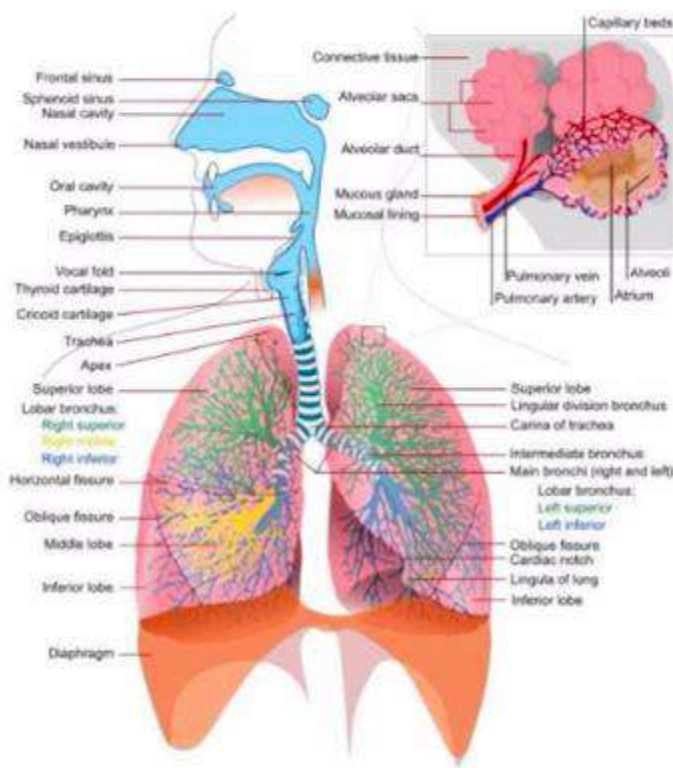
D: That's true, but at least maybe it helps if they see something beyond their understanding.

M: It is an opportunity, a permission slip. (We both laughed.)

D: Đúng vậy, nhưng ít nhất nó có thể hữu ích nếu họ nhìn thấy điều gì đó ngoài tầm hiểu biết của mình.

M: Đó là một cơ hội, một giấy phép. (Cả hai chúng tôi đều cười.)

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Chương 16 Hệ hô hấp



Frontal sinus: Xoang trán. Sphenoid sinus: Xoang bướm. Nasal cavity: Khoang mũi. Nasal vestibule: Tiền đình mũi. Oral cavity: Khoang miệng. Pharynx: Yết hầu. Epiglottis: Nắp thanh quản. Vocal folds: Dây thanh âm. Thyroid cartilage: Sụn tuyến giáp. Cricoid cartilage: Sụn nhẫn. Trachea: Khí quản. Apex: Đỉnh phổi. Superior lobe: Thùy trên phổi. Lobar bronchus: Phế quản. Superior: Phế quản

thùy trên. Inferior: Phế quản thùy dưới. Middle: Phế quản thùy giữa. Horizontal fissure: Khe ngang. Oblique fissure: Khe chéo. Middle lobe: Thùy giữa. Inferior lobe: Thùy dưới. Diaphragm: Cơ hoành. Lingula of lung: Lưỡi phổi. Cardiac notch: Khuyết tim phổi trái. Main bronchi: Phế quản chính. Intermediate bronchus: Phế quản thùy. Carina of trachea: Cửa khí quản. Lingular division bronchi: Phế quản phân thùy. Connective tissue: Mô liên kết. Alveolar sacs: Túi phế nang. Alveolar ducts: Ống phế nang. Mucous gland: Tuyến nhầy. Mucous lining: Niêm mạc. Pulmonary artery: Động mạch phổi. Pulmonary vein: Tĩnh mạch phổi. Atrium: Tâm nhĩ. Alveoli: Phế nang.

The respiratory system is the anatomical system of an organism that introduces respiratory gases to the interior and performs gas exchange. In humans and other mammals, the anatomical features of the respiratory system include airways, lungs, and the respiratory muscles.

Hệ hô hấp là hệ thống cơ quan của sinh vật có chức năng phân phối không khí và thực hiện trao đổi khí. Ở người và các động vật có vú khác, đặc điểm giải phẫu của hệ hô hấp bao gồm đường thở, phổi và các cơ hô hấp.

Lungs:

The lungs are vital to the survival of the body. The respiratory system brings the necessary gases into the body to be transported by the blood to all of the cells. Without the ability to bring the air (or oxygen) into the body, the body would die. Because of how the lungs work for the body, it is easy to understand their metaphysical meaning for messages received.

Phổi:

Phổi là cơ quan rất quan trọng cho sự tồn tại của cơ thể. Hệ hô hấp đưa các khí cần thiết vào cơ thể và được máu vận chuyển đến tất cả các tế bào. Cơ thể sẽ

chết nếu không có khả năng đưa không khí vào và thực hiện trao đổi khí. Qua cách mà phổi làm việc cho cơ thể, ta dễ dàng hiểu được ý nghĩa siêu hình của chúng đối với các thông điệp nhận được.

Lungs represent the "breath of life." Being in the "flow of life." Problems with the lungs indicate a fear to "live." A loss of joy in one's life. There is no life in your life. You are trying to stop life. In other words, you do not want to live.

Phổi đại diện cho "hơi thở của cuộc sống". Đang ở trong "dòng chảy của cuộc sống." Các vấn đề về phổi cho thấy một nỗi sợ đối với "cuộc sống". Mất niềm vui trong cuộc sống. Cuộc sống của bạn không có "sự sống". Bạn đang cố gắng dừng cuộc sống của mình. Nói cách khác, bạn không muốn sống.

Lung cancer – anger at a life situation. Not wanting to live.

Ung thư phổi – Sự tức giận đối với các vấn đề trong cuộc sống. Không muốn tiếp tục sống.

Sinus issues – Problems, especially pressure, in this area indicate pressure from someone very close to you. I have always found it to be from the person closest to you – yourself. In other words, the pressure is self-inflicted. Maybe you have deadlines in which to complete projects and you are putting a lot of pressure on yourself to get them done, this can then manifest as pressure "in your face."

Các vấn đề về xoang – Các vấn đề, đặc biệt là tăng áp lực ở các xoang cho thấy áp lực từ một người rất thân thiết với bạn. Tôi luôn thấy đó là người gần gũi nhất với bạn – là chính bạn. Nói cách khác, áp lực là do chính bản thân gây ra. Có thể bạn có những thời hạn để hoàn thành các dự án và bạn đang tạo ra rất nhiều áp lực cho bản thân để hoàn thành chúng, điều này có thể biểu hiện thành áp lực rất rõ ràng.

Colds/Flu – you are being indecisive about something and you need to make a decision. You are trying to delay the action. This is also a way to force you to rest.

Cảm/Cúm – bạn đang thiếu quyết đoán và bạn cần phải đưa ra quyết định về điều gì đó. Bạn đang cố gắng trì hoãn hành động. Đây cũng là một cách để buộc bạn phải nghỉ ngơi.

Asthma – (constricts the flow of air) – being restricted; feeling smothered by individuals or situations; not being allowed to “breathe.” Many times you will find the cause or link to asthma in a past life. It will usually be from the way you died in another life from strangulation, drowning or other type of asphyxiation and carried over the residue from that death. Once the association is found, the asthma will disappear.

Hen suyễn – (thu hẹp đường dẫn khí) – bị hạn chế, cảm thấy ngột ngạt bởi một người hoặc một vấn đề nào đó, không được phép “hít thở”. Nhiều lần bạn sẽ tìm ra nguyên nhân hoặc mối liên hệ giữa bệnh hen suyễn với cuộc sống trong tiền kiếp. Nó thường là cách bạn chết trong một cuộc sống khác do bị siết cổ, chết đuối hoặc một loại ngạt thở nào khác, cơ thể bạn mang theo những gì còn sót lại từ cái chết đó. Một khi sự liên hệ được tìm thấy, bệnh hen suyễn sẽ biến mất.

In one of Dolores Cannon’s sessions the subconscious (higher self) had this to say about asthma:

Trong một phiên của Dolores Cannon, Siêu thức đã nói về căn bệnh hen suyễn như sau:

P: That’s a label that doesn’t merit accurate description. A lot of it is related to the choices to feel stagnant, or restricted, in giving love. Because how he understands doing is in a state of being where he is able to share his gifts of love with others. And the social dynamic of giving love initially upon meeting someone,

and that that's not appropriate to do, is nonsense. And he knows this. Give everything you have to give right now.

P: Khái niệm đó không xứng đáng với mô tả chính xác. Phần lớn liên quan đến những lựa chọn, cảm giác trì trệ hoặc bị hạn chế trong việc trao yêu thương. Bởi vì cách để anh ấy hiểu việc mình đang làm là khi ở trong hoàn cảnh có thể chia sẻ những món quà yêu thương của mình với người khác. Và động lực để trao tình yêu cho ai đó khi mới quen là không thích hợp, là vô nghĩa. Và anh ấy biết điều này. Điều anh ấy cần là trao đi yêu thương ngay khi cần thiết.

D: He believed the asthma to be real.

P: The word doesn't have any usefulness anymore. This will be his feedback though. He also occasionally developed pneumonia. That was the time when he was withholding the most love, and feeling the most stuck, and the least free points of his life.

The Sub. then went about healing the body.

D: Anh ấy đã tin rằng bệnh hen suyễn là có thật.

P: Từ này không còn hữu ích nữa. Mặc dù đây sẽ là sự phản hồi cho anh ta. Thành thật anh ta cũng sẽ bị viêm phổi. Đó là khoảng thời gian mà anh ta đang kìm hãm tình yêu sâu đậm nhất của mình, là khoảng thời gian bế tắc và mất tự do nhất của cuộc đời mình.

Sau đó Siêu thức tiên hành chữa lành cho cơ thể.

P: It needs to be aligned; it's just out of alignment. Creating the sounds and the symbol codes that will resonate to pull everything together as it should work. As long as he follows through. That's a big lesson he has yet to fully learn in this life.

To continue doing what he said he will do – to follow through. He understands that term very well. (A comment on food) The most effective thing he can remove from his diet is cheese. And he really likes cheese, so he's not going to want to hear that. It retains too much radiation for his body. Milk products retain an enormous amount of radiation. (That was a surprise!) Cold pasteurization is not good.

P: Nó cần phải được chỉnh đốn lại, nó chỉ bị lệch. Tạo ra âm thanh và mã ký hiệu sẽ cộng hưởng với nhau để kéo mọi thứ trở lại như bình thường. Miễn là anh ta theo đuổi đến cùng. Đó là bài học lớn mà anh ta vẫn chưa được học hết trong cuộc đời này. Để tiếp tục làm những việc mà anh ta nói là sẽ làm – theo đuổi đến cùng. Anh ta hiểu rất rõ thuật ngữ đó. (Nhận xét về thực phẩm) Thứ hiệu quả nhất mà anh ta có thể loại bỏ khỏi chế độ ăn uống của mình là pho mát. Nhưng anh ta thực sự thích nó, cho nên anh ta sẽ không muốn nghe điều đó. Nó giữ lại quá nhiều bức xạ cho cơ thể anh ta. Các sản phẩm từ sữa giữ lại một lượng bức xạ rất lớn. (Thật bất ngờ!) Thanh trùng lạnh là phương pháp không tốt cho sức khỏe.

"They" have said repeatedly that live foods are the best foods to consume. This means fresh fruits and vegetables.

"Họ" đã nói nhiều lần rằng thực phẩm để tiêu thụ tốt nhất là thực phẩm tươi sống, có nghĩa rau củ quả tươi là những thực phẩm rất tốt cho sức khỏe.

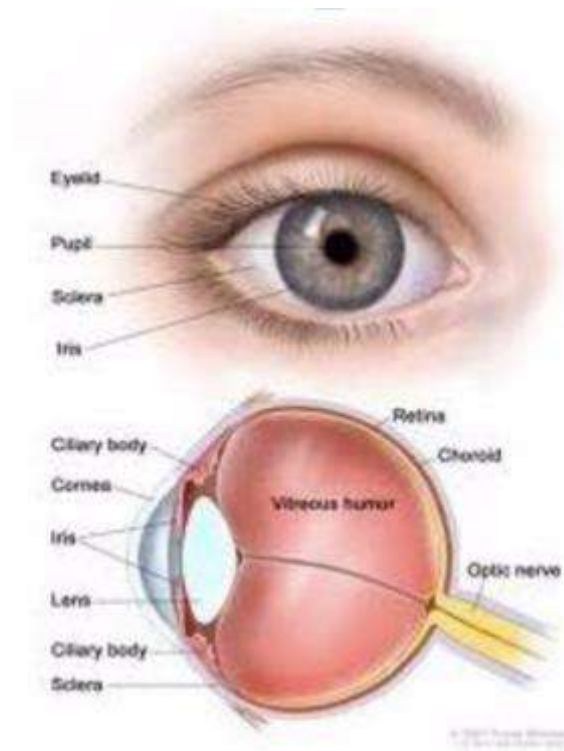
TIẾNG NÓI LINH HỒN – Chương

17 Hệ giác quan

Mắt người là một cơ quan phản ứng với ánh sáng phục vụ cho một số mục đích. Như một cơ quan cảm giác có ý thức, mắt cho phép tầm nhìn. Tế bào hình que

và tế bào hình nón trong võng mạc cho phép nhận thức ánh sáng có ý thức và tầm nhìn bao gồm cả sự phân biệt màu sắc và nhận thức độ sâu. Mắt người có thể phân biệt khoảng 10 triệu màu.

The Sensory System



Eyelid: Mí mắt

Pupil: Đồng tử

Sclera: Củng mạc

Iris: Tròng đen/mống mắt

Ciliary body: Thể mi

Cornea: Giác mạc

Lens: Thủy tinh thể

Retina: Võng mạc

Choroid: Màng mạch

Optic nerve: Thần kinh thị giác

Vitreous humour: Dịch kính

The human eye is an organ which reacts to light for several purposes. As a conscious sense organ, the eye allows vision. Rod and cone cells in the retina allow conscious light perception and vision including color differentiation and the perception of depth. The human eye can distinguish about 10 million colors.

Mắt người là một cơ quan phản ứng với ánh sáng phục vụ cho một số mục đích. Như một cơ quan cảm giác có ý thức, mắt cho phép tầm nhìn. Tế bào hình que và tế bào hình nón trong võng mạc cho phép nhận thức ánh sáng có ý thức và tầm nhìn bao gồm cả sự phân biệt màu sắc và nhận thức độ sâu. Mắt người có thể phân biệt khoảng 10 triệu màu.

The eyes are used for "seeing." This can be seeing in this dimension or in others or your situation in general. The word "seeing" is used many times to indicate "understanding." Because of this, often the meaning of eye disorders will be that you are not understanding something (either by choice or confusion). Most of the times, the message will be some variation on the ability to see what is going on. Đôi mắt được sử dụng để "nhìn". Có thể là "nhìn" trong không gian này hoặc trong không gian khác hoặc trong những vấn đề của bạn nói chung. Từ "nhìn thấy" cũng được sử dụng nhiều lần để chỉ sự "hiểu biết". Do đó, ý nghĩa của chứng rối loạn

mắt thường là do bạn không hiểu điều gì đó (do lựa chọn hoặc sự nhầm lẫn). Hầu hết các trường hợp, thông điệp sẽ có một số thay đổi về khả năng nhìn thấy những gì đang diễn ra.

Blurred vision – There is fear or denial and you do not want to see your situation clearly. You are afraid of what you will see if it is clear. You want to “soften” the reality of what you are seeing.

Thị lực mờ – Có sự sợ hãi hoặc chối bỏ, bạn không muốn nhìn nhận rõ vấn đề của mình. Bạn sợ hãi những gì mình sẽ nhìn thấy liệu nó rõ ràng hay không. Bạn muốn “đơn giản hóa” thực tế những gì mình đang thấy.

Near-sighted (the ability to see clearly up close, but not at a distance) – There is a fear of your future; a fear of what is coming “down the road.” Many times, this is a caution because unpleasant things have happened in the present, so you guard yourself from possible “hurts” in the future. On a subconscious level, we know great changes are coming and many are afraid to see them. Again, we tend to fear what we don’t know and we tend to brace ourselves for change.

Cận thị (khả năng nhìn rõ ở khoảng cách gần, nhưng không nhìn rõ ở khoảng cách xa) – Có một nỗi sợ hãi về tương lai của bạn; nỗi sợ hãi về những gì sắp xảy ra. Nhiều khi, đây là sự thận trọng bởi những điều không vui đã xảy ra trong hiện tại, vì vậy bạn đang bảo vệ bản thân khỏi những “tổn thương” có thể xảy ra trong tương lai. Ở cấp độ siêu thức, chúng ta biết có những thay đổi lớn đang đến và nhiều người sợ hãi khi nhìn thấy họ. Một lần nữa, chúng ta có xu hướng sợ hãi những gì mà ta không biết và gồng mình lên để thay đổi mọi thứ.

Far-sighted (the ability to see clearly at a distance, but not up close) – What don’t you want to see in your life right now. You’re afraid to see your situation clearly.

You think things will be better later and you don’t really want to look at the situation now. There is an unwillingness or fear to “see” things as they really are

Viễn thị (khả năng nhìn rõ ở khoảng cách xa, nhưng không rõ ở khoảng cách gần)

– Là những gì bạn không muốn nhìn nhận trong cuộc sống ngay lúc này. Bạn sợ phải nhìn nhận rõ tình huống của mình. Bạn nghĩ sau này mọi thứ sẽ tốt hơn và bạn thực sự không muốn nhìn nhận tình hình lúc này. Có sự từ chối hoặc sợ hãi khi “nhìn thấy” “họ”.

Double vision – another way of not focusing on what is right in front of you. You wish to distort the reality so it is easier to deal with.

Song thị – một cách khác để nói về việc không tập trung vào những gì ở ngay trước mắt. Bạn muốn xuyên tạc thực tế để dễ dàng kiểm soát.

Cataracts – There is a gradual blurring or fading of what you are seeing. This indicates a stronger or more insistent message of something or a situation that needs to be seen. This has been happening for a while and you have not understood the message.

Đục thủy tinh thể – Những gì bạn nhìn thấy đang bị mờ dần. Điều này cho thấy một thông điệp mạnh mẽ hơn hoặc chắc chắn hơn về một vấn đề hay một tình huống cần được nhìn thấy. Điều này đã xảy ra trong một thời gian và bạn không hiểu được thông điệp đó.

Glaucoma – I'm feeling this is a denial of what is being seen. Not wanting to admit or deal with what is right in front of you; a total fogging over of the reality of the situation.

Bệnh tăng nhãn áp – Tôi cảm thấy đây là sự phủ nhận những gì đang nhìn thấy. Không muốn thừa nhận hoặc đối phó với những gì ở ngay trước mắt; hoàn toàn mờ nhạt về tình hình thực tế.

Hearing:

Ears: The ears represent hearing. The type of issue you are having with the ears will give an indication of the problem you are having with hearing. It can be listening to internal guidance or to others. We can be a very stubborn people. Our guides are constantly trying to talk to us. Many times when I look etherically at someone using my third eye vision, I see guides and angels right up to one of the ears trying very hard to be heard. I've been told many times that we need to listen with different ears and see with different eyes. This means we need to listen and see from our internal sensors that have nothing to do with their physical counterparts. These counterparts are used to deliver the messages. They make great symbols for the messages.

Thính giác:

Tai: Tai tượng trưng cho thính giác. Loại vấn đề bạn đang gặp phải với đôi tai sẽ cho biết vấn đề bạn đang gặp phải với thính giác của mình. Nó có thể là lắng nghe hướng dẫn của chính mình hoặc từ những người khác. Chúng ta có thể rất bướng bỉnh. Những người hướng dẫn liên tục cố gắng để liên hệ với chúng ta. Nhiều lúc, khi nhìn ai đó một cách tinh tế thông qua con mắt thứ ba, tôi thấy những người hướng dẫn và thiên thần đang cố gắng truyền thông điệp vào một bên tai của họ. Tôi đã nghe nhiều lần rằng chúng ta cần lắng nghe bằng một đôi tai khác, nhìn bằng một đôi mắt khác. Điều này có nghĩa là chúng ta cần lắng nghe và nhìn từ nội tâm chứ không phải bằng những bản sao của các cơ quan hiện hữu bên ngoài. Những bản sao này được sử dụng để vận chuyển những thông điệp. Chúng tạo nên những ký hiệu tuyệt vời cho các thông điệp.

Difficulty Hearing or Hearing Loss – What don't you want to hear? This can be now or in the past depending on which side it is (left – past; right – now). It can also be resistance to hearing your inner guidance. Other meanings can be that you do not want to listen to others or you don't like to be told what to do. (I'm guilty of that one.)

Khiếm thính hoặc giảm thính lực – Bạn không muốn nghe điều gì? Điều này có thể diễn ra tại thời điểm bây giờ hoặc trong quá khứ tùy thuộc vào vị trí của nó (trái – quá khứ; phải – bây giờ). Nó cũng có thể là sự kháng cự khi nghe hướng dẫn từ bên trong của bạn. Các ý nghĩa khác có thể là bạn không muốn lắng nghe người khác hoặc bạn không muốn làm theo những gì người khác nói. (Tôi có lỗi vì điều đó.)

Itching or Burning sensation of ears – this is an irritant to the ears and can be negative self-talk or not wanting to hear something (maybe something is very irritating) in the past or now depending on which ear it is. A conflict in what you are hearing. Maybe what someone is telling you is not in agreement with what you know or are seeing.

Cảm giác ngứa hoặc bỏng rát tai – nghĩa là có một điều gì đó gây khó chịu cho tai, có thể là những lời nói tiêu cực hoặc không muốn nghe điều gì đó (có thể là điều gì đó rất khó chịu) trước đây hoặc bây giờ tùy thuộc tai ở bên nào. Có sự

xung đột giữa những gì bạn đang nghe. Có thể những gì ai đó đang nói với bạn không phù hợp với những gì bạn biết hoặc đang thấy.

Ringling in the ears (tinnitus) – a frequency adjustment – a calling to raise your frequency. You can either ask the energy to be turned down or you must raise your own vibration to tune in. You raise your vibrations by thinking light, high vibration thoughts. “I am God” or “Light, light” or “Up, up, up” are good ones to lighten your energy. Conversely, you can ask the energy to be turned down by seeing an etheric dial and see yourself turning it down until the ringing stops. I decided to experiment with this after I learned it was a frequency adjustment. The next time I had ringing in my ear (it’s usually my left ear, but not always), I decided to think uplifting thoughts like “I am God” or “up, up, up.” The ringing subsided immediately. I used to think maybe I would hear something within the ringing, but that hasn’t happened yet. It just goes away and I guess I have raised my frequency a little.

Tiếng chuông trong tai (ù tai) – điều chỉnh tần số – một lời kêu gọi để tăng tần số năng lượng của bạn. Bạn có thể yêu cầu giảm năng lượng hoặc phải tăng tần số rung động của chính mình để điều chỉnh. Bạn tăng tần số rung động bằng cách suy nghĩ tích cực, suy nghĩ về tần số rung động cao. “Tôi là Thượng Đế” hoặc “Nhẹ, nhẹ” hoặc “Lên, lên” là những suy nghĩ tốt để thấp sáng năng lượng của bạn. Ngược lại, bạn có thể yêu cầu giảm bớt năng lượng bằng cách nhìn vào một mặt số etheric và thấy chính mình đang vặn nhỏ xuống cho đến khi tiếng chuông trong tai dừng lại. Tôi quyết định thử nghiệm điều này sau khi biết rằng điều đó có thể điều chỉnh tần số. Một lần, khi bị ù tai (thường là tai trái, nhưng không phải lúc nào cũng vậy), tôi quyết định nghĩ tới những điều để nâng cao tinh thần như “Tôi là Thượng Đế” hoặc “lên, lên, lên”. Tiếng chuông lắng xuống ngay lập tức. Tôi từng nghĩ có thể mình sẽ nghe thấy điều gì đó trong tiếng chuông, nhưng nó vẫn chưa xảy ra. Nó chỉ biến mất và tôi đoán là tần số của mình đã tăng lên một chút.

Smell – Nose:

Anything with the nose indicates something right in front of you – “plain as the nose on your face” – something so close – it can’t get any closer to be seen by you. “It’s in your face.”

Khứu giác – Mũi:

Bất cứ thứ gì xảy ra tại mũi đều chỉ ra điều gì đó ở ngay trước mặt bạn – “rõ như ban ngày” – một thứ gì đó rất gần – không thể gần hơn nữa. “Điều gì đó không thể phớt lờ.”

Another meaning can be “sticking your nose where it doesn’t belong” – getting into others business. It’s something very close to you, that’s why it is right in your face.

Một nghĩa khác có thể là “nhúng mũi vào chuyện của người khác” – tham gia vào những chuyện của người khác, không liên quan đến mình. Đó là một thứ gì đó rất gần gũi với bạn, đó là lý do tại sao nó ở ngay trong khuôn mặt bạn.

An example Dolores has had with a session was someone who, in another life, created smelly potions of herbs and plants. In this current life when she was young and in ill health, her grandmother created a poultice of herbs to aid in her healing.

Một ví dụ xảy ra tại một phiên của Dolores. Câu chuyện về một cô gái, trong một kiếp sống khác, đã tạo ra những lọ thuốc có mùi rất hôi từ thảo mộc và thực vật. Trong cuộc sống hiện tại khi cô còn trẻ và sức khỏe kém, bà của cô ấy đã chế tạo ra một loại thuốc từ thảo mộc đắp lên người để hỗ trợ chữa bệnh cho cô.

The smell apparently brought back memories of the horrible smells from this other life. Because these unpleasant smells awakened memories, her sense of smell completely shut down. Once the information was found as to where this came from, the sensitivity to the smells was left with the other life so her sense of smell could be returned to this current life.

Mùi của loại thuốc đắp lên người cô ấy dường như đã gợi lại ký ức về thứ mùi kinh khủng từ cuộc sống trước đây. Bởi vì những mùi khó chịu này đánh thức ký ức cũ, khứu giác của cô ấy hoàn toàn ngừng hoạt động. Một khi xác định được thông tin về nơi bắt đầu của mùi hôi đó, sự nhạy cảm đã được chuyển sang kiếp khác để khứu giác của cô ấy có thể trở lại bình thường trong cuộc sống hiện tại.

Another example of a message being delivered using the nose: I saw an old friend one day and he had a bandage on his nose.

Một ví dụ khác về thông điệp được gửi qua chiếc mũi: Một ngày nọ, tôi nhìn thấy một người bạn cũ với một miếng băng ở trên mũi.

I asked what happened and he said he had some skin cancer removed. This person had been very tired of his life in his current profession. He knew he needed to make some changes and at this time had not made them yet. I received a message that the situation was "in his face" so he would have to look at it and make some changes and that the solution was "as clear as the nose on his face." When I discussed this further with him, he said he did have a solution, but wouldn't be able to put it into action for a few months. I'm sure once he started acting on this new plan, his conditions cleared.

Tôi hỏi chuyện gì đã xảy ra và được biết anh ấy đã cắt bỏ một số u trôn ở trên da. Người này rất mệt mỏi với cuộc sống hiện tại của mình. Anh ấy biết mình cần thực hiện một số thay đổi, nhưng tại thời điểm này vẫn chưa thực hiện được. Tôi nhận được một thông điệp rằng vấn đề đó không thể phớt lờ, vì vậy anh ấy sẽ phải xem xét nó và thực hiện một số thay đổi, và giải pháp đó thì rất rõ ràng đối với anh ấy. Khi chúng tôi thảo luận thêm về vấn đề này, anh ấy nói rằng anh ấy đã có một giải pháp, nhưng sẽ không thể thực hiện trong vài tháng. Tôi chắc chắn khi bắt đầu thực hiện kế hoạch mới này, tình trạng của anh ấy sẽ được cải thiện. Once the message is received, understood and acted upon, there is no longer the need for the message.

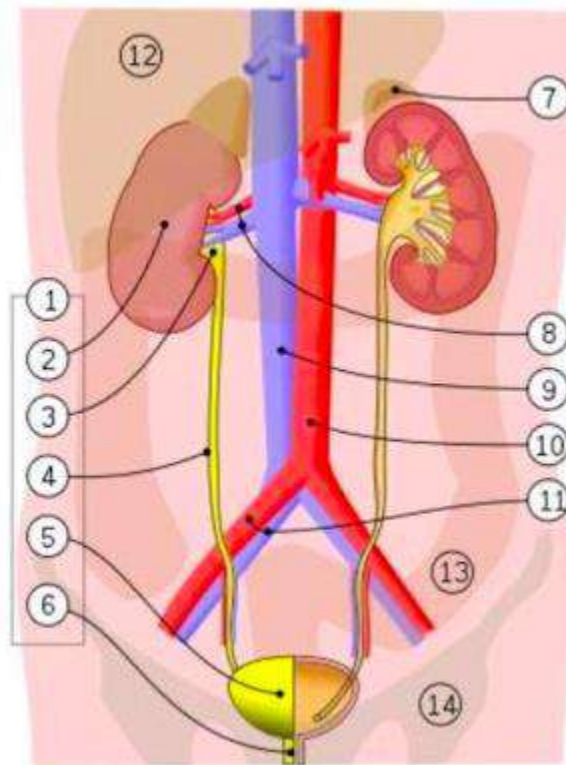
Một khi thông điệp được nhận, được hiểu và hành động, thì sẽ không còn cần đến những tin nhắn nữa.

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Chương 18 Hệ tiết niệu

Thận là cơ quan rất cần thiết trong hệ tiết niệu và cũng là cơ quan phục vụ các chức năng cân bằng nội môi như điều hòa chất điện giải, duy trì cân bằng axit-bazơ và điều hòa huyết áp (thông qua quá trình duy trì cân bằng muối và nước). Chúng phục vụ cơ thể như một bộ lọc máu tự nhiên để loại bỏ chất thải và vận chuyển đến bàng quang. Khi sản xuất nước tiểu, thận bài tiết các chất thải như urê và amoni, thận cũng chịu trách nhiệm tái hấp thu nước, glucose và các axit amin. Thận cũng sản xuất các hormone bao gồm calcitriol, erythropoietin và enzym renin.

The Urinary System

1. Human urinary system: 2. Kidney, 3. Renal pelvis, 4. Ureter, 5. Urinary bladder, 6. Urethra. (Left side with frontal section) 7. Adrenal gland Vessels: 8. Renal artery and vein, 9. Inferior vena cava, 10. Abdominal aorta, 11. Common iliac artery and vein. 12. Liver, 13. Large intestine, 14. Pelvis



Hệ tiết niệu

1. Hệ tiết niệu của con người: 2. Thận, 3. Bể thận, 4. Niệu quản, 5. Bàng quang, 6. Niệu đạo (Mặt trái trước), 7. Tuyến thượng thận, 8. Động mạch và tĩnh mạch thận, 9. Tĩnh mạch chủ dưới, 10. Động mạch chủ bụng, 11. Động mạch và tĩnh mạch chậu thường 12. Gan, 13. Ruột già, 14. Xương chậu.

The kidneys are essential in the urinary system and also serve homeostatic functions such as the regulation of electrolytes, maintenance of acid-base balance, and regulation of blood pressure (via maintaining salt and water balance). They serve the body as a natural filter of the blood, and remove wastes which are diverted to the urinary bladder. In producing urine, the kidneys excrete wastes such as urea and ammonium; the kidneys also are responsible for the reabsorption of water, glucose, and amino acids. The kidneys also produce hormones including calcitriol, erythropoietin, and the enzyme renin.

Thận là cơ quan rất cần thiết trong hệ tiết niệu và cũng là cơ quan phục vụ các chức năng cân bằng nội môi như điều hòa chất điện giải, duy trì cân bằng axit-bazơ và điều hòa huyết áp (thông qua quá trình duy trì cân bằng muối và nước). Chúng phục vụ cơ thể như một bộ lọc máu tự nhiên để loại bỏ chất thải và vận chuyển đến bàng quang. Khi sản xuất nước tiểu, thận bài tiết các chất thải như urê và amoni, thận cũng chịu trách nhiệm tái hấp thu nước, glucose và các axit amin. Thận cũng sản xuất các hormone bao gồm calcitriol, erythropoietin và enzym renin.

Each kidney excretes urine into a ureter, itself a paired structure that empties into the urinary bladder.

Mỗi thận bài tiết nước tiểu vào niệu quản, niệu quản ghép nối giữa thận và bàng quang để dẫn nước tiểu đổ vào bàng quang.

The urinary bladder is the organ that collects urine excreted by the kidneys before disposal by urination.

Bàng quang là cơ quan thu nhận nước tiểu bài tiết qua thận trước khi thải bỏ qua đường tiểu tiện.

The urinary system is primarily used to eliminate waste products from the body as well as keep the body in balance. If waste products were left in the body and allowed to accumulate, it would be like letting garbage pile up in your home. It would smell as it began and continued to decay, which would create toxic gases that could be harmful to your very existence. The kidneys filter all of the blood flowing through the body, so I see this as a form of discernment. The kidneys keep the body in balance while discernment can help keep your life in balance. They are used to "filter" out things and situations that are not right for you.

Hệ tiết niệu chủ yếu được sử dụng để đào thải các chất cặn bã ra khỏi cơ thể cũng như giữ cho cơ thể ở trạng thái cân bằng. Nếu các chất cặn bã tồn đọng trong cơ thể và được phép tích tụ lại, chẳng khác nào bạn để rác chất đống ở trong nhà. Nó sẽ bắt đầu bốc mùi và tiếp tục phân hủy, điều này sẽ sản sinh ra các khí độc có thể gây hại cho sự tồn tại của bạn. Thận lọc toàn bộ lượng máu đã đi khắp cơ thể nên tôi xem đây là một hình thức để phán đoán rất tốt. Thận giữ cho cơ thể cân bằng trong khi khả năng phán đoán có thể giúp cuộc sống của bạn cân bằng. Chúng được sử dụng để "lọc" ra những điều và tình huống không phù hợp với bạn.

If something is wrong in this system (ie. Kidneys, bladder, ureters, etc.), it can be indicating an issue with letting go of a toxic situation or waste in your life. Because this system or these organs deal with waste products and toxins like the colon and the liver, there will be similar meanings. If the problem you are having with any of these organs has to do with frequency of releasing (in other words, frequent urination or diarrhea with the colon), then the issue has to do with wanting

to get something out of your life. You really want to release this toxic situation. You know it's not good or healthy for you and you are trying to get it out. The opposite is true if you are having symptoms of inability to "go," then the message is that you are trying to hold on to a toxic or unhealthy situation. If there is an infection, that is again from not releasing what needs to be shed and it is showing you that this is not compatible with you and your life. The messages are loud and clear that the situation you are holding on to and not wanting to release is very unhealthy for you.

Nếu có điều gì đó bất ổn trong hệ thống này (ví dụ: thận, bàng quang, niệu quản, v.v.), nó có thể cho thấy vấn đề với việc loại bỏ chất thải trong cơ thể hoặc loại bỏ những tình huống xấu trong cuộc sống của bạn. Bởi vì hệ thống này hoặc các cơ quan này đều có nhiệm vụ xử lý các chất cặn bã và chất độc giống như đại tràng và gan, chúng sẽ có những ý nghĩa tương tự. Nếu bạn đang gặp phải vấn đề với bất kỳ cơ quan nào trong số này liên quan đến tần suất bài tiết (nói cách khác, đi tiểu thường xuyên hoặc tiêu chảy), thì sẽ liên quan đến việc bạn muốn loại bỏ một thứ gì đó trong cuộc sống. Bạn thực sự muốn thoát khỏi những tình huống xấu này. Bạn biết nó không tốt hoặc nó đang ảnh hưởng tới sức khỏe của mình, cho nên bạn đang cố gắng loại bỏ nó. Ngược lại, nếu bạn đang có các triệu chứng khiến cơ thể không thể bài tiết, thì thông điệp là bạn đang cố gắng níu kéo một vấn đề/tình huống xấu hoặc không lành mạnh. Nếu bị nhiễm trùng, tức là không giải phóng được những điều cần loại bỏ và nó cũng cho thấy điều này không tương thích với bạn và cuộc sống của bạn. Các thông điệp chỉ rõ rằng vấn đề bạn đang giữ bên mình, không tìm cách để giải quyết đều không lành mạnh đối với bạn.

Kidney/Liver Disorders – Firstly, rid the body of deadly toxins/poisons. Secondly, what are you trying to get out of your life? What is poisoning your life?

Rối loạn chức năng thận/gan – Điều đầu tiên, loại bỏ độc tố/chất độc chết người ra khỏi cơ thể bạn. Thứ hai, bạn đang cố gắng thoát khỏi điều gì? Điều gì đang đầu độc cuộc sống của chính bạn?

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Chương

19 Luân xa

Luân xa

Tôi đang được theo dõi và điều trị theo quy trình Atlasprofilax trong một chuyến đi đến Anh. AtlasPROfilax® là một phương pháp xoa bóp nhẹ nhàng để chăm sóc thần kinh cột sống, được áp dụng cho phần cơ ngắn ở cổ – cơ chằm – cơ giữ đốt sống C1 (Atlas) tại đúng vị trí. Mục đích của nó là đưa đốt sống C1 về vị trí chính xác một cách an toàn và bền lâu chỉ bằng một phương pháp. Rõ ràng các bộ phận và toàn bộ hệ thống bắt đầu hoạt động hết khả năng của nó. Phương pháp này được phát triển bởi R. C. Schumperli từ năm 1993 đến năm 1996. Phương pháp này không dành cho tất cả mọi người. Tôi cảm thấy bất ngờ và thu hút nên quyết định thực hiện phương pháp này. Trong quá trình này, tôi được phát hiện một số vấn đề còn sót lại ở vùng lưng giữa/cột sống. Tôi luôn tìm kiếm thông điệp cơ bản của mọi thứ đang xảy ra, cho nên tôi bắt đầu tự hỏi bản thân rằng vấn đề ở vị trí đó đại diện cho điều gì. Đây là một khu vực của lưng mà tôi chưa tìm hiểu được.

Chakras

I was receiving a follow-up treatment to an atlas profilax procedure while on one of my trips to England. An AtlasPROfilax® is a strategic and non-chiropractic massage which is applied to the short musculature of the neck of the soft-tissue that holds the Atlas in place. Its purpose is to safely and permanently return the Atlas bone to its correct position in only one application. Old patterns clear and

the entire system begins to function to its fullest potential. The revolutionary method was developed by R. C. Schumperli between 1993 and 1996. This is not for everyone. It resonated with me and I felt drawn to get the procedure. During this procedure, I was found to have some residual issues in the mid- back/spine area. I am always looking for the underlying message of everything that happens, so naturally I started asking "myself" what that area represented. This is an area of the back that had been eluding me.

I got messages for the low and upper backs, but so far, nothing for the mid-back. As I asked what this could be, I received the message, "Remember the chakras." So I started thinking, what chakra is around here? Then I realized the solar plexus chakra is directly across from this section of the back. I was then reminded that this chakra is about one's personal power. Then as I thought it out, I was told this is a matter of stepping into my personal power and my resistance to it. That made so much sense! I was then told that I needed to incorporate the chakras into this book as they play a very important role in understanding the messages being delivered by the body.

Tôi đã nhận được thông điệp cho phần lưng dưới và lưng trên, nhưng cho đến nay, không có thông điệp gì cho phần lưng giữa. Khi tôi hỏi thông điệp này có thể là gì, tôi nhận được câu trả lời, "Hãy nhớ đến các luân xa." Cho nên, tôi bắt đầu nghĩ, luân xa nào ở đây? Tiếp đó, tôi nhận ra luân xa đám rối mặt trời nằm ngay đối diện với phần này của lưng. Tôi tiếp tục được nhắc nhở rằng luân xa này là năng lực cá nhân của mỗi người. Sau khi suy nghĩ, tôi biết được rằng, các vấn đề ở đây thể hiện khả năng phát huy năng lực cá nhân và sự phản kháng của tôi đối với năng lực đó. Điều đó rất có ý nghĩa! Tôi nhận được thông điệp rằng tôi cần phải đưa các luân xa vào cuốn sách này vì chúng đóng một vai trò rất quan trọng trong việc thấu hiểu các thông điệp mà cơ thể truyền tải.

I'm not very knowledgeable about chakras. I know the basic seven, what color they are and roughly what each one is about. So I had to do some research if I

was going to write anything intelligent about the subject. I looked at everything I could find on the Internet so I could shed some light on this and figure how chakras enter into this way of thinking and healing. I know it is important that the chakras are in balance and spinning, but what does that really mean?

Tôi không có nhiều am hiểu về luân xa. Tôi biết bảy luân xa cơ bản, chúng có màu gì và chức năng của chúng. Vì vậy, tôi phải thực hiện một số nghiên cứu nếu có ý định viết bất cứ điều gì về chủ đề này. Tôi đã xem xét mọi thứ có thể tìm thấy trên Internet để có thể làm sáng tỏ điều đó, và tìm ra cách mà các luân xa xâm nhập vào quá trình suy nghĩ và chữa lành này. Tôi biết điều quan trọng là các luân xa phải ở trạng thái cân bằng và các bánh xe luân xa phải luôn quay tròn, nhưng điều đó thực sự có ý nghĩa gì?

I was astounded by what I found. It amazes me how intertwined all of this is. I found some sites that broke down the information for each chakra in such a way as to show what body parts they affect and what physical dysfunctions you might see when they are out of balance. I will show you in a minute what I mean, but right now I will give some basic, introductory information on what a chakra is and what it does.

Tôi đã rất kinh ngạc bởi những gì mình tìm thấy. Nó làm tôi ngạc nhiên bởi cách mà tất cả những điều này liên kết lại với nhau. Tôi đã tìm thấy một số trang web chia nhỏ thông tin về từng luân xa, nhằm mục đích thể hiện bộ phận cơ thể mà chúng ảnh hưởng tới, và những rối loạn về thể chất nếu chúng mất cân bằng. Tôi sẽ trình bày điều đó sau, còn ngay bây giờ tôi sẽ cung cấp một số thông tin cơ bản, giới thiệu về luân xa là gì và cách nó hoạt động như thế nào.

The study of chakras is very old. They are first mentioned in the Vedas, ancient Hindu texts of knowledge. The subject can be very detailed and complicated, but we do not need that much information in order to understand their roles here.

There are volumes of information as well as countless classes being taught on the subject if you would like to delve into this further.

Việc nghiên cứu về luân xa đã có từ rất lâu. Lần đầu tiên chúng được đề cập đến trong kinh Veda, văn bản tri thức của người Hindu cổ đại. Nội dung có thể rất chi tiết và phức tạp, nhưng ở đây, để hiểu được vai trò của chúng, ta không cần nhiều thông tin như vậy. Nếu bạn muốn đi sâu hơn vào vấn đề này thì có rất nhiều thông tin cũng như vô số lớp học được giảng dạy về nó mà bạn có thể tham khảo.

As defined in About.com – Holistic Healing by Phylameana lila Desy :

Chakras are our energy centers. They are the openings for life energy to flow into and out of our aura. Their function is to vitalize the physical body and to bring about the development of our self-consciousness. They are associated with our physical, mental and emotional interactions. There are seven major chakras. The first (root) actually hangs outside of your body. It is located between your thighs, about half way between your knees and your physical body. The seventh chakra (crown) is located on the top of your head. The remaining chakras (sacral, solar plexus, heart, throat, and third eye), are aligned in sequence along your spine, neck and skull. The chakras look similar to funnels with petal-like openings. Chakras are invisible to the human eye, but they can be perceived intuitively by trained energy workers.

Như được định nghĩa trong About.com – Chữa lành toàn diện bởi tác giả Phylameana lila Desy:

Luân xa là trung tâm năng lượng của con người. Chúng là những khe hở để năng lượng sống chảy vào và thoát ra khỏi hào quang (trường năng lượng) của chúng ta. Chức năng của chúng là mang lại sức sống cho thể xác và mang lại sự phát triển về ý thức của chúng ta. Chúng liên quan đến thể chất, tinh thần và tương tác với cảm xúc của chúng ta. Có bảy luân xa chính. Luân xa số 1 (luân xa gốc)

thực tế thì nó treo bên ngoài cơ thể của bạn. Nó nằm giữa đùi, phần giữa đầu gối và cơ thể của bạn. Luân xa thứ bảy (luân xa vương miện) nằm trên đỉnh đầu. Các luân xa còn lại (xương cụt, đám rối mặt trời, tim, cuống họng và con mắt thứ ba), được sắp xếp theo trình tự dọc theo cột sống, cổ và hộp sọ của bạn. Các luân xa trông tương tự như hình phễu với các lỗ mở giống như cánh hoa. Các luân xa không thể nhìn thấy bằng mắt người, nhưng chúng có thể được nhận biết bằng trực giác bởi những người có tần số năng lượng cao.

The aura is the energy field around each individual. We all have these energy fields and these chakras are the different points at which the energy flows in and out. When you are ill or have low energy, it is certain that one or more your chakras is not functioning at optimal capacity. It is not the illness that caused this, but rather the low flow of energy for whatever reason that is causing the illness. There are many things that can cause a reduction in the energy flow and I will discuss those a little later in this chapter.

Hào quang là trường năng lượng xung quanh mỗi cá nhân. Mỗi chúng ta đều có những trường năng lượng này và những luân xa là những vị trí khác nhau mà tại đó năng lượng đổ vào hoặc thoát ra khỏi cơ thể. Khi bạn bị ốm hoặc có nguồn năng lượng thấp, chắc chắn rằng một hoặc nhiều luân xa của bạn không hoạt động ở công suất tối ưu. Không phải bệnh tật khiến bạn bị mất năng lượng, mà do năng lượng thấp (vì bất cứ lý do gì đó) đang gây ra bệnh tật cho bạn. Có rất nhiều nguyên nhân có thể khiến dòng năng lượng vào cơ thể bị giảm và tôi sẽ thảo luận về những điều đó ở phần sau của chương này.

Heather Stuart has this to say in her book, "How to Hear Source in the Supermarket."

If your chakras are out of alignment or clogged-up, then there are usually some physical symptoms which accompany this imbalance. These imbalances may develop temporarily or they may become chronic. They may come from current

situations, family, culture, past lives or other old baggage that you're still hanging on to. Your chakra may be deficient or over-active. Think of a depressed person who has slumped shoulders—their heart chakra may be under-active throat chakra may be in excess or over-active.

Heather Stuart có nhắc đến điều này trong cuốn sách của cô ấy, "Làm thế nào để nghe thấy Nguồn khi ở trong siêu thị."

Nếu các luân xa của bạn bị lệch hoặc bị tắc nghẽn, thì thường có một số triệu chứng về thể chất đi kèm với sự mất cân bằng này. Sự mất cân bằng này có thể phát triển một cách tạm thời hoặc chúng có thể trở thành mãn tính. Chúng có thể đến từ hoàn cảnh hiện tại, gia đình, văn hóa, tiền kiếp hoặc những gánh nặng cũ mà bạn vẫn đang đeo bám. Luân xa của bạn có thể bị trì trệ hoặc hoạt động quá mức. Hãy nghĩ về một người bị trầm cảm, có đôi vai sụp xuống – luân xa tim của họ có thể đang hoạt động kém, còn luân xa cổ họng có thể đang hoạt động quá mức.

Crystalinks.com (metaphysics and science website) has this to say about chakras.

Chakra means wheel in Sanskrit. Consciousness and energy move from one frequency to another in spiraling fashion. The body has energy centers that look like spinning wheels and are called Chakras. They allow energy to flow from one part of the body to another. As with all things in our reality, they are linked to sound, light and color. To heal, is to bring the chakras into alignment and balance and then understand the nature of creation and your purpose in it.

Crystalinks.com (trang web siêu hình học và khoa học) có nói điều này về luân xa.

Chakra (Luân xa) có nghĩa là bánh xe trong tiếng Phạn. Ý thức và năng lượng di chuyển từ tần số này sang tần số khác theo kiểu xoắn ốc. Cơ thể có các trung tâm năng lượng trông giống như bánh xe đang quay và được gọi là các Luân xa. Chúng cho phép năng lượng truyền từ phần này sang phần khác của cơ thể. Như tất cả mọi thứ trong thực tế, chúng cũng được liên kết với âm thanh, ánh sáng và màu sắc. Chữa lành, là đưa các luân xa vào sự liên kết và cân bằng, sau đó hiểu được bản chất của tạo hóa và mong muốn của bạn trong quá trình đó.

As you can see, it is very important to engage in the process. Sometimes it's like being a detective, figuring out what each thing is trying to tell you.

Như bạn có thể thấy, điều quan trọng nhất là bạn phải tham gia vào quá trình này. Đôi khi nó khiến bạn trở thành một thám tử, để tìm ra từng thông điệp đang cố gắng truyền tải tới bạn.

[Per reiki-for-holistic-health.com](http://Per-reiki-for-holistic-health.com):

The chakras are constantly rotating and vibrating. The activities in them influence our: Body shape, Glandular processes, Chronic physical ailments, Thoughts, and Behavior. When one (or more) of the chakras is blocked and the energy does not flow harmoniously through them, or it is wide open, it will result in imbalance that is manifested in all areas of life. Each chakra is expressed on the physical body in one of the endocrine glands that regulate physical and emotional processes in the body. The imbalance in the chakra will also be expressed in the endocrine gland linked to it.

Theo reiki-for-holistic-health.com (Phương pháp trị liệu reiki cho sức khỏe toàn diện):

Các luân xa liên tục quay và rung động. Các hoạt động đó của luân xa đang ảnh hưởng đến chúng ta: Hình dạng cơ thể, quá trình tạo hormone của các tuyến,

bệnh thể chất mãn tính, suy nghĩ và hành vi. Khi một (hoặc nhiều) luân xa bị tắc nghẽn và năng lượng không được lưu thông một cách hài hòa qua chúng, hoặc khi luân xa bị mở rộng, sẽ dẫn đến sự mất cân bằng thể hiện trong mọi lĩnh vực của cuộc sống. Mỗi luân xa được thể hiện trên cơ thể tại một trong những tuyến nội tiết điều chỉnh các quá trình vật lý và cảm xúc con người. Sự mất cân bằng trong luân xa cũng sẽ được thể hiện trong tuyến nội tiết liên kết với nó.

This is the part I found so fascinating. Each of the chakras is associated with one of the endocrine glands which is associated with different body parts and physical functions. We knew the parts of the bodies were giving messages, but now we can link the chakras and endocrine system to the same messages. This validates the entire messaging system!

Đây là phần tôi thấy rất hấp dẫn. Mỗi luân xa liên quan đến một trong những tuyến nội tiết và liên quan đến các bộ phận cơ thể với những chức năng vật lý khác nhau. Chúng ta biết các bộ phận của cơ thể đang đưa ra thông điệp, và bây giờ chúng ta có thể liên kết các luân xa và hệ thống nội tiết với cùng một thông điệp. Điều này xác nhận toàn bộ hệ thống thông điệp!

There are seven main chakras that are located along the central line of the body, from the base of the spine to the top of the head.

Có bảy luân xa chính nằm dọc theo đường trung tuyến của cơ thể, từ gốc cột sống đến đỉnh đầu.

The First or Root Chakra (red)

This chakra is located at the base of the spine and it has as its central issue: survival, stability, acceptance, self- preservation, deep-rootedness, perception, grounding, fear and safety. The root chakra is powerfully related to our contact with the Earth, providing us with the ability to be grounded into the earth plane.

This is also the center of manifestation. When you are trying to make things happen in the material world, business or material possessions, the energy to succeed will come from this first chakra. The body parts for this root chakra include the hips, legs, lower back, and sexual organs (men). The endocrine glands associated with it are the Sexual and Adrenal glands.

Luân xa số 1 hoặc luân xa gốc (màu đỏ)

Luân xa này nằm ở đáy cột sống và nó là trung tâm của những vấn đề: tồn tại, ổn định, chấp nhận, bảo vệ bản thân, thâm căn cố đế, nhận thức, nền tảng, sợ hãi và an toàn. Luân xa gốc liên quan mạnh mẽ đến sự tiếp xúc của chúng ta với Trái đất, giúp chúng ta có khả năng kết nối với hành tinh mang tên Trái Đất. Đây cũng là trung tâm của khả năng tạo ra hiện thực cho chính bạn. Khi bạn đang cố gắng tạo ra mọi thứ trong thế giới vật chất, kinh doanh hoặc tạo ra của cải vật chất, năng lượng để thành công sẽ đến từ luân xa số 1 này. Các bộ phận cơ thể liên quan đến luân xa gốc này bao gồm hông, chân, lưng dưới và cơ quan sinh dục (nam giới). Các tuyến nội tiết liên quan đến nó là tuyến sinh dục và tuyến thượng thận.

The physical dysfunctions associated with the imbalance of this chakra are: frequent illness, disorders of the bowel, large intestine, problems with legs, feet, base of spine (chronic low back pain, sciatica), eating disorders, fearfulness, being anxious, insecure and frustrated. Problems like obesity, anorexia nervosa, and knee troubles can occur.

Các rối loạn chức năng trong cơ thể liên quan đến sự mất cân bằng của luân xa này là: thường xuyên đau ốm, rối loạn tiêu hóa, vấn đề về ruột già, các vấn đề về chân, bàn chân, cột sống (đau thắt lưng mãn tính, đau thần kinh tọa), rối loạn ăn uống, sợ hãi, lo lắng, bất an và thất vọng. Cũng có thể xảy ra các vấn đề như béo phì, chán ăn tâm thần và các vấn đề về đầu gối.

The possible messages from this chakra could be: base of the spine = base of the issue; stability. Legs and feet = deep rootedness; fear to move; inability to ground. Large intestine problems/eating disorders = acceptance; survival; holding on or eliminating something from the life.

Các thông điệp từ luân xa này có thể là: gốc của cột sống = cơ sở của vấn đề; sự ổn định. Chân và bàn chân = sự bám rễ sâu; sợ di chuyển; không có khả năng đứng vững trên đôi chân. Các vấn đề về ruột già/rối loạn ăn uống = sự chấp nhận, sự sống còn; khả năng nắm giữ hoặc loại bỏ điều gì đó khỏi cuộc sống.

The Second or Sacral Chakra (orange)

This chakra is located two inches below the navel and has as its central issue: sexuality, emotions, financial, creativity, codes of honor and ethics. It governs people's sense of self-worth, their confidence in their own creativity, and their ability to relate to others in an open and friendly way. The body parts for this chakra include the sexual organs (women), kidneys, bladder, and large intestine. The endocrine gland associated with it is the Pancreas.

Luân xa thứ hai hoặc luân xa xương cụt (màu cam)

Luân xa này nằm dưới rốn hai inch và là trung tâm của những vấn đề: tình dục, cảm xúc, tài chính, sáng tạo, quy tắc danh dự và đạo đức. Nó chi phối sự nhận thức về giá trị bản thân của mọi người, sự tự tin vào khả năng sáng tạo của họ và khả năng giao thiệp với những người khác một cách cởi mở và thân thiện. Các bộ phận cơ thể liên quan đến luân xa này bao gồm cơ quan sinh dục (phụ nữ), thận, bàng quang và ruột già. Các tuyến nội tiết liên quan đến nó là tuyến tụy.

The physical dysfunctions associated with the imbalance or blockage of this chakra are: sexual dysfunctions; dysfunctions of the reproductive organs, spleen, urinary system; loss of appetite for food, sex, life; chronic lower back pain,

sciatica; feeling emotionally explosive or manipulative; kidney weakness; constipation; and muscle spasms.

Các rối loạn chức năng của cơ thể liên quan đến sự mất cân bằng hoặc tắc nghẽn của luân xa này là: rối loạn chức năng tình dục, rối loạn chức năng của cơ quan sinh sản, lá lách, hệ thống tiết niệu, chán ăn, tình dục, sức sống, đau lưng dưới mãn tính, đau thần kinh tọa, cảm thấy bùng nổ cảm xúc, thận yếu, táo bón, và co thắt cơ.

The abdomen is where we tend to hold our emotions – they become blocked and create intestinal problems. The kidneys, intestines, bladder are all used to eliminate waste and toxins from the body= dysfunctions here indicate a desire to be rid of a toxic situation or some type of toxins from one's life. Constipation is indicative of holding on to some situation and not being able to let go.

Bụng là nơi chúng ta có xu hướng giữ lại cảm xúc của mình – chúng bị tắc nghẽn và tạo ra các vấn đề về đường ruột. Thận, ruột, bàng quang đều có chức năng loại bỏ chất thải và độc tố khỏi cơ thể = rối loạn chức năng ở vùng này biểu thị mong muốn thoát khỏi tình huống xấu trong cuộc sống hoặc đào thải một số độc tố khỏi cơ thể của con người. Táo bón là biểu hiện của sự cố gắng thoát khỏi một số tình huống nhưng không thể buông bỏ.

The Third or Solar Plexus Chakra (yellow)

This chakra is located two inches below the breastbone in the center behind the stomach. The third chakra is the center of personal power, the place of ego, of passions, impulses, anger and strength. The body parts for this chakra include the stomach, liver, gall bladder, pancreas, and small intestine. The endocrine glands associated with it are the Pancreas and the Adrenal.

Luân xa thứ ba hoặc luân xa đám rỗi mặt trời (màu vàng)

Luân xa này nằm dưới xương ức hai inch ở trung tâm phía sau dạ dày. Luân xa thứ ba là trung tâm của quyền lực cá nhân, lòng tự trọng, của những đam mê, xung động, giận dữ và sức mạnh. Các bộ phận cơ thể liên quan đến luân xa này bao gồm dạ dày, gan, túi mật, tuyến tụy và ruột non. Các tuyến nội tiết liên quan đến nó là tuyến tụy và tuyến thượng thận.

When this chakra is out of balance or blocked you may lack confidence, be confused, worry about what others think, feel others are controlling your life, and may be depressed. Physical problems may include digestive difficulties, colon and intestinal problems, anorexia or bulimia, pancreatitis, liver problems, diabetes, nervous exhaustion, and food allergies.

Khi luân xa này bị mất cân bằng hoặc bị tắc nghẽn, có thể bạn đang thiếu tự tin, bối rối, lo lắng về những gì người khác nghĩ, cảm thấy người khác đang kiểm soát cuộc sống của bạn và có thể bị trầm cảm. Các vấn đề về thể chất có thể bao gồm khó tiêu, các vấn đề về ruột và đại tràng, biếng ăn hoặc chứng cuồng ăn, viêm tụy, các vấn đề về gan, tiểu đường, suy nhược thần kinh và dị ứng thực phẩm.

Again, since this is in the abdominal area where we carry and hold emotions, the messages might be about releasing the emotions held in this area. Also, to step into your personal power and not give it away. Mid- back pain could represent a conflict within your own perception of your power.

Một lần nữa, vì đây là khu vực vùng bụng nơi chúng ta mang theo và lưu giữ cảm xúc, các thông điệp có thể là bạn cần phải giải phóng những cảm xúc được giữ trong khu vực này. Ngoài ra, bạn cần phát huy năng lực cá nhân của mình và không để chúng mất đi. Đau lưng giữa có thể thể hiện sự xung đột trong nhận thức của chính bạn về sức mạnh của mình.

The Fourth or Heart Chakra (green)

This chakra is located behind the breastbone in front and on the spine between the shoulder blades in back. This is the center or seat of the emotions. It is the center for love, compassion and spirituality. This center directs one's ability to love themselves and others, to give and receive love. This is also the chakra connecting body and mind with spirit. The body parts for this chakra include the heart, lungs, circulatory system, shoulders, and upper back. The endocrine gland associated with it is the Thymus gland.

Luân xa thứ tư hoặc luân xa tim (màu xanh lá cây)

Luân xa này nằm sau xương ức, phía trước trên cột sống và giữa hai bả vai sau. Đây là trung tâm hoặc là vị trí của cảm xúc. Nó là trung tâm của tình yêu, lòng trắc ẩn và tâm linh. Trung tâm này hướng một người đến khả năng yêu thương bản thân và những người khác, cho đi và nhận lại tình yêu. Đây cũng là luân xa kết nối cơ thể và tâm trí với tinh thần. Các bộ phận cơ thể liên quan đến luân xa này bao gồm tim, phổi, hệ tuần hoàn, vai và lưng trên. Tuyến nội tiết liên quan đến nó là tuyến ức.

When this chakra is out of balance or blocked, you may feel sorry for yourself, paranoid, indecisive, afraid of letting go, afraid of getting hurt, or unworthy of love. Some of the physical dysfunctions associated with this imbalanced situation are: disorders of the heart, lungs, thymus, breast, arms, asthma, allergy, circulation problems, immune system deficiency, and tension between the shoulder blades.

Khi luân xa này bị mất cân bằng hoặc bị tắc nghẽn, có thể bạn đang cảm thấy có lỗi với bản thân, hoang tưởng, thiếu quyết đoán, sợ phải buông tay, sợ bị tổn thương hoặc sợ không xứng đáng với tình yêu. Một số rối loạn thể chất liên quan đến tình trạng mất cân bằng này là: rối loạn tim, phổi, tuyến ức, vú, cánh tay, hen suyễn, dị ứng, các vấn đề về tuần hoàn, suy giảm hệ thống miễn dịch và căng cơ giữa các bả vai.

The heart is the seat of the emotions and where we feel love. Problems with the heart indicate a lack of love in one's life or lack of love for life. The lungs are in this region and indicate a fear to live life. The lungs represent the breath of life, so problems in this area can indicate a restriction in living. The type of problem will give an indication of what the message is. There is a lot of fear when the lungs are involved.

Trái tim là nơi chứa đựng những cảm xúc và là nơi để chúng ta cảm nhận được tình yêu. Các vấn đề về tim cho thấy sự thiếu thốn tình yêu thương trong cuộc sống, hoặc thiếu tình yêu đối với cuộc sống. Phổi cũng nằm trong khu vực này và vấn đề về phổi cho thấy nỗi sợ khi phải tiếp tục sống. Phổi đại diện cho hơi thở của sự sống, vì vậy các vấn đề ở phổi có thể cho thấy sự hạn chế trong sinh hoạt. Tùy thuộc vào từng loại của vấn đề sẽ cho ta biết những thông điệp tương ứng. Có rất nhiều nỗi sợ được thể hiện bởi những vấn đề liên quan đến phổi.

The Fifth or Throat Chakra (blue)

This fifth chakra is located in the V of the collarbone at the lower neck and is the center of communication, sound and expression of creativity via thought, speech, and writing. The body parts for the fifth chakra are the throat, neck, teeth, ears, and thyroid gland. The endocrine glands associated with it are the Thyroid and Parathyroid.

Luân xa thứ năm hoặc luân xa cuống họng (màu xanh lam)

Luân xa thứ năm này nằm ở khu vực chữ V của xương đòn cổ dưới và là trung tâm của giao tiếp, âm thanh và thể hiện sự sáng tạo thông qua suy nghĩ, lời nói và chữ viết. Các bộ phận cơ thể liên quan đến luân xa thứ năm là họng, cổ, răng, tai và tuyến giáp. Các tuyến nội tiết liên quan đến nó là Tuyến giáp và Tuyến cận giáp.

When this chakra is blocked or out of balance, you may want to hold back, feel timid, be quiet, feel weak, or can't express your thoughts. Physical illnesses or ailments include: thyroid problems, ear infections and problems, raspy throat, chronic sore throat, mouth ulcers, gum difficulties, scoliosis, laryngitis, swollen glands, headaches, pain in the neck and shoulders.

Khi luân xa này bị tắc nghẽn hoặc mất cân bằng, có thể bạn đang muốn kiềm chế, cảm thấy tự ti, im lặng, yếu đuối hoặc không thể bày tỏ suy nghĩ của mình. Các bệnh liên quan đến thể chất bao gồm: các vấn đề về tuyến giáp, nhiễm trùng tai, khàn giọng, đau họng mãn tính, loét miệng, viêm nướu, cong vẹo cột sống, viêm thanh quản, sưng hạch, đau đầu, đau cổ và vai.

Anything in this area indicates a need to speak out or tell one's truth. There is something you need to say, but are afraid to.

Bất kỳ vấn đề gì trong khu vực này đều thể hiện nhu cầu được nói hoặc nói ra sự thật của một người. Có điều gì đó bạn cần phải nói ra, nhưng lại e sợ, không dám mở miệng.

The Sixth or Third Eye Chakra (dark blue)

The sixth chakra is located above the psychic eyes on the center of the forehead. This is the center for physical ability, higher intuition, the energies of spirit and light. Through the power of the sixth chakra, you can receive guidance, channel, and tune into your Higher Self. The body parts of this chakra include: the eyes, face, brain, lymphatic and endocrine system. The endocrine glands associated with it are the Pituitary and the Pineal glands.

Luân xa thứ sáu hoặc con mắt thứ ba (màu xanh lam đậm)

Luân xa thứ sáu nằm phía trên mắt thần ở giữa trán. Đây là khu vực trung tâm của khả năng thể chất, trực giác cấp cao, năng lượng của tinh thần và ánh sáng. Thông qua sức mạnh của luân xa thứ sáu, bạn có thể nhận được hướng dẫn, chương trình và hòa hợp với siêu thức của mình. Các bộ phận cơ thể liên quan đến luân xa này bao gồm: mắt, mặt, não, hệ bạch huyết và nội tiết. Các tuyến nội tiết liên quan đến nó là tuyến yên và tuyến tùng.

When the sixth chakra is blocked or out of balance you may feel non-assertive, afraid of success, or go the opposite way and be egotistical. Physical symptoms or dysfunctions include: headaches; eye and ear disease; nose and sinus problems; brain tumor; neurological disturbances; seizures; learning difficulties.

Khi luân xa thứ sáu bị tắc nghẽn hoặc mất cân bằng, bạn có thể cảm thấy mình không có khả năng quyết đoán, sợ thành công, hoặc tự ti. Các triệu chứng cơ thể hoặc rối loạn chức năng liên quan bao gồm: nhức đầu; bệnh về mắt và tai; các vấn đề về mũi và xoang; u não; rối loạn thần kinh; co giật; khó khăn trong học hỏi.

This covers the eyes and ears which indicate not wanting to see or hear something. Also the nose, sinus, and brain are covered here indicating something very close to you (maybe yourself), is applying pressure or deadlines. The brain can represent anger or resentment at others' spiritual and intuitive development, or your lack or delay in growth or what you "expected" to happen. Please remember, this is not a race in spiritual development. We are all developing at our own paces and with our own gifts and abilities.

Luân xa này bao phủ mắt và tai thể hiện bạn không muốn nhìn hoặc nghe thấy điều gì đó. Ngoài ra, mũi, xoang và não cũng được bao phủ ở đây cho thấy một cái gì đó rất gần gũi với bạn (có thể là chính bạn), đang gây áp lực hoặc đặt ra thời hạn cho chính mình. Bộ não có thể đại diện cho sự tức giận hoặc bất bình trước sự phát triển về tinh thần và trực giác của người khác, cũng có thể là sự

thiếu hụt hoặc chậm phát triển của bản thân bạn hoặc nó thể hiện những điều bạn mong đợi sẽ xảy ra. Xin hãy nhớ rằng, đây không phải là một cuộc chạy đua trong việc phát triển tâm linh. Tất cả chúng ta đều đang phát triển với tốc độ của riêng mình, với năng khiếu và khả năng của riêng mình.

The Seventh or Crown Chakra (purple)

This chakra is located just behind the top of the skull. It is the center of spirituality, enlightenment, dynamic thought and energy. It allows for the inward flow of wisdom, and brings the gift of cosmic consciousness.

Luân xa thứ bảy hoặc luân xa vương miện (màu tím)

Luân xa này nằm ngay phía sau đỉnh hộp sọ. Nó là trung tâm của tâm linh, giác ngộ, nghị lực và năng lượng. Nó cho phép dòng chảy bên trong của trí tuệ, và mang lại món quà của ý thức vũ trụ.

When the crown chakra is blocked or out of balance, there may be a constant sense of frustration, no spark of joy, and destructive feelings. Illnesses may include migraine headaches and depression; as well as, energetic disorders; brain tumors; amnesia; and sensitivity to light, sound and other environmental factors.

Khi luân xa vương miện bị tắc nghẽn hoặc mất cân bằng, có thể bạn đang có cảm giác thất vọng liên tục, không có niềm vui và cảm giác bị hủy hoại. Những căn bệnh liên quan có thể bao gồm đau nửa đầu và trầm cảm, rối loạn năng lượng; u não; chứng hay quên; và nhạy cảm với ánh sáng, âm thanh và các yếu tố môi trường khác.

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Chương 20 Tai nạn

Tai nạn

Tai nạn không bao giờ là ngẫu nhiên. Cũng giống như bệnh tật, chúng đang cố gắng truyền tải những thông điệp. Nếu không nghe thấy các thông điệp được gửi đến theo bất kỳ hình thức nào, bạn sẽ phải thực hiện các biện pháp quyết liệt hơn để truyền đạt thông điệp cho chính mình. Đó có lẽ là một thông điệp quan trọng và bạn cảm thấy mình phải dùng đến các biện pháp cuối cùng này. Có thể bạn là người siêu bướng bỉnh và yêu cầu những thông điệp mạnh mẽ hơn.

Accidents

Accidents are never accidents. They are just like illnesses in that they are trying to deliver messages. If you are not hearing the messages being delivered in any other way, you will find more drastic measures to get the word to yourself. It is probably an important message if you feel you must resort to these measures. Maybe you are super "hard headed" and require stronger messages than a kind "tap on the shoulder."

Look at accidents in the same way as symptoms in the body as to what the message is that is trying to be delivered. I'm just now being told to call them "message incidents" rather than "accidents." Hmmm, that's interesting – completely says it as it is. Look at the part of the body that is being affected and that will start giving you your answers.

Hãy xem các tai nạn biểu hiện theo hình thức giống như cách các thông điệp đang cố gắng truyền đi thông qua những triệu chứng trên cơ thể. Tôi vừa được yêu cầu gọi chúng là "sự cố về thông điệp" chứ không phải "tai nạn". Hmm, điều đó thật thú vị – có thể nói đúng như cách vốn có của nó. Nhìn vào phần cơ thể đang bị ảnh hưởng và điều đó sẽ cho bạn câu trả lời.

Some of the different types of "accidents" people have are: slipping and falling, cuts and bruises, running into things, and slamming their fingers (or other body parts) in doors/windows/with hammers. I know there are probably many more you can think of, but these will suffice for now so you can see how this messaging works.

Một số loại "tai nạn" khác nhau mà con người thường gặp phải là: trượt và ngã, vết đứt và vết bầm tím, va vào đồ vật, va đập ngón tay (hoặc các bộ phận cơ thể khác) vào cửa ra vào/cửa sổ. Tôi biết có lẽ bạn có thể nghĩ ra nhiều thứ nữa, nhưng bây giờ những điều này sẽ đủ để bạn có thể thấy cách mà những thông điệp này hoạt động.

My first thought as I think about someone or myself slipping on something, is that of not feeling as though I am on solid ground. "The ground beneath me is slippery." Maybe also of not being committed to a certain course of action or direction.

Suy nghĩ đầu tiên xuất hiện trong đầu tôi khi thấy ai đó hoặc bản thân mình bị trượt chân, đó là cảm giác không giống như đứng trên một nền đất vững chắc. "Mặt đất dưới chân tôi trơn trượt." Cũng có thể là do không cam kết đi theo một hành động hoặc phương hướng nhất định.

Falling can be the loss of balance, or the ground or your foundation is not stable and you cannot stand on it. Maybe you are not feeling secure in your decisions. Like, "You don't have a leg to stand on." Wow – that one could work for several

things! See how literal these things are? It always amazes me! Just look at what is or was going on at the time of the incident to get a better understanding of the message.

Ngã có thể do mất sự cân bằng, mặt đất hoặc nền móng của bạn không vững chắc và bạn không thể đứng vững trên đó. Có thể bạn đang không yên tâm trong các quyết định của mình. Giống như không có chỗ đứng. Chà – điều đó có thể hiệu quả cho nhiều thứ! Hiểu những vấn đề này theo nghĩa đen như thế nào? Nó luôn làm tôi ngạc nhiên! Chỉ cần chú ý vào những gì đã hoặc đang diễn ra tại thời điểm xảy ra sự cố để hiểu rõ hơn về thông điệp.

Cuts can indicate a break in your barrier. Your skin is your body's protection and now it is open. It could also represent feeling vulnerable.

Các vết cắt có thể chỉ ra sự phá vỡ hàng rào của bạn. Da là cơ quan bảo vệ cơ thể của bạn và bây giờ nó đang bị hở. Nó cũng có thể đại diện cho cảm giác dễ bị tổn thương.

Running into things might be telling you to slow down and pay attention to where you are going; to details; to life in general. "They" say repeatedly to "stop and smell the roses – bring more joy into your lives." This might be another such message.

Va vào mọi thứ có thể là một yêu cầu để bạn giảm tốc độ và chú ý đến nơi bạn đang đi qua; đến từng chi tiết; đến cuộc sống nói chung. "Họ" nói liên tục để bạn "tận hưởng những niềm vui trong cuộc sống – tạo ra nhiều niềm vui hơn cho cuộc sống của bạn". Đây có thể là một thông điệp khác với ý nghĩa như vậy.

Slamming and smashing body parts really feels like their trying very hard to get your attention. As in some of the messages, "they" want you to stop and listen.

Maybe this is one of those types of messages. It might also be to slow down and pay attention as with the running into things.

Va đập, tổn thương các bộ phận của cơ thể cho thấy các bộ phận đó đang rất cố gắng để thu hút sự chú ý của bạn. Như trong một số thông điệp, "họ" muốn bạn dừng lại và lắng nghe. Có thể đây là một trong những loại thông điệp. Nó cũng có thể là sống chậm lại và chú ý như khi chạy va vào mọi thứ.

Many of our "message incidents" happen while we are in our automobiles. If you think about it, our car is our vehicle to get us from point A to point B. That is no different than what our body is doing for our soul. So no wonder we have messages being delivered in this fashion as well.

Nhiều "sự cố tin nhắn" xảy ra khi chúng ta đang ở trong ô tô của mình. Nếu bạn nghĩ về nó, chiếc xe của là phương tiện đưa chúng ta đi từ điểm A đến điểm B. Điều đó không khác những gì mà cơ thể đang làm cho linh hồn của chúng ta. Vì vậy, không có gì ngạc nhiên khi chúng ta cũng có những thông điệp được truyền tải theo cách này.

Being "rear ended" in your car is probably a message to "get moving." "You're stuck and not moving" – it's just trying to get you to move off of this place of indecision or non-movement. Sometimes we give ourselves so many options, we become afraid to take any of them and that is when we "get stuck." At these points, any movement is better than no movement. Once you start the energies moving (even if it is a wrong direction), you will be directed in the "right" direction since nothing can happen from a place of being "stuck." I heard a statement many years ago that has stayed with me all of this time. I don't always follow it, but I am reminded of it at this time. The statement is, "Rather than trying to make the 'right' decision, make a decision and then make it 'right.'" In other words, do something and with that movement, you will see what to do next. We only

become paralyzed with indecision when we are always trying to be right before we do anything.

Một vụ va chạm từ phía sau xe của bạn có thể là một thông điệp để di chuyển. “Bạn đang bị mắc kẹt và không thể di chuyển” – nó chỉ đang cố gắng giúp bạn rời khỏi nơi khiến bạn do dự hoặc không thể di chuyển này. Đôi khi chúng ta đưa ra cho mình quá nhiều lựa chọn, chúng ta trở nên sợ hãi khi thực hiện bất kỳ lựa chọn nào trong số đó và đó là lúc chúng ta gặp khó khăn. Tại thời điểm này, bất kỳ một chuyển động nào cũng sẽ tốt hơn là không chuyển động. Một khi bạn bắt đầu, các năng lượng chuyển động (ngay cả khi sai hướng), bạn sẽ được chỉ dẫn về đúng hướng vì không có gì có thể xảy ra từ một nơi bị “mắc kẹt”. Tôi đã nghe một tuyên bố cách đây nhiều năm và tôi đã ghi nhớ suốt thời gian qua. Không phải lúc nào tôi cũng thực hiện theo tuyên bố đó, nhưng lúc này tôi đang nhớ về nó. Tuyên bố đó là, “Thay vì cố gắng đưa ra quyết định ‘đúng’, hãy đưa ra quyết định và sau đó biến nó thành ‘đúng’.” Nói cách khác, hãy làm điều gì đó và với chuyển động đó, bạn sẽ thấy được mình sẽ phải làm gì tiếp theo. Chúng ta chỉ trở nên tê liệt khi chúng ta do dự, khi chúng ta luôn cố gắng phải “đúng” trước khi làm bất cứ điều gì.

Being hit “broad side” or from either side is probably a message that you are off track and need to shift or move to get back on track. I find many of the messages are of this nature. I think that is what we most want to do for ourselves is keep us “on track.” If you notice, this type of “accident” is not trying to stop us. It is just trying to get us to veer, indicating we’re a bit off track and need to be reminded to shift.

Bị tấn công trực diện hoặc từ một trong hai phía có thể là một thông báo rằng bạn đang đi chệch hướng và cần phải thay đổi hoặc di chuyển để trở lại đúng hướng. Tôi thấy nhiều thông điệp có tính chất này. Tôi nghĩ điều chúng ta muốn làm nhất cho bản thân là giữ cho bản thân “đi đúng hướng”. Nếu bạn để ý, loại “tai nạn” này không cố gắng ngăn cản chúng ta. Nó chỉ đang cố gắng thay đổi

hướng đi của chúng ta, cho chúng ta thấy mình đang đi chệch hướng và cần được nhắc nhở để thay đổi.

I would consider a "head on collision" to be one of trying to "stop" us on whatever path we are on.

Tôi sẽ coi "va chạm trực diện" là một trong những cố gắng "ngăn cản" chúng ta trên bất kỳ con đường nào mà chúng ta đang đi.

The severity of any of these "accidents" will tell the urgency of getting the message through. It is best to get the messages earlier than later as they will get increasingly severe until you finally "get it." We can be quite "hard headed" sometimes hence the need to have such strong messages. I'm hoping that if more people understand this communication system, we can alleviate the need for so many "messages."

Mức độ nghiêm trọng của bất kỳ "tai nạn" nào trong số này sẽ cho biết mức độ cấp thiết của vấn đề thông qua thông điệp. Tốt nhất là bạn nên nhận được những thông điệp sớm hơn vì chúng sẽ ngày càng trở nên nghiêm trọng cho đến cuối cùng khi bạn nhận được nó. Đôi khi có thể chúng ta khá "bướng bỉnh" do đó cần phải có những thông điệp mạnh mẽ như vậy. Tôi hy vọng rằng nếu nhiều người hiểu hệ thống liên lạc này hơn, chúng ta có thể giảm bớt nhu cầu về số lượng "thông điệp".

We can continue on this line of thinking with regards to vehicles being an extension of us and delivering messages. Let's think about some other things that happen to our cars.

Chúng ta có thể tiếp tục dòng suy nghĩ này và mở rộng ra với phương tiện của mình và hình thức truyền tải những thông điệp. Hãy nghĩ về một số điều khác xảy ra với ô tô của chúng ta.

My first thought is "flat tires." What happens when your car has a flat tire? It can't move. It's "stuck." This seems to be a common message. The right and left might indicate now or past incidents just as it does with the body. A "slow leak" on the tire can indicate a loss of momentum or a sluggish movement in your direction.

Suy nghĩ đầu tiên của tôi là "xẹp lốp." Điều gì xảy ra khi xe của bạn bị xẹp lốp? Nó không thể di chuyển. Nó bị kẹt. Đây dường như là một thông điệp phổ biến. Lốp xe bên phải và bên trái có thể chỉ ra các sự cố hiện tại hoặc trong quá khứ giống như đối với cơ thể. "Rò hơi" trên lốp xe có thể cho thấy sự mất đà hoặc chuyển động chậm chạp theo hướng của bạn.

A few other things that happen to cars is: not being able to see out the front due to faulty wiper blades; loss of momentum due to an oil leak; loss of "grip" on the road and slipping on the road due to bald tires; inability to stop when needed due to bad or no brakes; inability to "go" because you have run out of gas; being stopped and not able to move because the transmission "falls out." The list can go on and on, but I hope you get the idea of how closely related these are. It might help to understand what is happening in your own body if you look at the car and then compare. In this way you will be more objective which enables you to understand things more clearly with all emotion removed.

Một vài điều khác thường xảy ra với ô tô là: không thể nhìn lên phía trước do cần gạt nước bị lỗi; mất đà do rò rỉ dầu; mất khả năng ma sát và trượt ngã trên đường do lốp bị mòn; không có khả năng dừng khi cần thiết do phanh kém hoặc không có; không thể di chuyển vì bạn đã hết xăng; bị dừng lại và không thể di chuyển vì mất định vị GPS. Những vấn đề này có thể tiếp tục lặp đi lặp lại, nhưng tôi hy vọng bạn hiểu được mức độ liên quan chặt chẽ của chúng. Bạn có thể hiểu được điều gì đang xảy ra trong cơ thể mình nếu bạn nhìn vào chiếc xe và sau đó so sánh. Bằng cách này, bạn sẽ có cái nhìn khách quan hơn, giúp bạn hiểu mọi thứ rõ ràng hơn và loại bỏ mọi cảm xúc.

I am reminded of two different clients that came in for sessions with Dolores. Each had an "accident" and wanted to know the reason for it. The first man's arm was severed when he was in school and playing with rockets in a science project. It was found during the session that he was heavily into sports and was very good. He was so good; he was headed down the path to go into professional sports. That was not the path he had set out for himself, so the best or only way to get him onto the path of choice for him was to remove the ability to use that arm which would stop the opportunity to continue in sports.

Tôi nhớ đến hai vị thân chủ đã đến tham gia các phiên thôi miên với Dolores. Cả hai đều đã từng có "tai nạn" và muốn biết lý do của nó. Cánh tay của người đàn ông đầu tiên đã bị cắt đứt khi anh ta đang đi học và làm thí nghiệm với tên lửa trong một dự án khoa học. Trong suốt phiên đó, chúng tôi thấy rằng anh ấy đã từng rất thích thể thao và chơi rất tốt. Anh ấy rất giỏi; anh ấy đã có ý định đi vào con đường thể thao chuyên nghiệp. Đó không phải là con đường anh ấy đã vạch ra cho bản thân từ đầu, vì vậy cách tốt nhất hoặc duy nhất để đưa anh ấy trở lại con đường đã lựa chọn từ đầu đó là ngăn chặn cơ hội tiếp tục tham gia thể thao bằng cách loại bỏ một cánh tay của anh ấy.

The other man was a multi-millionaire building timeshare condominiums all over the world. He was flying to a remote island to check on another building site. His friend was piloting a small two person aircraft and coming in for the landing. Where the plane would land had a steep drop off after the runway. He noticed his friend was coming in too fast and thought he would go around for another approach, but he didn't do that. With white knuckled fists on the steering wheel, he came down and went off the side of the mountain beyond the runway. The pilot was killed and this client was paralyzed from the waist down. He was in the hospital for many months, and during that time, he was not able to run his business and lost all of his holdings. During his session, the subconscious said he was going down the path of materialism and that was not his plan. He was

supposed to be working on his spirituality and he never would have if he had continued on the other path.

Người đàn ông kia là một triệu phú, xây dựng chung cư cao cấp trên khắp thế giới. Anh ta đang bay đến một hòn đảo xa xôi để khảo sát một địa điểm xây dựng. Bạn của anh ta đang lái một chiếc máy bay nhỏ chở hai người và chuẩn bị hạ cánh. Nơi máy bay hạ cánh có con dốc lớn sau đường băng. Anh ấy nhận thấy bạn mình đang hạ cánh quá nhanh và nghĩ rằng anh ấy sẽ đi vòng quanh để tìm cách tiếp cận khác, nhưng người bạn đã không làm vậy. Với hai bàn tay siết chặt trên tay lái, anh ta lao xuống và chệch ra khỏi sườn núi bên kia đường băng. Người phi công đã thiệt mạng và thân chủ này bị liệt từ thắt lưng trở xuống. Anh ấy phải nằm viện trong nhiều tháng, trong thời gian đó, anh ấy không thể điều hành công việc kinh doanh của mình và đã mất hết tài sản. Trong suốt phiên thôi miên của mình, siêu thức nói rằng anh ta đang đi theo con đường của chủ nghĩa vật chất và đó không phải là kế hoạch của anh ta. Con đường của anh ta là hướng đến thế giới tâm linh và sẽ không bao giờ có được điều gì nếu anh ta tiếp tục hành động trên con đường khác.

In another case, a man was beat up and stabbed in an alley and left to die. He dragged himself to the street where he was found and taken to a hospital. He wanted to know why that happened and in his session with Dolores the Subconscious stated that those were his best friends on the spirit side who agreed to get him back "on track" if he veered off.

Trong một trường hợp khác, một người đàn ông bị đánh đập, bị đâm trong một con hẻm và bị bỏ mặc ở đó. Anh ta lê thân mình ra đường, được người dân tìm thấy và đưa đến bệnh viện. Anh ta muốn biết tại sao điều đó lại xảy ra và trong phiên thôi miên với Dolores, siêu thức nói rằng đó là những người bạn tốt nhất của anh ta về mặt tinh thần, những người đã đồng ý đưa anh ấy trở lại "đúng hướng" nếu anh ấy đi chệch hướng.

These are harsh examples, but they help us to understand how YOU will step in to get YOURSELF back on track if needed. There are many things to be learned and experienced in this process so it is always an opportunity for growth. Again, it must be looked at with all emotions removed. If it is really important to get you to take a different course of action, you will likely do whatever it takes to make sure that happens. There were probably many other messages and opportunities before these events that were given, but were either ignored or not understood. I believe there are points of “no return” at which some type of action must be taken to get you back on the right path or it is a completely wasted life opportunity.

Đây là những ví dụ với mức độ nghiêm trọng, nhưng chúng giúp chúng ta hiểu BẠN sẽ bước tiếp thế nào để đưa CHÍNH MÌNH trở lại đúng hướng nếu cần. Có rất nhiều điều phải học hỏi và trải nghiệm trong quá trình này nên nó luôn là cơ hội để phát triển. Một lần nữa, nó phải được nhìn nhận bằng tất cả cảm xúc. Nếu điều gì đó thực sự quan trọng khiến bạn phải hành động theo một hướng khác, bạn sẽ phải làm bất cứ điều gì cần thiết để hoàn thành điều đó. Có thể có nhiều thông điệp và lựa chọn khác được đưa ra trước những sự kiện này, nhưng bị bỏ qua hoặc không hiểu. Tôi tin rằng có những thời điểm “không thể quay lại” mà ở đó bạn phải thực hiện một số hành động để đưa mình trở lại con đường đúng đắn, ngược lại thì đó là một cơ hội sống hoàn toàn bị lãng phí.

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Chương 21 Quá trình

Quá trình

Chúng ta đang ở đây. Đây là nơi tôi bật mí cho các bạn về cách làm để tất cả những điều này thành công. Như tôi đã đề cập đến trong suốt cuốn sách này,

không có một câu trả lời hay một cách cụ thể nào để thực hiện quá trình này. Tôi sẽ chỉ cho các bạn những gì đã hoạt động với tôi và những gì tôi đã được chỉ bảo, nhưng “họ” đã nói với tôi rất nhiều lần rằng điều quan trọng nhất là thực hiện quá trình này cho chính bạn, bởi chính bạn. Đây là một cuộc hành trình mang tính chất cá nhân. Mỗi người đang tự tìm những cách thức riêng để truyền tải thông điệp của họ. Như tôi đã trình bày, có rất nhiều điểm tương đồng và cố định trong ngôn ngữ biểu tượng, nhưng chỉ bạn mới biết ngôn ngữ đó có ý nghĩa như thế nào đối với mình. Đây là hệ thống hướng dẫn bạn thiết lập cho chính mình, vì vậy việc tìm ra những gì cơ thể BẠN đang cố gắng nói với BẠN là điều hữu ích nhất lúc này.

The Process

Here we are. This is where I tell you the secrets of how to make all of this work. As I have referenced throughout this book, there is no one answer or one way to do any of this. I will give you what has worked for me and what I have been told, but “they” have told me so many times that the most important thing is to do this work for yourself, with yourself. This is a very personal journey. Each person is finding their own ways of delivering their messages. As I have stated, there are many similarities and constants in the symbolic language, but only you will know what your individual language means to you. This is the guidance system you set up for yourself, so it is to your best interest to figure out what YOU are trying to say to YOU.

The best way to do that is to ask. Until you are able to speak directly to your Higher Self, talk to your body to see what it is trying to tell you. It may be a basic answer, but it will be something to get you moving in the direction of understanding. The main thing is that you are looking within for your answers. Your answers ARE NOT outside of yourself. You have ALL of the answers; you just

don't believe it. You need some convincing and some proof. This proof won't come until you start doing it. I have said many times that this is a process. That means it is not one thing or action that is the answer. It is an accumulation of actions and things that move you to your answers and your ultimate healing. Remember, the only objective in the body delivering the messages is to get them delivered and understood. Once that has been accomplished and acted upon, there is no longer any need to deliver the message. So whatever ache, pain, or symptom was being used to deliver the message will now be gone as there is no longer any reason or need for it.

Cách tốt nhất để làm điều đó là đặt câu hỏi. Cho đến khi bạn có thể nói chuyện trực tiếp với Siêu thức của mình, hãy nói chuyện với cơ thể để xem nó đang muốn truyền tải thông điệp gì tới bạn. Đó có thể là một câu trả lời cơ bản, nhưng sẽ là thứ giúp bạn đi theo đúng hướng của mình. Điều quan trọng là bạn cần tìm kiếm đáp án trong câu trả lời của chính mình. Câu trả lời đó KHÔNG phải có từ bên ngoài. Chính bạn đang có TẤT CẢ các câu trả lời mà mình cần; chỉ là bạn không tin vào điều đó. Bạn cần một số lý do thuyết phục và làm bằng chứng. Nhưng bằng chứng này sẽ không đến cho đến khi bạn bắt đầu thực hiện quá trình đó. Tôi đã nói nhiều lần rằng đây là một quá trình. Điều đó có nghĩa câu trả lời không phải là một điều hoặc là một hành động cụ thể. Nó là sự tích lũy của các hành động cùng những thứ đã đưa bạn đến với đáp án và sự chữa lành cuối cùng. Hãy nhớ rằng, mục tiêu duy nhất khi cơ thể đưa ra thông điệp là thông điệp đó phải được truyền tải, và phải được thấu hiểu bởi chính bạn. Khi quá trình đó được thực hiện và thành công, sẽ không còn cần phải truyền tải thông điệp nữa. Vì vậy, bất kỳ cơn đau hoặc triệu chứng nào đã được sử dụng cho quá trình này giờ đây sẽ biến mất bởi không còn lý do hay nhu cầu nào cho nó nữa.

I know this sounds simplistic and may be hard to believe, but remember the Universe is not complicated, so why would you expect anything but simple?

Tôi biết điều này nghe có vẻ quá đơn giản và có thể khó tin, nhưng hãy nhớ rằng Vũ trụ không phức tạp, vậy tại sao bạn lại không mong đợi điều gì đó đơn giản hơn?

The process is in asking the questions. If you want to know something, you ask a question. Many times, an answer to a question may lead to another question and so on, but that is how you go down the road. The questions are very important. This is true in everything you do. The question dictates the level of information given in the answer.

Quá trình này là đặt câu hỏi. Nếu bạn muốn biết điều gì đó, bạn cần đặt một câu hỏi. Nhiều khi, một câu trả lời cho một câu hỏi có thể dẫn đến một câu hỏi khác, v.v., nhưng đó là cách để bạn tiếp tục. Các câu hỏi rất quan trọng. Điều này luôn đúng trong mọi việc. Câu hỏi quy định mức độ của thông tin được đưa ra trong câu trả lời.

At first, it is easiest and probably more tangible to talk to your body. In a previous chapter, I mentioned how much the body loves for you to pay attention to it and talk to it. It is very healthful to send your body messages of love. Acknowledging the body parts for the work they do and telling them you love them. The body responds beautifully to any messages like this. You are the voice of God and it will do whatever you ask or say. It is your very willing servant – it is here to serve you in the highest manner possible. It can only do the job it is allowed to do and in the manner it is given. It will have a harder time helping you if you are treating it in an unhealthy manner. It is your home – how much are you respecting it? It is a finely tuned machine that is made to last for a very long time and heals itself if we do not interfere. Your words are very powerful. The body is always listening and will do whatever you say. Pay attention to what you are saying.

Lúc đầu, việc nói chuyện với cơ thể của bạn sẽ rất dễ dàng và rõ ràng hơn. Trong chương trước, tôi đã đề cập đến tình yêu mà cơ thể dành cho bạn, nó muốn bạn

chú ý và nói chuyện với nó. Việc gửi những thông điệp yêu thương đến cơ thể sẽ rất có lợi cho sức khỏe của bạn. Thừa nhận vai trò chức năng của các bộ phận trong cơ thể và cho chúng biết rằng bạn rất yêu chúng. Cơ thể sẽ có phản hồi tốt đối với bất kỳ thông điệp nào như thế. m thanh của bạn là tiếng nói của Thượng Đế và nó sẽ làm bất cứ điều gì bạn yêu cầu. Đó là người phục vụ rất sẵn lòng của bạn – nó ở đây để phục vụ bạn ở mức độ cao nhất có thể. Nó chỉ có thể làm những công việc được cho phép và theo cách được giao phó. Nếu bạn không đối xử một cách tốt đẹp với cơ thể, nó sẽ rất khó để giúp đỡ bạn. Đó là ngôi nhà của bạn – bạn tôn trọng nó đến mức nào? Nó là một cỗ máy được tinh chỉnh để tồn tại trong một thời gian rất dài và tự chữa lành nếu chúng ta không can thiệp. Lời nói của bạn có năng lượng rất mạnh mẽ. Cơ thể luôn lắng nghe và sẽ làm theo bất cứ điều gì bạn nói. Hãy chú ý đến những gì bạn đang nói.

I heard someone today talking about how her nose “runs all of the time.” I know it never occurred to her that she is keeping that situation going because she is saying that statement. I’m sure it started innocently by her body trying to deliver a message with the sinus pressure and associated runny nose. She wasn’t looking for a message (since she doesn’t know about this secret message system), just a way to get the symptoms to stop, so she was taking medication. Because she didn’t get to the underlying message and act on what it was trying to say, the symptoms continued. Because the symptoms continued, she is saying, “My nose is always running.” Because she is saying, “My nose is always running,” her body is listening. And being the ever vigilant servant that it is, it is saying, “Your wish is my command!” Mind your thoughts and your words! They are very powerful in that our thoughts are always creating our reality and our bodies are always listening and doing exactly as we say. Many people say, “I get a cold every winter.” The body says, “Okay – I will give you a cold this winter because you told me you get a cold every winter.”

Hôm nay tôi nghe ai đó nói về việc “mũi của cô ấy bị chảy nước liên tục”. Tôi biết cô ấy chưa bao giờ thực hiện quá trình, và bây giờ cô ấy đang khiến tình trạng

chảy nước mũi tiếp diễn khi nói ra câu đó. Tôi chắc chắn rằng nó bắt đầu một cách tự nhiên khi cơ thể cô ấy đang cố gắng đưa ra một thông điệp bằng cách tạo áp lực lên các xoang và chứng sổ mũi kèm theo. Cô ấy không tìm kiếm thông điệp (vì không biết về hệ thống thông điệp bí mật này), cho nên cô ấy đã uống thuốc để ngăn chặn các triệu chứng. Vì cô ấy không hiểu được thông điệp cơ bản và hành động theo những gì cơ thể đang cố gắng hướng dẫn, nên các triệu chứng vẫn tiếp diễn. Vì các triệu chứng vẫn tiếp diễn, cô ấy lại tiếp tục nói, "Nước mũi của tôi luôn chảy." Vì cô ấy đang nói, "Nước mũi của tôi luôn chảy," nên cơ thể cô ấy đang lắng nghe. Và bởi cơ thể luôn là người phục vụ sẵn lòng, nó đang nói, "Mong muốn của cô là mệnh lệnh của tôi!" Hãy để tâm đến suy nghĩ và những lời nói của bạn! Chúng rất mạnh mẽ bởi vì suy nghĩ của chúng ta luôn tạo ra thực tế, cơ thể luôn lắng nghe và hành động chính xác như những gì chúng ta đã nói. Nhiều người nói, "Tôi luôn bị cảm lạnh trong mùa đông" Cơ thể nói, "Được rồi – tôi sẽ để bạn được cảm lạnh vào mùa đông này vì bạn đã nói với tôi rằng bạn sẽ bị cảm mỗi mùa đông."

It might help to look at you body as your most favorite car in the whole world. One that you saved all of your money to buy and is now your most cherished possession. You treat that differently than you do something that you do not respect. In regards to the soul traveling from body to body as it goes through lives, this may seem like a disposable body, but to this personality called "you," this is the only body you've got. This is the one you are finely tuned to and know. This is the body your soul is speaking through to you now. Please respect it and listen when it speaks.

Có thể sẽ có ích khi xem cơ thể là chiếc xe yêu thích nhất của bạn trên toàn thế giới. Một chiếc xe mà bạn đã tiết kiệm tất cả tiền bạc để mua và hiện là vật sở hữu trân quý nhất của bạn. Cách bạn đối xử, những việc bạn làm với nó đều cần sự tôn trọng. Liên quan đến việc linh hồn đi từ thể xác này sang thể xác khác khi trải qua nhiều cuộc sống, cơ thể sống này chỉ dùng được một lần duy nhất, nhưng với cách gọi cá nhân là "cơ thể bạn", thì đây là cơ thể duy nhất bạn có. Đây là

một cỗ máy đã được tinh chỉnh cho riêng bạn. Đây là cơ thể mà linh hồn đang giao tiếp với bạn. Hãy tôn trọng và lắng nghe khi nó lên tiếng.

So the first step is to get into a quiet place of mind. It can be meditation, or driving in your car with no outside noise, or taking a nice hot bath, or when you are in that quiet place just before you drop off to sleep at night. The main thing is to get to a place where there are no or low sounds and no distractions. Talk to the body part that is having issues. If it is the knee, talk to the knee. Say, "What are you trying to tell me?" "What do you want me to know?"

Vì vậy, bước đầu tiên là tìm vào nơi yên tĩnh của tâm trí. Đó có thể là thiền, hoặc ngồi trong ô tô khi không có tiếng ồn bên ngoài, tắm nước nóng hay khi bạn ngồi trong một căn phòng yên tĩnh trước giấc ngủ buổi tối. Điều quan trọng là đến một nơi không có âm thanh hoặc những âm thanh rất nhỏ để không bị phân tâm. Nói chuyện với bộ phận cơ thể đang gặp vấn đề. Nếu đó là đầu gối, hãy nói chuyện với đầu gối. Nói với nó rằng, "Bạn đang cố nói gì với tôi?" "Bạn đang muốn tôi biết điều gì?"

Whatever you hear (even if it doesn't make any sense) is your answer. Trust the very first thing that comes into your mind. It may come as a wee small sound. And this sound is like a whisper inside your head – it won't be a physical sound you hear outside of yourself. You may get a visual of an answer or you may get a knowing of something. In other words you may see a picture that is for you to evaluate and translate for the answer. The knowing is where you just know something. You don't know why or how you know; you just know that you know. That is fine. Our abilities to receive information come in many different forms. There is no one way that is the right way. The main thing I can tell you about this is to TRUST what you hear (or see, or know, etc.).

Bất cứ điều gì bạn nghe được (ngay cả khi nó không có ý nghĩa gì) đều là câu trả lời của bạn. Hãy tin tưởng vào điều đầu tiên xuất hiện trong tâm trí. Nó có thể

phát ra như một âm thanh nhỏ. Và âm thanh này giống như tiếng thì thầm bên trong đầu của bạn – nó không phải là âm thanh vật lý mà bạn nghe thấy ở môi trường bên ngoài. Bạn có thể hình dung được câu trả lời hoặc bạn có thể biết được điều gì đó. Nói cách khác, bạn có thể nhìn thấy một hình ảnh để phỏng đoán và giải thích cho câu trả lời. Sự hiểu biết nghĩa là bạn chỉ biết một điều gì đó. Bạn không biết tại sao hoặc làm thế nào mà bạn biết; bạn chỉ biết rằng đó là điều bạn được biết. Điều đó không sao. Khả năng tiếp nhận thông tin của chúng ta có nhiều dạng khác nhau. Không có một cách cụ thể nào là đúng cả. Điều mà bản thân tôi có thể nói với các bạn là TIN TƯỞNG những gì bạn nghe (hoặc thấy, hoặc biết, v.v.).

So the first step is to ask and receive and trust the answer. The previous chapters on the body parts and the messages they mean will help give guidance as to what it may be trying to tell you. It is all right if you do not receive an answer right away. This is the beginning of the process and your body is not used to you speaking to it, so be patient. Your soul will find other ways to get the answer through to you as well. It may come from someone saying something to you, or a book falls open to a certain page, or the radio or television may have some information. The main thing you are trying to accomplish at this point is to go inward and listen.

Vậy, bước đầu tiên là đặt câu hỏi, nhận thông điệp và tin tưởng vào thông điệp đó. Ở những chương trước chúng ta tìm hiểu về các bộ phận trên cơ thể và những thông điệp của chúng, những thông điệp đó là những hướng dẫn về những gì cơ thể hoặc các bộ phận cơ thể muốn nói với bạn. Sẽ không có vấn đề gì nếu bạn không nhận được câu trả lời ngay lập tức. Đây là bước khởi đầu của quá trình và cơ thể có thể chưa quen với việc giao tiếp của bạn, vì vậy hãy kiên nhẫn. Linh hồn cũng sẽ tìm ra những cách khác để có được câu trả lời cho bạn. Nó có thể đến từ một người nào đó sẽ nói điều gì đó với bạn, hoặc một cuốn sách được mở đến một trang nhất định, hoặc một số thông tin trên đài phát thanh hoặc truyền

hình. Điều quan trọng mà bạn cần cố gắng hoàn thành vào thời điểm này là hướng sự chú ý vào chính bản thân mình và lắng nghe.

Once you have received an answer, or even if you haven't quite got all of it, you can now have a conversation with this part. Let's say it is your knee and your message is that you are being indecisive about moving in a new direction. Once you understand that as the message for you, you can talk to the knee and thank it for doing its job in such a beautiful manner and that now you understand and will make a decision and commit to the direction decided upon. This step could be termed "message delivered and understood."

Khi bạn đã nhận được câu trả lời hoặc ngay cả khi bạn chưa hiểu hết câu trả lời đó, thì bây giờ bạn có thể trò chuyện với phần cơ thể này. Giả sử đó là đầu gối của bạn và thông điệp là bạn đang thiếu quyết đoán trong việc di chuyển theo một hướng mới. Một khi bạn hiểu rằng đó là thông điệp dành cho mình, bạn có thể nói chuyện với đầu gối và cảm ơn nó vì đã thực hiện công việc một cách tốt đẹp, bây giờ bạn đã hiểu và sẽ đưa ra quyết định cũng như cam kết đi theo hướng đi đã quyết định. Bước này có thể được gọi là "thông điệp đã gửi đi và được hiểu".

Next, you must take action. It is one thing to say you understand and have made a decision. It is quite another to actually take the steps in the new committed direction. This is the action step. You must take the action or it is not seen that the message has been delivered.

Tiếp theo, bạn phải hành động. Điều đó thể hiện rằng bạn đã hiểu và đưa ra quyết định. Việc thực hiện các bước theo hướng mới khá khác với bước cam kết đi theo hướng đó. Đây là bước hành động. Bạn phải thực hiện hành động nếu không sẽ không thấy thông điệp đã được gửi.

I feel the need to acknowledge that this is a planet of free will and you do not have to do whatever it is that your soul wants you to do. But please remember

that your soul is the one with the overview and can see the big picture of what you came to learn and do. This is the communication system you set up to help yourself in this maze called life. You can choose to not listen and do it your way, but understand you will have a body that is out of sync and may have major health issues and symptoms, since this is one of its major roles and agreements it took on when it became your body. I don't think you would be reading this book if that is your state of mind, so I'm not sure why "they" had me put that in. I do not proclaim to know all of the answers. Ask your own questions to find the meanings for yourself.

Tôi cảm thấy chúng ta cần phải thừa nhận rằng đây là một hành tinh của sự tự do và bạn không cần phải làm bất cứ điều gì mà linh hồn bạn muốn. Nhưng hãy nhớ rằng linh hồn của bạn có một cái nhìn bao quát, nó có thể nhìn thấy bức tranh lớn về những gì bạn cần học hỏi và làm trên hành tinh này. Đây là hệ thống liên lạc mà bạn thiết lập để giúp chính mình trong mê cung mang tên cuộc sống. Bạn có thể không lắng nghe và tự làm theo cách của mình, nhưng hãy hiểu rằng điều đó sẽ khiến bạn có một cơ thể không đồng bộ và có thể gặp các vấn đề và triệu chứng nghiêm trọng về sức khỏe, vì đây là một trong những vai trò và thỏa thuận chính của nó khi trở thành thể xác của bạn. Tôi không nghĩ rằng bạn sẽ đọc cuốn sách này với cảm xúc nhất thời của mình, vì vậy tôi không chắc tại sao "họ" lại để tôi đưa nó vào. Tôi không tuyên bố rằng mình biết tất cả các câu trả lời. Hãy đặt câu hỏi của riêng bạn để tìm ra ý nghĩa cho chính mình.

Once you are solidly on your new path of direction, your symptoms will disappear.
When you no longer need to receive the message, the message will disappear.

Một khi bạn đã có những bước đi vững chắc trên con đường mới của mình, các triệu chứng sẽ biến mất. Khi bạn không cần nhận thông điệp nữa, chúng sẽ tự biến mất.

Sometimes the message is coming from an event from another life. There are some similarities or some reason it is showing it to you now. You must use some investigative, detective skills sometimes, but that is part of the process as well. It may be very beneficial to have a QHHT session from one of the many trained practitioners. The key is to get to the source of the situation. Once you do, the rest will fall into place as it is very difficult to go back or unlearn something once you have taken that step.

Đôi khi thông điệp đến từ một sự kiện của cuộc sống khác. Có một số điểm tương đồng hoặc một số lý do khiến nó đưa ra thông điệp vào thời điểm này. Đôi khi bạn phải sử dụng một số kỹ năng điều tra, thám tử, nhưng đó cũng là một phần của quá trình. Có thể rất có lợi nếu có một phiên QHHT để tìm ra nguồn gốc của vấn đề. Một khi bạn làm như vậy, mọi việc sẽ về lại đúng vị trí vì rất khó để quay lại hoặc mở ra một cái gì khác khi bạn đã thực hiện các bước.

I will reiterate the steps now:

1. Ask your body or Higher Self what it is trying to tell you.
2. Listen for the answer.
3. Acknowledge and be thankful for the answer.
4. Take action on the information received.
5. Enjoy your new course of action in your symptom free life!

Bây giờ tôi sẽ nhắc lại các bước:

1. Hỏi cơ thể của bạn hoặc Siêu thức xem họ đang muốn nói gì với bạn.

2. Lắng nghe câu trả lời.
3. Thừa nhận và biết ơn vì câu trả lời.
4. Thực hiện hành động đối với thông tin nhận được.
5. Tận hưởng kết quả sau khi hành động trong cuộc sống lành mạnh của bạn!

As I said previously, the steps are simple and easy, but sometimes when something is seen as so simple, it is devalued. This absolutely works if you will do it. As you get comfortable with talking to your body, you will see that the communication can and will continue in other ways and you will soon find that you are talking directly with your Higher Self. At some point it is easy to carry on a conversation. It is all a matter of trusting what you are receiving. It is always positive as this part always has your highest good at heart. Anything that you may receive that is not of the highest is your fear. Please refer back to the chapter on fear to fully understand how this energy manifests. It is all of your own making and you never have anything to be afraid of. It is all and always for your highest good.

Như tôi đã nói trước đây, các bước rất đơn giản và dễ dàng, nhưng đôi khi khi một cái gì đó được nhìn thấy một cách đơn giản như vậy, nó sẽ bị mất giá trị. Điều này hoàn toàn đúng trong trường hợp của chúng ta. Khi bạn cảm thấy thoải mái với việc nói chuyện cùng cơ thể mình, bạn sẽ thấy rằng cuộc giao tiếp có thể và sẽ tiếp tục theo những cách khác, bạn sẽ sớm thấy rằng mình đang nói chuyện trực tiếp với Siêu thức của mình. Tại một số thời điểm, thật dễ dàng để tiếp tục một cuộc trò chuyện. Bạn chỉ cần tin tưởng vào những gì mình đang nhận được. Nó luôn là điều tích cực vì luôn chứa đựng lợi ích cao nhất của bạn. Bất cứ điều gì bạn có thể nhận được mà không phải lợi ích cao nhất chính là nỗi sợ hãi của bạn. Vui lòng xem lại chương về sự sợ hãi để hiểu đầy đủ về vấn đề này. Tất cả đều là

hành động tự do của bạn và bạn không bao giờ phải sợ hãi. Đó là tất cả và luôn luôn vì lợi ích cao nhất của bạn.

TIẾNG NÓI LINH HỒN – Chương 22 Thông điệp của cơ thể – Tài liệu tham khảo nhanh

Sau đây là danh sách các bệnh rất phổ biến và mô tả ngắn gọn về các thông điệp có thể xảy ra. Chúng tôi rất khuyến khích các bạn đọc các phần giải thích đầy đủ về lý do tại sao các bộ phận cơ thể khác nhau có thông điệp của riêng chúng thay vì chỉ lấy thông tin của tôi ở đây. Như tôi đã nói, tôi không tuyên bố có tất cả các câu trả lời. Bạn cần đặt tự câu hỏi để có được thông tin chính xác cho mình. Một số thông điệp này đến từ các phiên thôi miên và nhiều thông điệp đến từ trực giác của tôi “cảm nhận” đường đi của mình vào quá trình bệnh tật để biết được những gì họ nói.

Body Messages – Quick Reference Guide

Following is a list of very common ailments and very brief descriptions of possible messages. It is highly encouraged that you read the sections that fully explain why the different body parts have the messages that they do rather than just take my information here. As I have said before, I do not proclaim to have all of the answers. You need to ask your own questions to get the information that is correct for you. Some of these messages came from hypnosis sessions and many came from me intuitively “feeling” my way into the illness or disease process to see what they had to “say.”

Thông điệp của cơ thể – Tài liệu tham khảo nhanh.

Sau đây là danh sách các bệnh rất phổ biến và mô tả ngắn gọn về các thông điệp có thể xảy ra. Chúng tôi rất khuyến khích các bạn đọc các phần giải thích đầy đủ về lý do tại sao các bộ phận cơ thể khác nhau có thông điệp của riêng chúng thay vì chỉ lấy thông tin của tôi ở đây. Như tôi đã nói, tôi không tuyên bố có tất cả các câu trả lời. Bạn cần đặt tự câu hỏi để có được thông tin chính xác cho mình. Một số thông điệp này đến từ các phiên thôi miên và nhiều thông điệp đến từ trực giác của tôi "cảm nhận" đường đi của mình vào quá trình bệnh tật để biết được những gì họ nói.

Abdominal Cramps : Holding in of emotions and thoughts; not releasing emotions.

Co cứng bụng: Kìm hãm cảm xúc và suy nghĩ; không giải phóng cảm xúc.

Abscess: Anger not expressed. (The location of the abscess will give more insight about the anger)

Áp xe: Sự tức giận không được bộc lộ. (Vị trí của áp xe sẽ cho biết thêm về cơn giận dữ)

Accidents : Messages (The type of accident will give more insight as to the message.)

Tai nạn: Thông điệp (Loại tai nạn sẽ cung cấp thông tin chi tiết hơn về thông điệp.)

Aches: An attempt to get your attention. (The location of the ache will give more insight about the message)

Đau: Một nỗ lực để thu hút sự chú ý của bạn. (Vị trí của cơn đau sẽ cung cấp thêm thông tin chi tiết về thông điệp)

Acne: Trying to hide. Not feeling "good enough." Little bits of anger coming to the surface.

Mụn: Đang cố che giấu. Không cảm thấy "đủ tốt." Có một chút tức giận.

Addictions : A need to control your surroundings.

Adenoids : Not able to express yourself or say what you want.

AIDS : Feeling shame; extreme guilt. Fear of judgment.

Alcoholism : Desire to escape and not be present.

Allergies : Many allergies are from past-life traumas.

Nghiện: Nhu cầu kiểm soát môi trường xung quanh bạn.

Viêm VA: Không có khả năng thể hiện bản thân hoặc nói ra những gì bạn muốn.

AIDS: Cảm thấy xấu hổ; mặc cảm vô cùng. Sợ bị phán xét.

Nghiện rượu: Mong muốn sự giải thoát và không muốn hiện diện.

Dị ứng: Nhiều trường hợp dị ứng là do chấn thương trong quá khứ.

Alzheimer's Disease : Desire to leave the body, but very gradually to help those around them accept.

Amnesia : Denial of present situation; escape.

Anemia : Not recognizing one's self value; a feeling of weakness.

Ankle Problem : Not being flexible in moving in a new direction.

Anorexia : Wanting to disappear; not wanting to be here.

Bệnh Alzheimer: Mong muốn rời khỏi thế gian, nhưng thực hiện quá trình một cách từ từ để những người xung quanh chấp nhận.

Mất trí nhớ: Từ chối tình huống hiện tại; mong muốn trốn thoát.

Thiếu máu: Không nhận ra giá trị bản thân; cảm giác yếu đuối.

Vấn đề về mắt cá chân: Không linh hoạt khi di chuyển theo hướng mới.

Chán ăn: Muốn biến mất; không muốn tồn tại.

Anus Problems : Not wanting to "let go" of issues; a desire to control situations and people.

Anxiety : Not trusting the Universe/Higher Self/anything outside of self.

Apathy : Not engaged in the flow or joy of life.

Appendicitis : Anger at one's inability to release emotions.

Arm Problems : Issues with accepting and embracing love and affection.

Arteriosclerosis : The joy is missing in your life. Becoming hardened to life.

Vấn đề hậu môn: Không muốn "từ bỏ" các vấn đề; mong muốn kiểm soát mọi tình huống và con người.

Lo lắng: Không tin tưởng vào Vũ trụ/Siêu thức/bất cứ điều gì bên ngoài bản thân.

Lãnh đạm: Không tham gia vào dòng chảy hoặc niềm vui của cuộc sống.

Viêm ruột thừa: Tức giận vì không thể giải phóng cảm xúc.

Các vấn đề về cánh tay: Các vấn đề về việc cho đi và đón nhận tình yêu và tình cảm.

Xơ cứng động mạch: Thiêu niềm vui trong cuộc sống của bạn. Trở nên vô tình trong cuộc sống.

Arteries : The flow of life. Joy.

Arthritis : Being inflexible in movement and attitudes towards a new direction in life.

In hands: trying to hold onto something or someone.

Asthma : Feeling constricted in life; not able to move freely; can also be from past-life death.

Athlete's Foot : Issues with "stepping out" in new direction.

Các vấn đề về động mạch: Dòng chảy của cuộc sống. Niềm vui.

Viêm khớp: Không linh hoạt trong vận động, trong thái độ đối với một hướng đi mới trong cuộc sống.

Các vấn đề về bàn tay: Cố gắng giữ chặt một cái gì đó hoặc một ai đó.

Hen suyễn: Cảm thấy bị gò bó trong cuộc sống; không có khả năng tự do hoạt động; cũng có thể là nguyên nhân tử cái chết trong quá khứ.

Nấm da chân: Các vấn đề với việc khởi đầu theo hướng mới.

Back Problems : Carrying a heavy load and not feeling supported.

Lower/Middle Back (The support system) : Not feeling supported.

Upper Back, Neck & Shoulder Tension : Carrying other people's problems, feeling like you have the whole world on your shoulders.

Balance, Loss of : Indecisive; not sure of next move.

Bedwetting : Not feeling secure in release of emotions.

Birth Defects : Karmic; you decide and plan entire blueprint of the body before coming in.

Vấn đề ở lưng: Có gánh nặng và không cảm nhận được sự hỗ trợ.

Lưng dưới/Lưng giữa (Hệ thống nâng đỡ): Không cảm thấy được hỗ trợ.

Lưng trên, căng cơ cổ và vai: Ôm đồm việc của người khác, cảm giác như bạn có cả thế giới trên vai.

Mất cân bằng, mất mát: Lưỡng lự; không chắc chắn về động thái tiếp theo.

Đái dầm: Không an tâm để giải tỏa cảm xúc.

Dị tật bẩm sinh: Nghiệp quả; bạn quyết định và lập kế hoạch cho toàn bộ hệ thống trước khi gửi thể xác tới cuộc sống này.

Bladder Problems : Issues with releasing something. (Fear of keeping it or of letting it go.)

Bleeding : Feeling out of control with your own life force.

Bleeding Gums : Feeling out of control of what you are saying.

Blood : Life force of the body.

Blood Problems : Issues with how you see your life. Lack of joy and "life" to your life.

Vấn đề về bàng quang: Vấn đề với việc giải phóng một thứ gì đó. (Sợ phải giữ nó hoặc phải để nó đi.)

Chảy máu: Cảm thấy mất kiểm soát với sinh lực của chính mình.

Chảy máu chân răng: Cảm thấy mất kiểm soát với những gì bạn đang nói.

Máu: Sinh lực của cơ thể.

Các vấn đề về máu: Các vấn đề về cách nhìn nhận cuộc sống của bạn. Thiếu niềm vui và "sự sống" trong cuộc sống.

Blood Pressure : Lack of trust in the world around you.

Body Odor : Self-dislike; attempting to repel others' attention.

Bones : Framework of the body.

Bone Problems : Issues with your plans; not feeling secure with decisions.

Bowels : Waste elimination of the body.

Bowel Problems : Issues with eliminating the waste in your life. Fear of letting go.

Huyết áp: Thiếu tin tưởng vào thế giới xung quanh.

Mùi cơ thể: Cảm giác không ưa bản thân mình; cố gắng hạn chế sự chú ý của người khác.

Xương: Bộ khung của cơ thể.

Các vấn đề về xương: Các vấn đề với kế hoạch của bạn; không cảm thấy an toàn với các quyết định.

Ruột: Loại bỏ chất thải của cơ thể.

Các vấn đề về ruột: Các vấn đề với việc loại bỏ những điều thừa thãi trong cuộc sống của bạn. Sợ phải buông tay.

Brain : Central computer or message "sender and receiver" of the body.

Brain Problems : Issues with receiving messages; resistance to input of information.

Breasts : Nurturing center of the body.

Breast Problems : Issues/anger with nurturing; not being nurtured or not able to nurture.

Breathing Problems : Not partaking in life. Afraid of life.

Bộ não: Trung tâm điều khiển hoặc thông điệp về "thu-phát tín hiệu" của cơ thể.

Các vấn đề về não: Các vấn đề khi nhận thông điệp; khả năng xử lý thông tin.

Bộ ngực: Trung tâm nuôi dưỡng của cơ thể.

Các vấn đề về bộ ngực: Các vấn đề/tức giận với việc nuôi dưỡng; không được nuôi dưỡng hoặc không có khả năng nuôi dưỡng.

Các vấn đề về hơi thở: Không muốn tham gia vào cuộc sống. Sợ hãi đối với cuộc sống.

Bronchitis : Shutting down of the life force. Constriction of desires.

Bruises : Not paying attention to self.

Burns : An urgent message to pay attention. (The location of the burn will give more insight as to the message.)

Cancer : Severe hate and/or resentment/anger toward another individual, but not expressing it openly; anger turned inward.

Canker Sores : Angry words wishing to be expressed.

Viêm phế quản: Mất sinh lực. Hạn chế những ham muốn.

Vết bầm trên cơ thể: Không chú ý đến bản thân.

Bỏng: Một thông báo khẩn cấp cần chú ý. (Vị trí của vết bỏng sẽ cung cấp thông tin chi tiết hơn về thông điệp.)

Ung thư: Rất căm ghét/oán giận/giận dữ đối với một ai khác, nhưng không thể hiện nó một cách công khai; tức giận ở trong lòng.

Loét miệng: Những lời khó nghe muốn được bày tỏ.

Cataracts : Not wanting to see what's ahead; fear of the future.

Chills : A desire to withdraw from social situation.

Chronic Diseases : Resistance to understand the messages.

Colds : Indecisiveness, need to make decision and not doing so; feeling sorry for self and wishing to delay activity. Are over worked and needing to rest.

Colitis and Elimination Problems : Over attachment, not releasing situations.

Coma : Total escape from a situation.

Đục thủy tinh thể: Không muốn nhìn thấy những gì ở phía trước; sợ hãi về tương lai.

Ớn lạnh: Mong muốn rút lui khỏi xã hội.

Các bệnh mãn tính: Từ chối để hiểu các thông điệp.

Cảm lạnh: Do dự, cần phải đưa ra quyết định nhưng không làm; cảm thấy có lỗi với bản thân và muốn trì hoãn mọi hoạt động. Đang làm việc quá sức và cần nghỉ ngơi.

Các vấn đề về ruột già và khả năng bài tiết: Sự găng bó quá mức, không tự do trong mọi tình huống.

Hôn mê: Hoàn toàn thoát khỏi một vấn đề/tình huống.

Conjunctivitis : Angry at what you are seeing. Not wanting to face a situation.

Constipation : What are you trying to hold onto?

Cysts : Anger. The location will give more insight as to what you are angry about.

Cystic Fibrosis : Not feeling free to live your life; feeling constricted.

Deafness : Refusal to listen. What don't you want to hear?

Depression : Escape from the present.

Viêm kết mạc: Tức giận với những gì bạn đang nhìn thấy. Không muốn đối mặt với một tình huống.

Táo bón: Bạn đang cố gắng giữ lại điều gì?

U nang/nang: Sự giận dữ. Vị trí u nang sẽ chỉ rõ hơn về những gì bạn đang tức giận.

Bệnh xơ nang: Không cảm thấy tự do để sống cuộc sống của riêng bạn; cảm giác bị bao vây.

Điếc: Từ chối sự lắng nghe. Bạn không muốn nghe điều gì?

Trầm cảm: Mong muốn thoát khỏi hiện tại.

Diabetes : Lack of sweetness/love in your life.

Diarrhea/Frequent Urination : What are you trying to move quickly from your life?

Digestive Disorders : What's going on that you're not able to "stomach"?

Dizziness : Not feeling centered. Feeling unstable or indecisive.

Ears : Sensory organ for hearing.

Ear Problems : Issues with hearing guidance from others or ourselves.

Bệnh tiểu đường: Thiếu sự ngọt ngào/tình yêu trong cuộc sống của bạn.

Tiêu chảy/Đi tiểu thường xuyên: Thứ mà bạn đang cố gắng loại bỏ thật nhanh chóng khỏi cuộc sống của mình là gì?

Rối loạn tiêu hóa: Điều gì đang xảy ra khiến bạn không thể "tiêu hóa"?

Chóng mặt: Cảm giác mất tập trung. Cảm thấy không ổn định hoặc thiếu quyết đoán.

Tai: Cơ quan cảm giác để nghe.

Vấn đề về tai: Gặp vấn đề khi nghe chỉ dẫn từ một người nào đó hoặc chính chúng ta.

Eczema : Too much energy coming into the body; burned in another life.

Edema : Holding on to emotions. Not allowing emotions to flow.

Elbow : The joint that allows the arms to embrace love and affection.

Emphysema : Fear of life. Afraid to "live."

Epilepsy : Too much energy coming into the body.

Eyes : Sensory organ for seeing; how we see the world around us.

Chàm: Quá nhiều năng lượng vào cơ thể; bị đốt cháy trong một kiếp sống khác.

Phù: Kìm nén cảm xúc. Không cho phép cảm xúc tuôn trào.

Khủy tay: Khớp nối cho phép cánh tay ôm lấy tình cảm và yêu thương.

Khí phế thũng: Sợ hãi cuộc sống. Sợ "sự sống".

Động kinh: Quá nhiều năng lượng đi vào cơ thể.

Mắt: Cơ quan cảm giác để nhìn; cách chúng ta nhìn thế giới xung quanh.

Eye Disorders : Inability or refusal to see things as they really are or not wanting to look at something; not able to see the whole picture.

Farsightedness : Fear of the present.

Nearsightedness : Fear of the future.

Cataracts : Fear of seeing the situation as it is.

Glaucoma : Denial of situation

Face : How you present yourself to the world and others.

Rối loạn thị lực: Không có khả năng hoặc muốn từ chối nhìn vào thực tế của mọi vấn đề hoặc không muốn nhìn thứ gì đó; không thể nhìn thấy toàn bộ hình ảnh.

Viễn thị: Nỗi sợ đối với hiện tại.

Cận thị: Lo sợ về tương lai.

Đục thủy tinh thể: Sợ hãi khi thấy tình huống hiện tại.

Tăng nhãn áp: Không chấp nhận tình hình.

Khuôn mặt: Cách bạn thể hiện mình với thế giới bên ngoài và những người khác.

Falling Accident : Feeling insecure; not having "a leg to stand on."

Fat : Need to protect self from unwanted attention.

Fatigue : Attempt to escape from present situation.

Feet : Move you into new directions and situations.

Feet Problems : Resistance to moving in new direction.

Female Problems : Not feeling creative. Feeling victimized. Having issues with your femininity

Tai nạn té ngã: Cảm thấy bất an; không có "chỗ đứng".

Thừa cân/ béo: Mong muốn bảo vệ bản thân trước những sự chú ý không mong muốn.

Mệt mỏi: Cố gắng thoát khỏi tình trạng hiện tại.

Đôi chân: Đưa bạn vào những con đường và tình huống mới.

Vấn đề về bàn chân: Chống lại việc di chuyển theo hướng mới.

Vấn đề về phụ nữ: Không có sự sáng tạo. Cảm thấy mình là nạn nhân. Có vấn đề với bản chất nữ tính của mình.

Fibroid Tumors : Feeling guilt or grief for lost pregnancies; great desire to have children.

Foot, Leg or Hip Pain : Not going in the right direction, or holding back on what they should be doing.

Gallstones : Rigidity or hardening of thought processes.

Gangrene : A desire to leave this life "one piece at a time."

Gas Pains : Difficulty digesting thoughts or emotions.

U xơ tử cung: Cảm thấy tội lỗi hoặc đau buồn vì đã bị hư thai; rất mong muốn có con.

Đau chân, bàn chân hoặc hông: Không đi đúng hướng hoặc không làm những gì nên làm.

Sỏi mật: Sự cứng nhắc hoặc vô tình trong suy nghĩ.

Hoại tử: Mong muốn rời khỏi cuộc sống này "từng mảnh một."

Khí hư: Khó chấp nhận suy nghĩ hoặc cảm xúc.

Gastritis : Inability or unwillingness to release angry emotions.

Hands : Hands are used to accept and hold things; also used for tools.

Headaches : Pressure/stress in this life or possibly from past-life trauma.

Disorders : Inability or refusal to listen or accept what is heard. Not wanting to hear something.

Heart Attack : Feeling pressured by responsibility; wanting to escape.

Viêm dạ dày: Không có khả năng hoặc không muốn giải phóng cảm xúc tức giận.

Tay: Tay dùng để nhận và cầm đồ vật; cũng được sử dụng như các công cụ.

Nhức đầu: Áp lực/căng thẳng trong cuộc sống này hoặc có thể do chấn thương trong tiền kiếp.

Sự rối loạn: Không có khả năng hoặc từ chối lắng nghe hoặc không chấp nhận những gì được nghe. Không muốn nghe điều gì đó.

Đau tim: Cảm thấy bị áp lực bởi trách nhiệm; muốn được giải thoát.

Heart Problems : The heart is the seat of the emotions, problems with the love life.

Hemorrhoids : Need to get "off your butt" and start moving; something is a "pain in the butt."

Hepatitis : Angry at a toxic situation.

Hernia : Constriction of emotions; feeling you cannot express your emotions.

Herpes : Feeling shame or guilt of sexuality.

Hip : Joint that allows the leg to bend and move.

Vấn đề về tim: Trái tim là nơi chứa đựng những cảm xúc, những vấn đề trong đời sống tình cảm.

Bệnh trĩ: Cần phải "nhắc nhở" và bắt đầu di chuyển; có thứ gì đó rất khó chịu.

Viêm gan: Tức giận trước tình huống xấu.

Thoát vị: Gò bó cảm xúc; cảm thấy không thể diễn tả cảm xúc của mình.

Mụn rộp: Cảm thấy xấu hổ hoặc tội lỗi về vấn đề tình dục.

Hông: Là khớp cho phép chân di chuyển.

Hip Problems : Resistance in moving in desired direction.

Hives : An irritation from the inside out; eating yourself up with worry.

Impotence : Feeling the victim; issues with masculinity; overpowered by a female. Vow of celibacy in a past-life.

Incontinence : Feeling powerless; loss of control.

Indigestion : Not feeling comfortable with something you are doing or saying.

Các vấn đề về hông: Lực cản khi di chuyển theo hướng mong muốn.

Nổi mề đay: Kích ứng từ trong ra ngoài; tự làm hại chính mình, lo lắng.

Bất lực: Cảm thấy mình là nạn nhân; các vấn đề với bản chất đàn ông; bị chế ngự bởi con cái. Lời thề độc thân trong tiền kiếp.

Tiểu tiện không tự chủ/són tiểu: Cảm thấy bất lực; mất kiểm soát.

Khó tiêu: Không cảm thấy thoải mái với điều gì đó mà bạn đang làm hoặc đang nói.

Infection : Anger at self. The location of the infection will give insight as to what that anger is about.

Inflammation – "Itis": Angry thoughts at self or something. (The location of the inflammation will give more insight of the issue.)

Influenza : Feeling vulnerable; a victim; needing a rest.

Ingrown Toenail : Resistance to move forward.

Insanity : Escape from the present reality; not taking responsibility for yourself.

Nhiễm trùng: Tức giận với bản thân. Vị trí của sự nhiễm trùng sẽ thể hiện rõ hơn về những cơn giận dữ.

Viêm: Cảm giác tức giận về bản thân hoặc điều gì đó. (Vị trí bị viêm sẽ thể hiện rõ hơn về vấn đề.)

Cúm: Cảm thấy dễ bị tổn thương; là một nạn nhân; cần nghỉ ngơi.

Móng quặp: Sự kháng cự tiến về phía trước.

Bệnh tâm thần: Muốn thoát khỏi thực tế hiện tại; không nhận trách nhiệm.

Insomnia : Fear usually from situation that happened in childhood.

Itching : Desire to move and "get going."

Jaw Problems : Not speaking your truth; fear of rejection; fear of not being "good enough."

Joints : Flexible points in the body that allows bones to move.

Kidney Disorders : What are you trying to get out of your life? What is poisoning your life?

Mất ngủ: Nỗi sợ thường là từ tình huống xảy ra trong thời thơ ấu.

Ngứa: Mong muốn di chuyển và khởi hành.

Các vấn đề về hàm: Không nói ra sự thật; sợ bị từ chối; sợ không đủ tốt.

Khớp: Các điểm linh hoạt trên cơ thể cho phép cơ thể di chuyển.

Rối loạn thận: Điều gì khiến bạn đang cố gắng thoát khỏi cuộc sống của mình?
Điều gì đang đầu độc cuộc sống của bạn?

Knees : Points of flexion of the legs; allow the legs to move.

Knee Problems : Resistance to move in your desired direction in life.

Laryngitis : Inability or fear to speak up.

Legs : Part of the body that moves you and carries you forward.

Leg Problems : Resistance to moving forward.

Leukemia : Desire to leave this life and planet.

Liver : Filters toxins from the body.

Đầu gối: Điểm uốn cong của chân; cho phép chân di chuyển.

Vấn đề về đầu gối: Sự kháng cự để di chuyển theo hướng mong muốn của bạn trong cuộc sống.

Viêm thanh quản: Không có khả năng hoặc sợ hãi khi lên tiếng.

Chân: Một phần của cơ thể để di chuyển và đưa bạn về phía trước.

Vấn đề về chân: Chống lại việc di chuyển về phía trước.

Bệnh bạch cầu: Mong muốn rời khỏi cuộc sống và hành tinh này.

Gan: Lọc chất độc ra khỏi cơ thể.

Liver Problems : Your having an issue with a toxic situation or actual toxins or poisons in your life.

Lupus : Attacking yourself; feeling a need to be punished.

Lymph Problems : Feeling you are under attack and in the victim mode.

Lung Disorders(Asthma) : Feeling restricted, feeling smothered by individuals or situations.

Các vấn đề về gan: Bạn đang gặp vấn đề với những tình huống xấu hoặc các hóa chất độc hại đang đầu độc cơ thể bạn trong cuộc sống.

Lupus ban đỏ: Tự tấn công bản thân; cảm thấy bản thân cần phải bị trừng phạt.

Các vấn đề về bạch huyết: Cảm thấy đang bị tấn công và mình nạn nhân.

Vấn đề về phổi (Hen suyễn): Cảm thấy bị hạn chế, cảm thấy ngột ngạt bởi một ai đó hoặc tình huống nào đó.

Menopause Problems : Feeling you are losing your personal power; not feeling creative.

Menstrual Problems : Resistance to moving into your feminine power; not feeling creative.

Migraine Headaches : Residue of past-life trauma.

Mouth Problems : Not speaking your truth; need to speak out.

Multiple Sclerosis : Anger in communications; not receiving your messages.

Các vấn đề thời kỳ mãn kinh: Cảm thấy đang đánh mất quyền lực cá nhân của mình; không cảm thấy sáng tạo.

Các vấn đề kinh nguyệt: Không mong muốn bước vào khu vực nữ quyền; không cảm thấy sáng tạo.

Đau nửa đầu: Dư chấn của chấn thương tiền kiếp.

Các vấn đề về miệng: Không nói ra sự thật cần phải nói của bản thân.

Đa xơ cứng: Sự tức giận trong trong giao tiếp; không nhận được thông điệp của mình.

Neck : Allows the head to move around to get different perspectives.

Neck Problems : Rigidity or lack of flexibility in seeing things from a different viewpoint or perspective.

Nervous Disorders : Stress, worry; overload of input on the system.

Nose Problems : Not willing to look at a situation that is very close to you.

Overweight : Protecting yourself from being hurt; may have starved in a past-life.

Pancreas Problems (diabetes): A lack of sweetness or joy in your life.

Cổ: Cho phép đầu di chuyển xung quanh để nhìn được các hướng khác nhau.

Các vấn đề về cổ: Thể hiện sự cứng nhắc hoặc thiếu linh hoạt trong việc nhìn mọi thứ từ một góc nhìn khác hoặc quan điểm khác.

Rối loạn thần kinh: Căng thẳng, lo lắng; quá tải về hệ thống thông tin.

Vấn đề về Mũi: Không sẵn sàng nhìn vào một vấn đề rất gần gũi với bạn.

Thừa cân: Bảo vệ bản thân khỏi bị tổn thương; có thể đã chết đói trong tiền kiếp.

Các vấn đề về tuyến tụy (bệnh tiểu đường): Thiếu sự ngọt ngào hoặc niềm vui trong cuộc sống.

Paralysis : Fear or indecisiveness with your course of action. The location of the paralysis will give more insight as to the message.

Parkinson's Disease : Trying to control the people and situations around you.

Phlebitis : Blocks in the flow of the energy in your life. (The location of the clot will give more insight as to what area of your life is being affected.)

Pneumonia : Tired of life and living; loss of joy in your life.

Prostate Disorders (Male) : Feeling a loss, dysfunction or misuse of power.

Tê liệt: Sợ hãi hoặc thiếu quyết đoán với quá trình hành động của bạn. Vị trí của điểm tê liệt sẽ cung cấp thêm thông tin chi tiết về thông điệp.

Bệnh Parkinson: Cố gắng kiểm soát những người và tình huống xung quanh bạn.

Viêm tĩnh mạch: Chặn dòng năng lượng trong cuộc sống của bạn. (Vị trí của cục máu đông sẽ thể hiện rõ hơn về lĩnh vực đang bị ảnh hưởng trong cuộc sống.)

Viêm phổi: Mệt mỏi với cuộc sống và sinh hoạt; mất niềm vui trong cuộc sống.

Rối loạn tuyến tiền liệt (Nam): Cảm thấy mất mát, rối loạn chức năng hoặc bị lạm dụng quyền lực.

Rash : Irritation with a situation; the location of the rash will give more insight as to the situation.

Reproductive Disorders (Female) : (Creative Center) Not appreciating the feminine expression, guilt and/or fear in expression of the receptive quality. Not feeling creative. Wanting to have children or feeling guilty for lost pregnancies.

Rheumatoid Arthritis : Holding on to something/someone very tightly. Not releasing.

Phát ban: Tức giận với một vấn đề/tình huống; vị trí phát ban sẽ cung cấp thêm thông tin chi tiết về thông điệp.

Rối loạn sinh sản (Nữ): (Trung tâm Sáng tạo) Không thích biểu hiện của phái nữ, mặc cảm/hoặc sợ hãi khi thể hiện. Không cảm thấy sáng tạo. Muốn có con hoặc cảm thấy tội lỗi vì đã bị hư thai.

Viêm khớp dạng thấp: Giữ chặt một thứ gì đó/ai đó. Không giải thoát cho họ.

Scoliosis : Not taking a stand for yourself; being wishy-washy.

Sexual Problems : Not enough or too much sex, may have taken the vow of celibacy in another life.

Sinus Problems : Pressure applied by someone close – usually yourself.

Slipping Accident : Not having a solid foundation; don't have "a leg to stand on."

Spine : The support for the body; it holds the body up.

Spinal Curvature : Not standing up for what you believe; being wishy-washy.

Vẹo cột sống: Không có lập trường cho bản thân; trở nên nhạt nhẽo/vô vị.

Vấn đề về tình dục: Quan hệ tình dục không đủ hoặc quá nhiều, có thể đã thể độc thân ở kiếp khác.

Vấn đề về xoang: Áp lực do người thân cận – thường là chính bạn.

Tai nạn trượt ngã: Không có nền tảng vững chắc; không có "chỗ đứng".

Cột sống: Giá đỡ cho cơ thể; nó giữ cơ thể đứng thẳng.

Cong cột sống: Không quyết liệt với những gì bạn tin tưởng; trở nên nhạt nhẽo/vô vị.

Stomach Problems : Holding your emotions in and not releasing them; not able to “stomach” something or “digest” some words or thoughts.

Swelling : Not releasing your emotions; the location will give more insight as to what the emotions are about.

Tape Worm : Feeling the victim; what is eating at you?

Teeth Problems : Fear or inability to speak your truth.

Thyroid Problems : Fear that what you have to say is not important.

Các vấn đề về dạ dày: Kìm hãm cảm xúc của bạn và không giải phóng cảm xúc; không thể “tiêu hóa” một vấn đề, lời nói hay suy nghĩ nào đó.

Sưng tấy: Không giải phóng được cảm xúc của bạn; vị trí sẽ cung cấp thông tin chi tiết hơn về thông điệp.

Sán dây: Cảm thấy mình là nạn nhân; bạn đang ăn thứ gì?

Vấn đề về răng: Sợ hãi hoặc không thể nói ra sự thật.

Vấn đề về tuyến giáp: Sợ rằng những gì bạn phải nói là không quan trọng.

Tinnitus : Not listening to your guidance. Can also be a calling to raise your frequency.

Throat Disorders : Not speaking your truth or holding back. Fear of speaking out.

Ulcers : What’s “eating” you? Are you allowing others to control you?

Urinary Infections : You need to release a toxic situation from your life.

Uterus : The creative center and female power zone.

Venereal Disease : Feeling shame or guilt with sexuality; may have taken a vow of celibacy in another life.

Warts : Feeling ugly; feelings of self hate.

Ù tai: Không nghe theo hướng dẫn của bạn. Cũng có thể là một cuộc gọi để nâng cao tần số của bạn.

Rối loạn cổ họng: Không nói ra sự thật của bạn hoặc kìm nén. Sợ phải nói ra.

Loét: Có thứ gì đó đang "ăn" bạn? Bạn có đang cho phép người khác kiểm soát mình không?

Nhiễm trùng tiết niệu: Cần phải loại bỏ tình huống xấu khỏi cuộc sống của bạn.

Tử cung: Trung tâm sáng tạo và khu nữ quyền.

Bệnh hoa liễu: Cảm thấy xấu hổ hoặc tội lỗi với vấn đề tình dục; có thể đã thề độc thân ở kiếp khác.

Mụn cóc: Cảm thấy xấu xí; cảm giác ghét bản thân.

Julia Cannon

Julia became a registered nurse and worked in Intensive Care and Home Health for the duration of her 20+ year career. She then decided to explore other aspects of the healing profession and has trained in Reconnective Healing and Dolores Cannon's Quantum Healing Hypnosis Therapy.

Julia là một y tá làm việc trong Phòng Chăm sóc Chuyên sâu và Y tế Tại nhà trong suốt hơn 20 năm sự nghiệp của mình. Sau đó, cô quyết định khám phá các khía cạnh khác của nghề chữa bệnh và đã được đào tạo về Chữa lành liên kết và Liệu pháp thôi miên chữa lành bằng lượng tử của Dolores Cannon.

Her energy healing has taken on its own dimension and has formed into something she calls "Lightcasting." Intuitive lights come from the hands to direct energy where it is needed to balance any deficiencies in the body. This balancing may be happening on the physical, mental and/or spiritual level. While she is working in someone's energy field, she gets intuitive messages/impressions of what is happening and what is needed to help the person bring about their healing.

Năng lượng chữa lành của cô ấy diễn ra theo chiều hướng riêng của nó và đã hình thành một thứ mà cô ấy gọi là "Ánh sáng chữa lành". Ánh sáng trực quan phát ra từ bàn tay, hướng năng lượng đến nơi cần thiết để cân bằng bất kỳ sự thiếu hụt nào trong cơ thể. Sự cân bằng này có thể xảy ra ở cấp độ thể chất, tinh thần và/hoặc tâm linh. Trong khi đang làm việc với năng lượng của ai đó, cô ấy nhận được những thông điệp/dấu ấn trực quan về những gì đang xảy ra và những gì cần thiết để giúp người đó chữa lành.

When Julia does remote energy work, she is taken intuitively inside the body to see what the condition looks like and then she is given methods to correct the situations. This has been a spontaneous development that continues to amaze her in its applications.

Khi Julia thực hiện công việc điều khiển năng lượng, trực giác của cô ấy được đưa vào bên trong cơ thể để xem tình trạng của nó như thế nào và sau đó cô ấy đưa ra các phương pháp để can thiệp tới các vấn đề. Đây là một sự phát triển tự phát, nó vẫn tiếp diễn khiến cô ấy luôn kinh ngạc với những tác dụng của phương pháp đó.

Hết.

(Cảm ơn bạn đã đọc đến đây. Chúc các bạn có một cơ thể khoẻ mạnh và một tinh thần thoải mái, an lạc!)