

LBRIS

We know
books

Copyright © 2009, de Mona Lisa Schulz

Titlul în limba engleză: The Intuitive Advisor: a psychic doctor
teaches you how to solve your most pressing health problems

Copyright © 2014 EDITURA FOR YOU

Tehnoredactare: Felicia Drăgușin

Coperta: www.7donkeys.eu

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

Schulz, Mona Lisa

Sfetnicul tainic. Un medic clarvăzător te învață cum să-ți rezolvi
cele mai urgente probleme de sănătate - București: ForYou, 2012
ISBN 978-606-639-057-6

2

Toate drepturile asupra versiunii în limba română aparțin Editurii
For You. Reproducerea integrală sau parțială, sub orice formă, a textului din
această carte este posibilă numai cu acordul prealabil al Editurii For You.

Tel./fax. 021/6656223; 0314286724,

mobile phone 0724212695;

e-mail: monica.visan@editura-foryou.ro;

foryou@editura-foryou.ro;

editura_foryou@yahoo.com;

monica.visan@gmail.com

website: <http://www.editura-foryou.ro>

Printed in Romania ISBN

Mona Lisa Schulz, M.D., Ph.D

Sfetnicul tainic

*Un medic clarvăzător
te învață cum să-ți rezolvi
cele mai urgente probleme de sănătate*

EDITURA FOR YOU

Despre autoare

Mona Lisa Schulz deține o diplomă de licență de la Brown University, o diplomă de doctor în medicină, de la Facultatea de Medicină a Universității Boston și de doctorat, de la departamentul de neuroștiințe comportamentale, a Universității Boston. Ea este neuropsihiatru, cu specializare în leziuni ale capului, demență, atac cerebral, boala lui Parkinson și aspectele psihiatrice ale afecțiunilor medicale.

Pe lângă experiența ei vastă în cercetarea creierului, din 1987, Dr. Schulz a practicat diagnosticarea medicală intuitivă, efectuând citiri pe oameni din întreaga lume. În timpul unei consultații medical-intuitive, cunoscând doar numele și vârsta clienților, ea discerna atât afecțiunea fizică, cât și starea emoțională din viața lor, ajutându-i să înțeleagă legăturile dintre problemele de sănătate și emoții.

Dr. Schulz este totodată autoarea cărților *Awakening Intuition: Using Your Mind-Body Network for Insight and Healing* și *The New Feminine Brain: How Women Can Develop Their Inner Strengths, Genius, and Intuition*. Ea găzduiește o emisiune radio live, la care audiența participă prin telefon, numită *Intuitive Health*, în fiecare miercuri, de la ora 2 p.m. EST, pe **HayHouseRadio.com®**. De asemenea, a apărut la emisiunea *The Oprah Winfrey Show* și pe canalul Discovery. Dr. Schulz trăiește în Yarmouth, Maine, cu cele patru pisici ale ei: Miss Dolly, Miss Molly, Jethor Bodine și grozavul Mr. Sigmund Feline. Vizitează-i website-ul pe: **www.drmonalisa.com**

Cuprins

<i>Cuvânt înainte</i> , de Caroline Myss.....	9
Partea I: MUNCA CU INTUIȚIA ÎN DOMENIUL MEDICAL	13
Scurt mesaj către cititor	14
Introducere:	
Cum am ajuns, totuși, în acest domeniu al intuiției.....	15
Capitolul 1: Cele șapte reguli ale sănătății intuitive.....	33
Capitolul 2: Intervenția intuitivă: Abordarea refacerii sistemului minte-corp	56
Partea a II-a: IDENTIFICAREA ȘI REZOLVAREA PROBLEMELOR DE SĂNĂTATE	73
Capitolul 3: Chakra întâi: „Du-mă acasă“ (Starea de sănătate a sângelui, sistemului imunitar, a oaselor, articulațiilor și a pielii)	74
Capitolul 4: Chakra a doua: „Te am pe tine, iubitule“ (Starea de sănătate a zonei lombare, a tractului urinar și a organelor de reproducere)	110
Capitolul 5: Chakra a treia: „Suficient de puternic“ (Starea de sănătate a sistemului digestiv, a excesul de greutate și a problemele de dependență)	146
Capitolul 6: Chakra a patra: „Un alt gen de cântec de dragoste“ (Starea de sănătate a inimii, a sânilor și a plămânilor)	188
Capitolul 7: Chakra a cincea: „Iubitule, nu pleacă“ (Starea de sănătate a gâtului, a tiroidei și a gurii).....	223
Capitolul 8: Chakra a șasea: „De-aș putea da timpul înapoi“ (Starea de sănătate a creierului, a ochilor și a urechilor).....	262
Capitolul 9: Chakra a șaptea: „Viața merge înainte“ (Bolile grave și atingerile morții).....	304
Postfață: De ce nu eu?.....	345
Mulțumiri.....	350
Despre autoare	356

În această parte a cărții sunt date o varietate de metode pe care le vei putea aborda. În primul rând, dacă vrei călăuzire intuitivă, pentru o problemă de sănătate pe care o ai în clipa de față, vei putea trece direct la capitolul în care e dezbătută. Spre exemplu, dacă ai probleme de plămâni, poate că vrei să începi cu capitolul referitor la chakra a patra, ca să încerci să înțelegi cu care dintre cele patru temperamente emoționale tinzi să te identifiți. Toți avem în noi un pic din fiecare tip de personalitate extremă, dar unul dintre ele este de obicei predominant. Parcurgerea pașilor pentru refacerea sistemului minte-corp, pentru acel tip de personalitate, te va ajuta să-ți „triezi“ crizele sau problemele actuale de sănătate.

În al doilea rând, dacă vrei să ai relații bune cu ceilalți oameni din viața ta – inclusiv cu mama, tatăl, partenerul, copiii, șeful, colegii de muncă, prietenii ș.a.m.d. – ai putea citi, capitol după capitol, descrierile tuturor extremelor de personalitate și sugestiile pentru refacerea sistemului minte-corp, date pentru fiecare. Dat fiind că fiecare om are șapte chakre, precum și o combinație unică de tipuri de personalitate și de griji privind sănătatea, cunoștințele despre fiecare dintre aceste tipuri de personalitate îți vor aduce o mai bună înțelegere despre felul în care să te orientezi și să interacționezi cu oamenii din viața ta, într-o manieră înțelegătoare, iubitoare și sănătoasă. În plus, cunoștințele dobândite despre aceste tipuri de personalitate te vor ajuta să-ți ameliorezi capacitatea de a descifra în permanență mesajele primite de la consilierul intuitiv lăuntric – iar asta te va aduce într-o poziție mai avantajoasă de a-ți trăi viața și de a-i ajuta pe oamenii din preajma ta, ca să și-o trăiască pe-a lor.



Capitolul unu

Cele șapte reguli ale sănătății intuitive

Numeroși oameni au simțit că sănătatea le este influențată de emoții. Poate că i-ai auzit pe prieteni sau rude, spunând: „Dacă continui să mergi pe calea pe care mergi, o să-i provoci tatălui tău un atac de inimă“; ori „Am intuit, pur și simplu, că ți s-a întâmplat ceva“; sau chiar „Serviciul acela m-a îmbolnăvit de ulcer“. Ar putea părea o exagerare, dar adevărul este că ei simt foarte bine ceva. Știința ne demonstrează că *există* o legătură între emoții și boală – fie că e vorba despre probleme de hipertensiune, depresie sau sistem imunitar.

În vremea când a început să apară practica intuiției medicale, primele persoane intuitive din domeniul medical au observat că problemele de sănătate fizică corespund unor probleme emoționale specifice, care urmăreau o hartă, numită *cele șapte chakre* sau *cei șapte centri energetici*. Ei au descoperit că o anumită zonă anatomică din corp, numită *chakră*, corespunde unei probleme energetice și emoționale particulare, din viața unei persoane. Atunci când clientul avea o problemă emoțională, ce reclama atenție, un organ din zona acelei chakre începea să dea semne de boală și apăsare.

Așa cum am scris în Introducere, când mi-am început cariera de diagnosticare intuitivă, lucram cam după cum mă tăia capul. Le spuneam clienților doar ce tipare emoționale și

simptome fizice am văzut în corpul lor, lăsându-i pe ei să interpreteze orice altă analiză sau să reflecteze la ea. La sfârșitul anilor 1980, cam prin perioada în care Caroline Myss mi-a devenit mentor, aceasta lucra la *Anatomia spiritului**, o carte care, în final, va deveni prima dintre cele cinci cărți ale ei, aflate pe lista *New York Times* a celor mai de succes cărți. În acea lucrare, ea numește cele șapte chakre sau cei șapte centri energetici, „anatomia noastră spirituală” sau „biologia biografiei noastre”. Ea scrie că acești șapte centri de bază sunt asociați cu domeniul distinctiv al sănătății omului.

La început, în calitate de candidată la un doctorat în neuro-anatomie, am opus rezistență atât ideii de chakre, cât și de centri energetici. Fiind profund implicată în lumea academică, nu mă interesa nici energia și nici anatomia spirituală, deoarece niciuna dintre ele nu avea o catedră în învățământul medical. Dar, așa cum am descoperit în timp ce umpleam toate cutii din portbagajul mașinii, cu studii extrase din numeroase publicații medicale, există într-adevăr un fundament științific, care susține sistemul antic de chakre. Iar în spatele bolii există și o componentă emoțională, ce corespunde acestor chakre. Așa cum am scris în 1988, în prima mea carte, *Awakening Intuition (Trezirea intuiției)*, ce surpriză a fost faptul că am descoperit că toate problemele de sănătate aveau tendința să se grupeze în șapte centri de bază – tipare emoționale care se potrivesc cu anatomia spirituală sau energetică, a lui Caroline Myss (vezi Figura 1 de pe pagina următoare).

Următorii douăzeci de ani i-am petrecut învățându-i pe oameni să-și citească, intuitiv, corpul, fiind atenți la felul în care simptomele fizice îi informau că un anumit aspect emoțional din viața lor e dezechilibrat. În general, oamenii s-au descurcat foarte bine. Cu timpul însă, mulți au ajuns în situația de a

* Mare parte dintre cărțile acestei autoare sunt publicate de Editura For You. N.ed.

nu mai progresa, fiind incapabili să facă acele schimbări ale tiparelor lor emoționale, care îi puteau ajuta să-și vindece bolile.

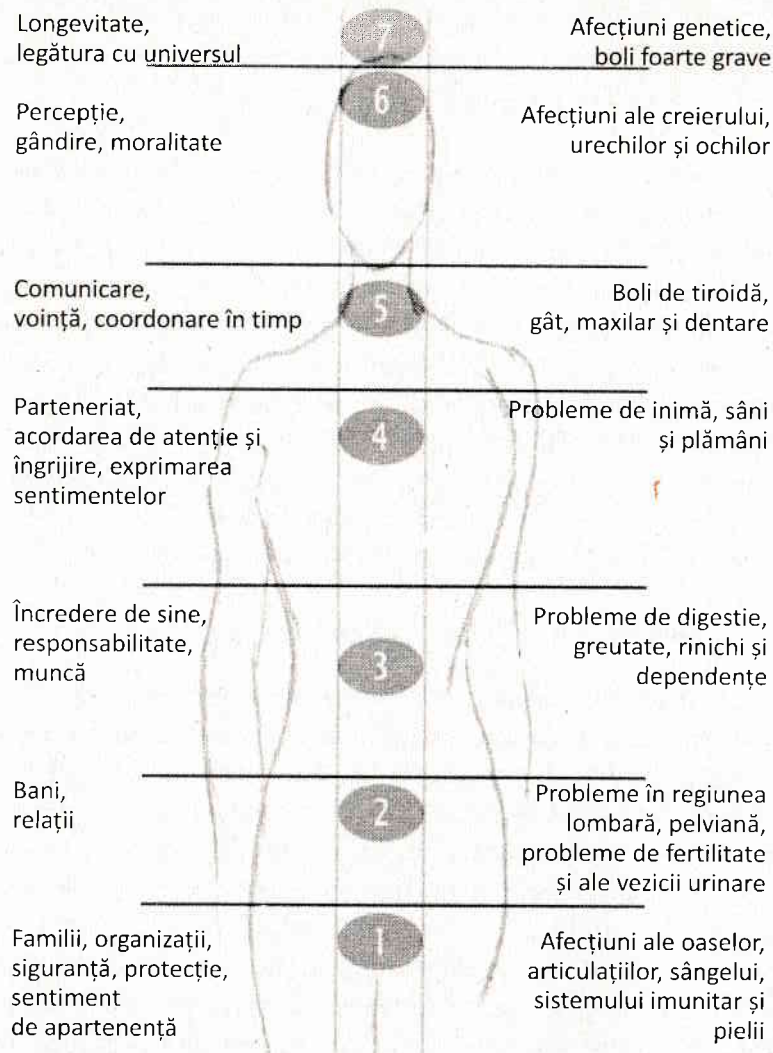
Chakra întâi Primul centru energetic

Spre exemplu, oamenii care au neliniști la nivelul chakrei întâi, au de obicei probleme de sănătate în zona oaselor, articulațiilor și a sistemului imunitar. Aceste persoane află imediat că simptomele din corp tind să se activeze, atunci când se produce o problemă în familie sau în alt domeniu din viața lor. Dacă nu se simt în siguranță sau liniștiți, problemele fizice din zona primei chakre pur și simplu se agravează. În final, cei care au probleme cronice de sănătate, la nivelul primei chakre – cum ar fi fibromialgia, osteoartrita, artrita reumatoidă și oboșeala cronică, printre altele – se îndreaptă spre unul din cele două extreme de comportament, diametral opuse.

Primul tipar al chakrei întâi: Norma Ann

În prima extremă se află oamenii care se simt în siguranță și liniștiți, doar dacă pot sta foarte retrași, încuiați în casă, cu propriile nevoi individuale. Ei tind să evite publicul, alți oameni și chiar propriile familii. A face față politicii grupurilor devine o acțiune copleșitoare pentru aceste persoane.

Am aflat foarte multe lucruri despre vindecarea problemelor primei chakre, când am făcut o citire pentru o femeie pe nume Norma Ann. Această femeie de 61 de ani era o persoană foarte receptivă din punct de vedere intuitiv și emoțional, fiind „singura persoană sensibilă din familie”. De fapt, familia îi spunea mereu că este *excesiv* de sensibilă. Norma Ann avea o capacitate foarte redusă de a suporta mediile în care exista mult haos și dramă interpersonală.

DIAGRAMA CENTRILOR ENERGETICI/CHAKRELOR**ASOCIEREA PROBLEMEI DE SĂNĂTATE CU SITUAȚIA EMOȚIONALĂ**

PROBLEME EMOȚIONALE

PROBLEME DE SĂNĂTATE

Figura 1

După o copilărie marcată de boli imune și autoimune, ale chakrei întâi – cum ar fi eczemă, răceli și gripă cronică – Norma Ann s-a mutat dintr-un serviciu în altul, fiindu-i greu să găsească o cale prin care să se adapteze politicii de grup, de la locul de muncă. În cele din urmă, nu numai că eczema din copilărie, legată de prima chakră, a recidivat la vârsta adultă, dar a mai contractat și alergii la o diversitate de produse de birou, inclusiv la tușul de copiator, la parfumuri, uleiuri și adezivul de mochetă. Într-un final, singurul mod în care Norma Ann se putea simți în siguranță și liniștită a fost să trăiască singură, într-o locuință specială, din Santa Fe, New Mexico.

Cu toate că Norma Ann știa că intuiția primei chakre îi spunea, prin intermediul sistemului imunitar, că nu se simțea în siguranță și liniștită în relații de grup, ea nu a avut nicio altă metodă de a se ocupa de problema de sănătate, în afară de a părăsi definitiv grupurile. Însă nici această soluție nu era cu adevărat eficientă, întrucât ea nu trăia o viață plină.

Al doilea tipar al chakrei întâi: Otto

În cealaltă extremă a oamenilor cu probleme ale chakrei întâi intră persoanele care se simt în siguranță și liniștite, doar dacă sunt instalate confortabil într-o familie, înconjurate de susținere constantă – opusul celor ca Norma Ann. Acești oameni consideră că starea lor de sănătate este optimă, atunci când sunt absorbiți de o familie sau de alte organizații. Ei sunt maeștri ai asocierii și apartenenței, simțindu-se foarte nesiguri și instabili, atunci când sunt singuri.

Un exemplu edificator al acestei categorii a fost Otto, un tip petrecăreț, de 24 de ani, care era veșnic ocupat. Toată lumea din cartierul Greenwich Village, din New York City, îl cunoștea. Fie că era un ceai de după-amiază, premiera unui film, un club de dans sau noul restaurant în vogă, Otto putea

fi văzut stând la o șuetă. În mijlocul mulțimii și fiind sufletul petrecerii, Otto era în elementul său și radia.

Dar, de îndată ce petrecerea se încheia și mergea singur acasă, clientul meu se simțea ca un gunoi. Dacă nu era în permanență înconjurat de susținere afectuoasă și de contactul cu prietenii, familia și colegii, chakra întâi a lui Otto – starea de spirit și sistemul său imunitar – se duceau de răpă. Iar atunci când s-a întâmplat asta, virusul papilloma uman și herpesul de care suferea s-au extins virulent. Otto se putea simți în siguranță în lume, doar dacă era foarte conectat cu un grup, astfel încât și-a pierdut capacitatea de a avea încredere în propria identitate. Singura sa aptitudine de a fi un individ în lume se manifesta atunci când era înconjurat de alți oameni.

Dacă, la fel ca Norma Ann sau Otto, tinzi spre una dintre cele două extreme – simțind nevoia de a sta izolat sau de a fi înconjurat de mulți alți oameni – vei fi predispus la afecțiuni ale primei chakre, cum sunt durerile articulare, răceli, gripă sau alte probleme ale sistemului imunitar.

A doua chakră/al doilea centru energetic

Ce se poate spune despre persoanele care au provocări la nivelul chakrei a doua – cei care au probleme la zona lombară, șold, zona pelviană, uter, ovare, fibrom uterin, prostată și fertilitate? Aceste persoane află imediat că problemele lor de sănătate acționează ca o parte din sistemul lor intuitiv, informându-i că au greutăți cu finanțele, cu banii, cu căsnicia sau cu alte relații. În esență, și aceste persoane se îndreaptă spre două extreme.

Primul tipar al chakrei a doua: Presley

La una dintre extreme se află persoanele care sunt foarte pricepute în relații, pe care eu le numesc „cei care se ocupă de

împodobirea cuibului“. Acești oameni tind să fie foarte confuzi cu privire la lumea competitivă a finanțelor, pe care o și evită.

Atunci când am făcut o citire pe Presley, de 38 de ani, mi s-a clarificat cu adevărat acest sindrom al persoanei preocupate de înfrumusețarea căminului. Presley, care avea o fiică de 12 ani și un fiu de 14 ani, tocmai descoperise că soțul ei avea o viață dublă. Trăia cu o altă femeie dintr-un stat diferit, având de zece ani o legătură amoroasă. Presley își dăruise totul, inclusiv inima și sufletul, în căsnicia și în familia ei. Se simțea pustiită.

După multe încurajări din partea mea, ea a recunoscut că închisese ochii în fața suspiciunilor că soțul o înșela de ani de zile. Presley mi-a spus că și-a ignorat intuiția, deoarece era total dependentă financiar de soțul ei și nu avea niciun fel de experiență în vreo meserie. În ciuda faptului că Presley contractase un herpes, în urmă cu trei ani și se speriase recent din cauza unui cancer cervical (ambele fiind probleme ale chakrei a doua), ea încerca să-și convingă soțul să facă o încercare cu terapia maritală, chiar dacă el recunoscuse că mariajul lor era complet mort.

Capacitatea lui Presley de a construi relații era fantastică, dar nu avea absolut nicio idee cum să construiască o bază solidă de susținere financiară. Incapacitatea ei de a echilibra aceste competențe ale chakrei a doua (relații și bani) îi periclita sănătatea – și viața.

Al doilea tipar al chakrei a doua: Leanne

Din cealaltă extremă – întâlnită la persoanele care au probleme cronice ale chakrei a doua – fac parte copiile fidele ale lui Donald Trump (sau „Donna“ Trump). Acești întreprinzători înnașcuți se simt întotdeauna în largul lor să conducă și să facă afaceri, dar tind să aibă mari probleme, atunci când vine vorba să aibă relații trainice și stabile.

Un exemplu edificator a venit din partea lui Leanne, de 34 de ani, care mi-a telefonat ca să-mi solicite o citire, atunci când a început să o supere zona lombară. La prima privire, m-am întrebat de ce această directoare de mare succes, a unei firme ce figura în clasamentul celor mai mari 500 de companii, ar avea vreo problemă de spate, asociată chakrei a doua – mai ales pentru că tocmai fusese avansată, iar căsnicia ei părea să fie înfloritoare.

Când am privit însă mai atent, am văzut că soțul lui Leanne nu avusese niciun serviciu, în tot acest timp de când erau căsătoriți. Și, chiar dacă în mod cert era avantajos că el era tăticul casnic, pentru fiica lor de doi ani și băiatul de patru ani, Leanne simțea o umbră de resentiment și nemulțumire în relația lor. Pe măsură ce soțul a început să se plictisească, să se îngrașe și să cheltuiască din ce în ce mai mulți bani, clienta mea a început să ducă stresul financiar al acestei situații, în zona lombară. Leanne întâmpina greutăți în gestionarea unei relații stabile cu soțul ei și a unor venituri constante.

Dacă te îndrepti spre unul dintre capetele spectrului – ca Presley (plină de iubire, dar cu probleme financiare) sau mai mult spre celălalt, ca Leanne (o expertă în finanțe, cu nereușite în relație) – vei tinde să ai probleme continue și repetate în chakra a doua, fie în zona lombară, fie în cea pelviană sau la organele genitale.

A treia chakră/al treilea centru energetic

Să ne uităm acum la persoanele care au probleme cu chakra a treia – tulburări digestive, neplăceri legate de greutate, rinichi sau dependențe. Aceste persoane află imediat că, atunci când simptomele se înrăutățesc, sistemul lor intuitiv de ghidare le alertează că e necesar să fie schimbat ceva în domeniul responsabilității, al muncii și încrederii în sine. Și, în afară

de asta, după un timp, oamenii care au probleme cronice de sănătate, la nivelul chakrei a treia, au tendința de a avea două personalități opuse.

Primul tipar al chakrei a treia: Suzanne

Din primul tip de personalitate fac parte oamenii care au ceea ce eu numesc „glanda hiperactivă a responsabilității”. Aceste persoane sunt veșnic forțate să-și asume obligații financiare, fizice și de alt gen, pentru toți cei din jurul lor, dar au tendința să neglijeze să facă lucruri pentru ele însele sau lucruri datorită cărora să se simtă bine.

De exemplu, Suzanne, în vârstă de 32 de ani, era îngerul familiei. Dacă aveai nevoie de cineva care să aibă grijă de copilul tău, într-o seară, o puteai solicita. Dacă aveai nevoie de cineva care să facă multe prăjituri pentru o petrecere școlară, Suzanne era femeia potrivită. Dacă erai întristat și aveai nevoie de cineva cu care să vorbești, Suzanne era mereu alături de tine – dar cine era disponibil ca să o ajute pe ea?

Atunci când am făcut o citire pentru Suzanne și am încercat să-i propun un program de activități vindecătoare, pentru refacerea sistemului minte-corp, agenda ei era deja ocupată, cu luni înainte. Am întrebat-o: „Faci exerciții fizice, în fiecare după-amiază, la ora 4?” „Nu pot”, mi-a spus ea. „Lucrez ca voluntar la un program de hrănire a celor săraci, iar la ora aceea merg să distribui mâncarea.” „Ce zici să faci dimineața exerciții fizice, timp de 30 de minute?” „O, nu pot. Trebuie să-i duc cu mașina pe copii, la școală”, a spus ea.

De fiecare dată când am insistat asupra unuia dintre răspunsurile ei (întrebând-o, de pildă, de ce copiii ei nu pot merge cu autobuzul sau să facă naveta cu mașina altor părinți), replica lui Suzanne era mereu aceeași: „Nu vreau să dezamăgesc pe nimeni”. Nu petrecea niciun pic de timp ca să-și mărească