

PRANİK ENERJİ ŞİFASI

1. SEVİYE KİTAPÇIĞI

(II. Bölüm - Uygulamalar)

CHARLOTTE ANDERSON TARAFINDAN DERLENMİŞTİR
TELİF HAKKI © 2013

İÇİNDEKİLER

SEVİYE I, BÖLÜM II - Uygulamalar

TEMEL PROTOKOL	Enerji Uygulamaları için Seviye 1 Temel Protokolü
TEKRAR	Başarılı bir Uygulama için Gerekli Adımlar
SİNDİRİM SİSTEMİ İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI	Sindirim Sistemi Hastalıkları – Basit Uygulama Sindirim Sistemi Hastalıkları – Orta Zorlukta Uygulama Pankreas Hastalıkları – Basit Uygulamalar Pankreas Hastalıkları – Orta Zorlukta Uygulama Sindirim Sistemi Hastalıkları – İleri Seviye Uygulama
OMUZ PROBLEMLERİ İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI	Omuz Problemleri – Basit Uygulama Omuz Problemleri – Orta Zorlukta Uygulama Omuz Problemleri – İleri Seviye Uygulama
DIRSEK & KOL PROBLEMLERİ İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI	Dirsek (veya Kol) Problemleri – Basit Uygulama Dirsek (veya Kol) Problemleri – Orta Zorlukta Uygulama Dirsek (veya Kol) Problemleri – İleri Seviye Uygulama
DİZ PROBLEMLERİ İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI	Diz Problemleri – Basit Uygulama Diz Problemleri – Orta Zorlukta Uygulama Diz Problemleri – İleri Seviye Uygulama
KALÇA PROBLEMLERİ İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI	Kalça Problemleri – Basit Uygulama Kalça Problemleri – Orta Zorlukta Uygulama Kalça Problemleri – İleri Seviye Uygulama

SIRT AĞRISI İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI	Sırt Ağrısı – Basit Uygulama Sırt Ağrısı – Orta Zorlukta Uygulama Sırt Ağrısı – İleri Seviye Uygulama
KULAK İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI	Kulak Hastalıkları – Basit Uygulama Kulak Hastalıkları – Orta Zorlukta Uygulama Kulak Hastalıkları – İleri Seviye Uygulama
GÖZ İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI	Göz Hastalıkları – Basit Uygulama Göz Hastalıkları – Orta Zorlukta Uygulama Göz Hastalıkları – İleri Seviye Uygulama
BURUN, BOĞAZ, AKCİĞERLER & SOLUNUM SİSTEMİ İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI	Burun Hastalıkları – Basit Uygulama Burun Hastalıkları – Orta Zorlukta Uygulama Boğaz Hastalıkları – Basit Uygulama Boğaz Hastalıkları – Orta Zorlukta Uygulama Akciğer Hastalıkları – Basit Uygulama Akciğer Hastalıkları – Orta Zorlukta Uygulama Solunum Sistemi Rahatsızlıkları – İleri Seviye Uygulama
DIŞI ÜREME SİSTEMİ İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI (Adet Ağrısı, Adet Gecikmesi & Dengesizlikleri)	Adet Ağrısı, Adet Gecikmesi & Dengesizlikleri - Basit Uygulama Adet Ağrısı, Adet Gecikmesi & Dengesizlikleri - Orta Zorlukta Uygulama Adet Ağrısı, Adet Gecikmesi & Dengesizlikleri - İleri Seviye Uygulama
İÇ SALGI BEZLERİ HASTALIKLARI İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI	Tiroid Bezi Hastalıkları – Basit Uygulama Tiroid Bezi Hastalıkları – Orta Zorlukta Uygulama İç Salgı Bezleri Hastalıkları – İleri Seviye Uygulama

ÜRİNER SİSTEM İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI	Üriner Sistem Hastalıkları – Basit Uygulama Üriner Sistem Hastalıkları – Orta Zorlukta Uygulama Üriner Sistem Hastalıkları – İleri Seviye Uygulama
HAFİF KALP SORUNLARI İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI	Kalp Hastalıkları – Basit Uygulama Kalp Hastalıkları – Orta Zorlukta Uygulama Kalp Hastalıkları – İleri Seviye Uygulama
MINÖR ACİL DURUMLAR İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI	Küçük Yanıklar için Acil Enerji Uygulamaları Küçük Çarpmalar için Acil Enerji Uygulamaları Küçük Böcek Isırıkları için Acil Enerji Uygulamaları Böcek Isırmaları veya Sokmaları için Acil Enerji Uygulamaları Küçük Kazalar için Acil Enerji Uygulamaları Kaşıntı, Isırganotu Yanması vb için Acil Enerji Uygulamaları...

Bu materyalde Alıntı yapılmış Kaynaklardan gelen Metinler, Tescil Kayıtları Beyanına dahil edilmemiştir.

Not: Bu dökümandaki Resimler Charlotte Anderson'a aittir.

I. SEVIYE ENERJİ UYGULAMALARI İÇİN TEMEL PROTOKOL

İstenen sonuca ulaşmak için lütfen bu basit yaklaşımı kullanın.

1. Uygulama yaparken saatinizi çıkarın.
2. Hassasiyeti arttırmak için el egzersizi yapın.
3. GÜLÜMSEYİN.
4. Danışanı Enerji Bilgi Alanınızdan Ayırın.
5. Doğru Yöne (*Kuzey veya Doğu*) dönün.
6. Danışana şunları söyleyin:

*“Gözlerinizi kapatın.
Alıcı olun ve ayaklarınız yere düz basacak şekilde oturun.
Enerji Devresini Tamamlayın.”*

7. Hem Uygulayıcı hem de Danışan Enerji Devresini tamamlasın.
8. İlahi Lütuflar için Dua edin.

*“Yüce Tanrı’ya,
Yüce Yüce Lütufların için Alçakgönüllülükle Teşekkür ediyoruz.
İlahi Rehberliğin, Yardımın ve Koruman için
ve Mucizevi Şifa Gücü için Teşekkür ediyoruz.
Tüm İncancımızla ve Şükranla Teşekkür ediyoruz.”*

9. Şimdi Danışana Uygulama yapmaya hazırsınız.
10. Danışanlarınızın en etkili sonuca ulaşabilmesi için ekteki Enerji Uygulamalarını adım adım takip edin.
11. Seans sırasında sık sık Ellerinizi Temizleyin.
12. Enerjiyi Koruyun. Açık Mavi Enerji kullanın. 1, 2, 3, Atın.
13. Teşekkür edin.

*“Yüce Tanrı’ya,
Yüce Yüce Lütufların için Alçakgönüllülükle Teşekkür ediyoruz.
İlahi Rehberliğin, Yardımın ve Koruman için
ve bu Danışanı Şifalandırdığın için Teşekkür ediyoruz.
Tüm İncancımızla ve Şükranla Teşekkür ediyoruz.”*

14. En sonunda Enerji Bağlantısını tümüyle koparın.
15. Uygulayıcılar Ellerini İnce Tuz ve Suyu yıkayabilirler.
16. Tuzlu Su Kasesini düzenli olarak değiştirmeyi hatırlayın.

BAŞARILI BİR UYGULAMA İÇİN GEREKLİ ADIMLAR ÜZERİNE TEKRAR

1. DUA VEYA NİYAZ, GEREK UYGULAYICI GEREKSE DANIŞANDA GÜVEN VE İNANCI GÜÇLENDİRİN

“En iyi sonuçlara, hasta tümüyle *alıcı bir hale* gelmeye yöneltildikten sonra ulaşılır... Danışan, tüm dikkatini uygulayıcıya vermesi için yönlendirilmelidir; çünkü *uygulamanın etkili olma derecesi büyük ölçüde gerek danışanın gerekse uygulayıcının verdiği dikkatin derecesine bağlıdır.*”

- Alıntı: *The Science of Psychic Healing (Psşik Şifa Bilimi)*, Yogi Ramacharaka, ©1909, Sayfa 125

2. EL ENERJİ MERKEZLERİNİN HASSASİYETİNİ ARTTIRIN

“Elleri hazırlayın – Ellerinizi birbirine sıkıca bastırın ve sonra hızlıca birbirinden ayırın – bunu birkaç kez tekrarlayın – bu onları harika bir şekilde uyaracaktır.”

- Alıntı: *The Science of Psychic Healing (Psşik Şifa Bilimi)*, Yogi Ramacharaka, ©1909, Sayfa 80

3. İSTENMEYEN VEYA ANORMAL ENERJİYİ UZAKLAŞTIRIN YA DA TEMİZLEYİN

“Çakraları Temizlemek, gerek başkalarına, gerekse kendi kendimizi şifalandırmada, psşik teknikler arasındaki en olağanüstü sonuçları verebilir.”

- Alıntı: *The Psychic Healing Book (Psşik Şifa Kitabı)*, Amy Wallace ve Bill Henkin, ©1978, Sayfa 122

4. HAYATİ YAŞAM GÜCÜNÜ YÖNELTİN VEYA AKTARIN

“... elinizi Etkilenmiş Olan Bölgeye takriben 15 santim mesafeye getirin... ve ellerinizi orada birkaç dakika tutun.”

- Alıntı: *The Science of Psychic Healing (Psşik Şifa Bilimi)*, Yogi Ramacharaka, ©1909, Sayfa 56

5. ENERJİYİ KORUYUN

“...eski bir travmaya gitmesi için tatlı sözler söyleyin, travmanın gitmesiyle oluşan boşluğu koşulsuz sevginin pembe ışığıyla doldurun... **SONRA MÜHÜRLEYİN...**”

- Alıntı: *Hands of Light (Işığın Elleri)*, Barbara Ann Brennan, ©1987, Sayfa 231, Derleyici tarafından vurgulanmıştır.

6. ENERJİDEN BAĞINIZI KESİN

“Uygulama bittikten sonra... Nazikçe bağlantıyı kesin... ve danışandan uzaklaşın...”

- Alıntı: *Hands of Light (Işığın Elleri)*, Barbara Ann Brennan, ©1987, Sayfa 235

7. TEŞEKKÜR EDİN

“Olması gereken... şifa gören kişinin sağlığına tekrar kavuştuğu için derin minnet duyguları içinde olması ve şifacının da şifaya (*İlahi*) bir kanal olma ayrıcalığı için minnet duyguları içinde olmasıdır.”

- Alıntı: *Kundalini Yoga (Kundalini Yoga)*, Swami Sivananda, ©1978, Sayfa 192

GİRİŞ

Çeşitli Durumlar ve Hastalıklar için Enerji Uygulamalarını takip etmek, bu uygulamaların Alopantik Tıbbi Tedavilerin yerini alması amacını taşımamaktadır.

Enerji Uygulamaları, Lisanslı bir Tıp Doktoru tarafından Muayene temin edilene kadar bir derece Rahatlama sağlamak için kullanılabilir. Danışandaki Rahatlama, Danışanın Alopantik Tıbbi Tedavi görmesinin önüne geçmemelidir.

Enerji Uygulayıcıları, Lisanslı Tıp Doktorlarınca tavsiye edilmiş Reçeteli İlaç Tedavilerine asla karışmamalıdır.

Enerji Uygulayıcıları, Alopantik Tıbbi Tedavilere asla karışmamalıdır ve Danışanlarına asla Reçete yazmamalı, ilaç önermemelidir.

Enerji Uygulayıcıları, Enerji Uygulaması yaparak sadece Danışanın Sistemi içindeki Enerjisel Dengesizlikleri düzelterek, hızlı bir Fiziksel ve Psikolojik iyi olma hali yaratmakla ilgilenirler.

SİNDİRİM SİSTEMİ İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI



Mide - bağırsak sistemine ait bütün hastalıklara sindirim sistemi hastalıkları denir. Bu yemek borusunu, mideyi, on iki parmak bağırsağını, boş bağırsağı (jejunum; ince bağırsağın üst yarısı), kıvrık bağırsağı (ileum; ince bağırsağın alt yarısı), kıvrık bağırsak - kör bağırsak kompleksini (ileoçekal kompleks), kalın bağırsağı (inen kolon, çapraz kolon, çıkan kolon), sigmoid kolonu ve düz bağırsağı (rektum) içerir.

Pankreas, omurgalıların endokrin (iç salgı bezleri) ve sindirim sistemlerinde yer alan bir organdır. Hem birçok önemli hormonu salgılayan bir iç salgı bezi, hem de bir sindirim organıdır.

- www.wikipedia.org

Herhangi bir karmaşık sistem gibi, sindirim kanalınız da kendi iç ve dış çevresinin etkisi altındadır ve dengesini yitirebilir. Dengesini yitirdiğinde, sonuç can sıkıcı, rahatsız edici belirtiler içerebilir.

Sürmelerine izin verildiği takdirde bu belirtiler gittikçe daha kötü hale gelebilir; ciddi rahatsızlıkların ve oluşum sürecindeki hastalıkların işaretleri olan karın ağrısı, bağırsak düzeni değişiklikleri ve benzer başka belirtileri de beraberinde getirebilir.

- <http://www.digestivesplus.com/print-digestiveprob.html> sitesinden alıntıdır.

SİNDİRİM SİSTEMİNDEKİ HASTALIKLAR – BASİT UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ağrının olduğu Bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji Bağını Kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

SİNDİRİM SİSTEMİNDEKİ HASTALIKLAR – ORTA ZORLUKTA UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ön Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Arka Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Göbek Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ağrının olduğu Bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Bağırsak bölgesi ve tüm karın	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

PANKREAS HASTALIKLARI – BASİT UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Pankreasın bulunduğu Bölge <i>Pankreasa Uygulamanın Vücutun Arka Tarafından yapılması tavsiye edilir.</i>	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ön Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

PANKREAS HASTALIKLARI – ORTA ZORLUKTA UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ön Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Arka Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ajna Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Çok nazikçe Enerji Aktarın. Parmak Uçlarınızdaki Daha Küçük Enerji Merkezlerini Kullanın.</i>
Ağrının olduğu Bölge <i>Pankreasa Uygulamanın Vücutun Arka Tarafından yapılması tavsiye edilir.</i>	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Göbek Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Kök Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

SİNDİRİM SİSTEMİNDEKİ HASTALIKLAR – İLERİ SEVİYE UYGULAMA

Tüm Enerji Merkezlerinin ve tüm Enerji Bilgi Alanının titiz bir Değerlendirmesiyle başlayın

Sonra 1-2 kere Genel Temizleme yapın

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ön Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Arka Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Göbek Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Tüm Karın Bölgesi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Mide, Karaciğer ve Safra Kesesi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Tüm Bağırsak Bölgesi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Kök Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Diğer tüm Enerji Merkezlerini inceleyin, özellikle Ajna Enerji Merkezini kontrol edin

Dengede olmayan diğer tüm Enerji Merkezlerine Uygulama yapın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun

Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin

Enerji bağıını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

OMUZ PROBLEMLERİ İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI

Omuz Zedelenmesinin Uyarıcı Belirtileri

Eğer omzunuzda ağrı hissediyorsanız, kendinize şu soruları sorun:

- Omzunuz tutulmuş mu? Kolunuzu tüm normal pozisyonlara getirebiliyor musunuz?
- Omzunuz çıkacak ya da yuvasından kayacak gibi hissediyor musunuz?
- Omzunuzda günlük aktivitelerinizi yürütecek güce sahip değil misiniz?

Ortopedistler omuz problemlerini aşağıdaki gruplara ayırır:

İnstabilite



Bazen omuz eklemlerinden biri yerinden oynar ya da normal pozisyonunun dışına çıkmaya zorlanır. Bu duruma instabilite denir ve böyle durumlar omuzdaki eklemlerden birinin yerinden çıkması ile sonuçlanabilir. İnstabilite sıkıntısı çeken kişiler kollarını kaldırırken ağrı hissedeceklerdir. Omuzları yerinden çıkacakmış gibi de hissedebilirler.

Omzun veya Kolun Sınırlı Hareketi (Sıkışma)

Sıkışma, omuz kaslarının akromiyon (kürek kemiği ile köprücük kemiği eklemi) denen omuz kemiğinin uç kısmına aşırı sürtünmesinden kaynaklanır.

Sıkışma problemleri yoğun kafa üstü kol hareketi gerektiren aktiviteler sırasında meydana gelebilir. Omuzda yangı olduğunda derhal tıbbi yardım alınmalıdır, çünkü yangı zamanla daha ciddi bir zedelenmeye sebep olabilir.

- <http://orthoinfo.aaos.org/topic.cfm?topic=a00327> sitesinden alıntıdır.

OMUZ PROBLEMLERİ – BASİT UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ağrının olduğu Bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Koltukaltındaki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji Bağını Kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

OMUZ PROBLEMLERİ – ORTA ZORLUKTA UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Kök Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ağrının olduğu Bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Koltukaltındaki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Boğaz Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Çenedeki Küçük Enerji Merkezi, Omuzdaki Ağrının olduğu Bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

OMUZ PROBLEMLERİ – İLERİ SEVİYE UYGULAMA

Tüm Enerji Merkezlerinin ve tüm Enerji Bilgi Alanının titiz bir Değerlendirmesiyle başlayın
Sonra 1-2 kere Genel Temizleme yapın

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Kök Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Arka Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ön Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ön Kalp Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın Bu Enerji Merkezine Enerji Aktarmayın
Arka Kalp Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Boğaz Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Çene Bölgesindeki Küçük Enerji Merkezi - ağrının olduğu Omza en yakın nokta	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Enerjiyi Aktarırken – Avuç İçi Enerji Merkezlerinizi yerleştirirken Parmak Uçlarımız, Danışanın Hassas Kafa Bölgesine doğrultulmamış olmalı</i>
Dirsek Bölgesindeki Küçük Enerji Merkezi – ağrının olduğu Omza en yakın nokta	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Koltukaltındaki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Tüm Omuz	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ağrının olduğu Bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Diğer tüm Enerji Merkezlerini inceleyin
Dengede olmayan diğer tüm Enerji Merkezlerine Uygulama yapın
Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağıını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

DİRSEK PROBLEMLERİ VE KOLLAR İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI



Dirsek ağrısı ve dirsek sakatlıkları yaygın şikayetlerdir. Pek çok hasta çeşitli dirsek rahatsızlıklarına derman bulmak için bir ortopedistin muayenehanesine gider. Bazı olası ağrı sebepleri şöyledir:

Tenisçi Dirseği: Tenisçi dirseği veya lateral epikondilit, dirsek ağrıları için tıbbi yardım arayan hastalarda en sık rastlanan sakatlıktır. Tenisçi dirseğine tam olarak neyin sebep olduğu

bilinmemekle birlikte tenisçi dirseğinin, dirsek ekleminde bulunan ve önkol kaslarını kol kemiğine bağlayan tendonlardaki küçük yırtılmalardan dolayı olduğu düşünülmektedir.

Golfçü Dirseği: Medial epikondilit olarak da bilinen golfçü dirseği, tenisçi dirseğine benzer bir sakatlıktır. Bu iki sakatlık arasındaki temel farklılıklar ağrının yeri ve sakatlığa sebep olarak aktivitedir. Her iki sakatlık da önkol kaslarının ve tendonlarının aşırı kullanılmasından kaynaklanmaktadır. Bu durum da dirsek eklemi etrafında yangı ve ağrıya sebep olur.

Olekranon Bursiti: Olekranon bursiti de denen dirsek bursiti, dirseğin altında yatan ve olekranon bursa denen bir kesede sıvı toplanmasına sebep olur. Dirsek bursiti en yaygın görülen bursittir. Bursa normalde dirseğin arkasındaki nokta gibi kemik çıkıntılarının etrafında düz hareketlere izin veren kaygan, kese gibi bir dokudur. Bursa iltihaplandığında kese sıvı ile dolar. Bu da acıya ve dirseğin arkasında kolayca görülebilen bir şişliğe sebep olur. Olekranon bursanın uzunluğu 6 cm'ye ulaşabilmektedir ve golf topundan daha büyük bir boyuta kadar şişebilir.

Kübital Tünel Sendromu: Sinir sıkışması sendromları ağrı, hissizlik ve güçsüzlük gibi belirtilere sebep olur. Sinir sıkışmasının pek çok sebebi olabilir. Çoğu kişi karpal tünel sendromuna – kol orta sinirinin bilek eklemine sıkışması – aşınadır.

- <http://orthopedics.about.com/b/2003/09/24/common-elbow-problems.htm>
sitesinden alıntıdır.

DİRSEK (YA DA KOL) PROBLEMLERİ – BASİT UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME / AKTARMA
Ağrının olduğu Bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Tüm Dirsek (ya da Kol) Dirseğin Sağ, Sol, Ön ve Arka Tarafları	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Dirsek Bölgesine Enerji Aktarırken her iki Avuç İçi Enerji Merkezinizi kullanabilirsiniz. Enerji Aktarımı sırasında Yogik Nefes teknikini kullanınız.</i>

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji Bağını Kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

DİRSEK (YA DA KOL) PROBLEMLERİ – ORTA ZORLUKTA UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME / AKTARMA
Dirsek Bölgesindeki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Koltukaltındaki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Avuç İçi Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ağrının olduğu Bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Kök Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Tüm Dirsek (ya da Kol) Dirseğin Sağ, Sol, Ön ve Arka Tarafları	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Dirsek Bölgesine Enerji Aktarırken her iki Avuç İçi Enerji Merkezinizi kullanabilirsiniz. Enerji Aktarımı sırasında Yogik Nefes teknikini kullanınız.</i>

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

DİRSEK (YA DA KOL) PROBLEMLERİ – İLERİ SEVİYE UYGULAMA

Tüm Enerji Merkezlerinin ve tüm Enerji Bilgi Alanının titiz bir Değerlendirmesiyle başlayın

Sonra 1-2 kere Genel Temizleme yapın

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Dirsek Bölgesindeki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Koltukaltındaki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Avuç İçi Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ağrının olduğu Bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Tüm Dirsek (ya da Kol) Dirseğin Sağ, Sol, Ön ve Arka Tarafları	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Dirsek Bölgesine Enerji Aktarırken her iki Avuç İçi Enerji Merkezinizi kullanabilirsiniz. Enerji Aktarımı sırasında Yogik Nefes teknigini kullanınız.</i>
Kök Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Arka Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ön Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Boğaz Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Diğer tüm Enerji Merkezlerini inceleyin

Dengede olmayan diğer tüm Enerji Merkezlerine Uygulama yapın

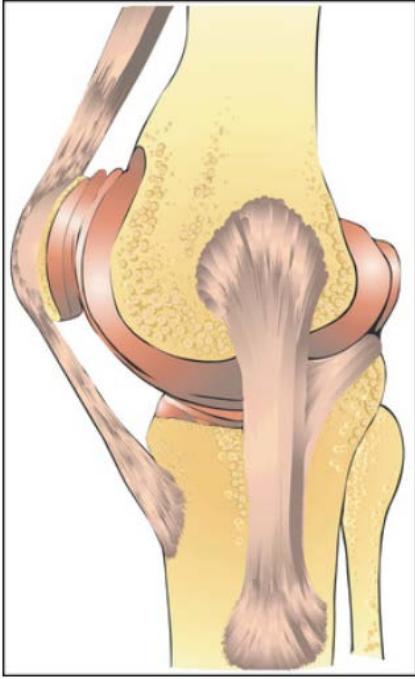
Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun

Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin

Enerji Bağını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

DİZ PROBLEMLERİ İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI

Diz ağrısı son derece yaygın bir şikayettir ve birçok sebebi vardır. Semptomlarınızın nedenlerine uygun doğru bir teşhis önemlidir. Böylelikle uygun tedavi yöntemi, şikayetin nedenine uygulanabilir. Eğer diz ağrınız varsa, bazı yaygın sebepler şunları içerir:



Diz Kapağının Yerinden Çıkması: Diz kapağının yerinden çıkması çıkma esnasında akut semptomlara sebep olur, ayrıca kronik diz ağrısına sebep olabilir.

Baker's Kisti: Baker's kisti diz ekleminin arkasının şişmesi şeklinde gözlenir ve genellikle altında menisküs yırtılması gibi başka bir sebep yatar.

Kesecik İltahabı: Eklemin etrafında yer alan ve en yaygın rahatsızlık yaşanan kesecik, diz kapağının tam üstündedir. En yaygın olarak iş için dizüstü çöken bahçıvanlar veya halıcılarda gözlenir.

Plika Sendromu: Plika sendromu diz ağrısının yaygın olmayan bir sebebidir ve teşhisi zor olabilir. Teşhis genellikle artroskopiyle yapılır. (Sinoviyal kapsülün iltihap veya inflamasyonu)

Osgood-Schlatter Hastalığı: Osgood-Schlatter hastalığı ergenlerde görülür ve eklemin önündeki büyüme tabakasındaki iltihaptan dolayı meydana gelir.

- <http://orthopedics.about.com/cs/kneeinjuries/a/kneepain.htm> 'den alıntıdır.

*Her dizin arkasında Daha Küçük Enerji Merkezleri vardır.

Diz çakranızı temizleyin... Çakralardan enerji aktığını hayalinizde canlandırın.

- *The ABC's of Chakra Therapy: A Workbook (Çakra Terapisinin ABC'si: Çalışma Kitabı)*, Deedre Diemer, ©1995, Sayfa 98'den alıntıdır.

* Her Kalçanın ortasında Daha Küçük Enerji Merkezleri vardır.

...bir kalçadan diğer kalçaya genişlesin...

- *Ancient Teachings for Beginners: Auras, Chakras, Angels, Rebirth, Astral, Projection (Yeni Başlayanlar için Kadim Öğretiler: Auralar, Çakralar, Melekler, Yeniden Doğum, Astral Seyahat)*, Douglas De Long, ©2000, Sayfa 153'ten alıntıdır.

DİZ PROBLEMLERİ – BASİT UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ağrının olduğu Bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Dizin Önü, Arkası, Sağı, Solu	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağına kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

DİZ PROBLEMLERİ – ORTA ZORLUKTA UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Cinsel Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Temel Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ağrının olduğu Bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağına kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

DİZ PROBLEMLERİ – İLERİ SEVİYE UYGULAMA

Tüm Enerji Merkezlerinin ve tüm Enerji Bilgi Alanının titiz bir Değerlendirmesiyle başlayın

Sonra 1-2 kere Genel Temizleme yapın

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Cinsel Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Kök Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Perine Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Dizdeki Küçük Enerji Merkezi (<i>Diz'in arkasındadır</i>)*	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Kalçadaki Küçük Enerji Merkezi (<i>Kalçanın ortasındadır</i>)*	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ayak Tabanının Ortasındaki Küçük Enerji Merkezi *	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ağrının olduğu Bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Tüm diğer Enerji Merkezlerini, özellikle Ön ve Arka Solar Pleksus Enerji Merkezlerinin durumlarını değerlendirin

Dengesi bozulmuş olan tüm diğer Enerji Merkezlerine uygulama yapın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun

Gerekirse daha çok kez tekrarlayın

Enerji bağını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

*Her iki ayak tabanının ortasında küçük Enerji Merkezleri vardır.

İki tane vardır, her biri ayağın tabanındadır

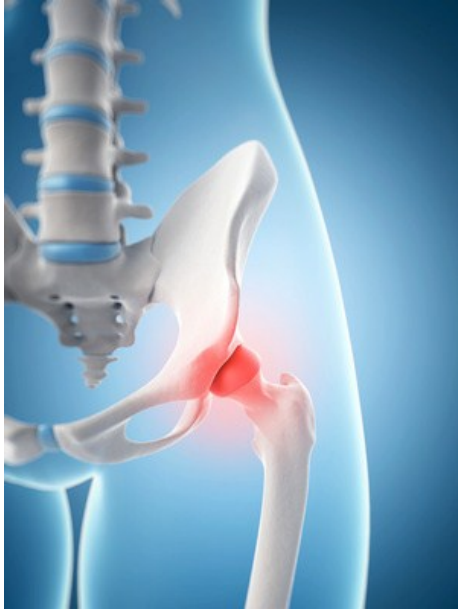
- *The ABC's of Chakra Therapy: A Workbook (Çakra Terapisinin ABC'si: Çalışma Kitabı)*, Deedre Diemer, ©1995, Sayfa 98'den alıntıdır.

KALÇA PROBLEMLERİ İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI

Kalça ağrısı yaygın bir sorundur ve yanıtıcı olabilir, çünkü birçok sebebi vardır. Semptomların altında yatan soruna yönelik uygun bir tedavi gerçekleştirilebilmek için, semptomların sebeplerinin tam ve doğru bir teşhisini yapabilmek önemlidir. Eğer kalça ağrınız varsa bazı genel sebepleri şunları içerebilir:

Bel Ağrısı – İlgili Semptomlar: Birçok sırt ve omurga problemi kalça ve kaba etler çevresinde semptomlara yol açabilir. Kalça bölgesindeki ağrılarla ilgili en yaygın sorunlar fitikli diskler ve siyatiktir.

Atlaman Kalça (Snapping Hip) Syndrome: Atlaman Kalça Sendromu üç farklı kalça problemini tanımlamak için kullanılan bir terimdir. İlk problem, iliotibial bandın uyluğun dış kısmının üzerinden aşmasıdır. İkincisi, derin kalça fleksör kasının kalça ekleminin ön kısmının üzerinden aşmasıdır. Son olarak da kalça soketi etrafındaki kıkırdak veya eklem yuvası yırtılmaları bir atlama hissi yaratabilir.



Kas Gerilmeleri: Kalça ve leğen kemiği etrafındaki kasların gerilmesi ağrı ve spazma neden olabilir. En yaygın gerilmeler kasık ve kiriş çekmeleridir.

Kalça Kırığı: Kalça kırıkları en çok osteoporozlu yaşlı hastalarda yaygındır. Kırılan kalçaların tedavisi; ameliyatla kırılan bölümün değiştirilmesi ya da metal plaka ve vidalarla onarılmasını gerektirir.

- <http://orthopedics.about.com/cs/hipsurgery/a/hippain.htm>'den alıntıdır.

KALÇA PROBLEMLERİ – BASİT UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ağrının olduğu bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Kalçanın Sol ve Sağ Tarafı	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağıını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

KALÇA PROBLEMLERİ – ORTA ZORLUKTA UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Kök Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Cinsel Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Kalçadaki Küçük Enerji Merkezi (<i>Kalçanın ortasında yer alır</i>)*	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ağrının olduğu bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağıını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

KALÇA PROBLEMLERİ – İLERİ SEVİYE UYGULAMA

Tüm Enerji Merkezlerinin ve tüm Enerji Bilgi Alanının titiz bir Değerlendirmesiyle başlayın

Sonra 1-2 kere Genel Temizleme yapın

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Cinsel Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Kök Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Perine Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Göbek Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Dizdeki Küçük Enerji Merkezi (<i>Diz'in arkasında yer alır</i>)*	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Kalçadaki Küçük Enerji Merkezi (<i>Kalçanın ortasında yer alır</i>)*	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ayak tabanının ortasındaki Küçük Enerji Merkezi*	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ağrının olduğu bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Kalçanın sağ ve sol yanları	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Tüm diğer Enerji Merkezlerini, özellikle Ön ve Arka Solar Pleksus Enerji Merkezlerinin durumunlarını değerlendirin

Dengesi bozulmuş olan tüm diğer Enerji Merkezlerine uygulama yapın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun

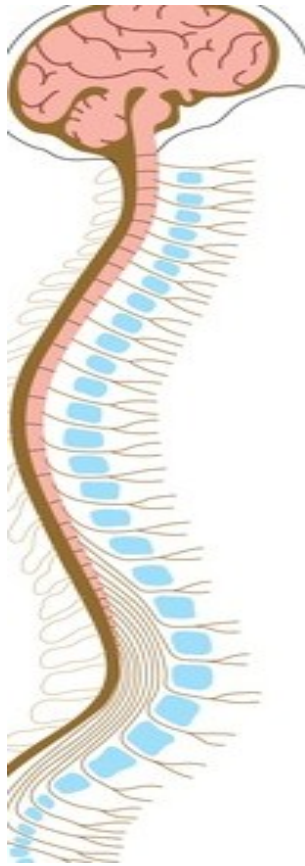
Gerekirse daha çok kez tekrarlayın

Enerji bağı kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

SIRT AĞRISI İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI

İngiltere'deki Ulusal Sağlık Hizmetleri'ne (National Health Service) göre, sırt ağrıları Birleşik Krallık'ta en fazla görülen işe gitmeme sebebidir. Sırt ağrıları sancılı ve rahatsız bir durum olmakla beraber genellikle ciddi değildir. Sırt ağrısı her yaştaki insanı etkileyebilir, özellikle 35 – 55 yaşları arasındaki insanlarda sıklıkla görülmektedir.

Uzmanların dediğine göre sırt ağrısı kemiklerimizin, kaslarımızın ve bağlarımızın birlikte nasıl çalıştığı ile ilintilidir.



Sırtımızın aşağısındaki ağrı; kemikli lomber omurgasıyla, omurlar arasındaki disklerle, omurganın ve disklerin çevresindeki bağlarla, omurilikle ve sinirlerle, alt sırt kaslarıyla, karınla ve leğen kemiği civarındaki iç organlarla ve lomber bölgesindeki deri ile bağlantılı olabilir. Sırtın üst kısmındaki ağrı; aorttaki düzensizliklerden, göğüsteki tümörlerden ve omurga iltihabından kaynaklanıyor olabilir.

- <http://www.medicalnewstoday.com/articles/172943.php>'den alıntıdır.

Duygusal stresin ya da fizyolojik faktörlerin her hangi bir sırt problemini daha kötüye götürebileceği genelde kabul edilirken, “strese bağlı” sırt ağrısı kavramı bunu bir adım daha ileriye götürmektedir. Strese bağlı sırt ağrısı teşhisinde, psikolojik ve duygusal faktörlerin *öncelikli* etkiye sahip olduğu kabul edilir.

- <http://www.spine-health.com/conditions/depression/stress-related-back-pain>'den alıntıdır.

SIRT AĞRISI – BASİT UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ağrının olduğu bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Eğer ağrı Meng Mein Enerji Merkezindeyse – Meng Mein Enerji Merkezine Enerji Aktarmayın</i>
Kök Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağıny kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

SIRT AĞRISI – ORTA ZORLUKTA UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Kök Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Arka Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ağrının olduğu bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Eğer ağrı Meng Mein Enerji Merkezindeyse – Meng Mein Enerji Merkezine Enerji Aktarmayın</i>

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağıny kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

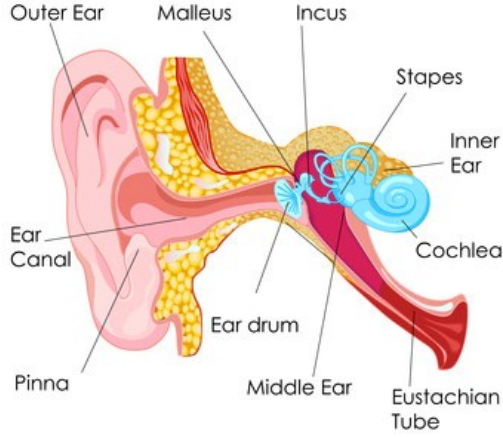
SIRT AĞRISI – İLERİ SEVİYE UYGULAMA

Tüm Enerji Merkezlerinin ve tüm Enerji Bilgi Alanının titiz bir Değerlendirmesiyle başlayın
Sonra 1-2 kere Genel Temizleme yapın

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Cinsel Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Kök Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Perine Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Göbek Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ön Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Arka Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Meng Mein Enerji Merkezi	Temizleyin Bu Enerji Merkezine Enerji Aktarmayın
Sağ Kalçadaki Küçük Enerji Merkezi (<i>sağ kalçanın ortasında yer alır</i>)	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Sol Kalçadaki Küçük Enerji Merkezi (<i>sol kalçanın ortasında yer alır</i>)	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ağrının olduğu bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Eğer ağrı Meng Mein Enerji Merkezindeyse – Meng Mein Enerji Merkezine Enerji Aktarmayın</i>

Tüm diğer Enerji Merkezlerini değerlendirin, özellikle Sağ ve Sol Ayak Tabanı Enerji Merkeziyle Ajna Enerji Merkezini değerlendirin
Dengesi bozulmuş olan tüm diğer Enerji Merkezlerine uygulama yapın
Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Gerekirse daha çok kez tekrarlayın
Enerji bağıni kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

KULAK İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI



Kulaklar ve Yaygın Kulak Problemleri

- Kulak Enfeksiyonları
- Yüzücü Kulağı
- Kulak Kiri
- Kulakta Çınlama
- Baş dönmesi veya Vertigo
- Duyma Problemleri ve Duyma Aygıtları

Kulak Enfeksiyonları

Orta kulak iltihabı diye de bilinen kulak enfeksiyonu; soğuk, alerji veya üst solunum yolu enfeksiyonu ve bakteri ya da virüsler nedeniyle kulak zarının arkasındaki sıvının akışında yaşanan aksamalardan kaynaklanır.

Yüzücü Kulağı

Yüzücü kulağı ya da dış kulak iltihabı, kulak kanalının tipik bir bakteriyel enfeksiyonu olup, kulak zarının arkasındaki sıvı ile ilgili olan orta kulak iltihabından farklıdır. Dış kulak iltihabı en çok suyun kulak kanalında hapsolmesiyle ortaya çıkar.

Kulak Kiri

Sağlıklı kulaklarda kulak kiri (serumen) olması normaldir. Kulak kirinin amacı kulak kanalının derisini nemlendirip korumak ve toz ve partikülleri kulak zarına ulaşmadan önce durdurmaktır. Kulak kiri kulak kanalının dış kısmında oluşur. Normalde kulak kiri, kulak kanalının dış açıklığına doğru gider ve pul yapısı olarak dışarı dökülür.

- <http://www.drleatall.com/Common-Ear-Problems.htm>'den alıntıdır.

KULAK HASTALIKLARI – BASİT UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ağrının olduğu kulak	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağıını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

KULAK HASTALIKLARI – ORTA ZORLUKTA UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Küçük Kulak Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ağrının olduğu bölge <i>(Uzun Enerji Parmaklarımızla kulağın derininden ağrıyı çıkardığımızı gözünüzde canlandırın)</i>	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Enerjiyi çok nazik bir şekilde aktarın. Parmak uçlarındaki Küçük Enerji Merkezlerinizi kullanın</i>

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağıını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

KULAK HASTALIKLARI – İLERİ SEVİYE UYGULAMA

Tüm Enerji Merkezlerinin ve tüm Enerji Bilgi Alanının titiz bir Değerlendirmesiyle başlayın

Sonra 1-2 kere Genel Temizleme yapın

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ajna Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Enerjiyi çok nazik bir şekilde aktarın Parmak uçlarındaki Küçük Enerji Merkezlerinizi kullanın</i>
Başın Arkasındaki Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Sağ Kulaktaki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Sol Kulaktaki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Sol Çene Bölgesindeki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Sağ Çene Bölgesindeki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Sağ Şakak Bölgesindeki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Sol Şakak Bölgesindeki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ağrının olduğu bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Boğaz Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Boğazın aşağısında bulunan yumuşak bölgedeki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Enerji aktarmak için tercihen iki parmak kullanın. Ön Kalp Enerji Merkezine Enerji Aktarmaktan kaçının</i>

Tüm diğer Enerji Merkezlerinin, özellikle Ön ve Arka Solar Pleksus Enerji Merkezlerinin durumlarını değerlendirin

Dengesi bozulmuş olan tüm diğer Enerji Merkezlerine uygulama yapın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun

Gerekirse daha çok kez tekrarlayın

Enerji bağıni kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

GÖZ İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI

İnsanlar yaşlandıkça yaygın olarak görülen türlü göz problemleri, insanları herhangi bir yaşta da etkileyebilirler. Rastlanılan göz problemleri şöyledir:

Gözde Uçuşan Cisimler (Floaters): Görme alanında uçuşan küçük leke ya da beneklerdir. Çoğu insan bunları iyi aydınlatılmış bir odada ya da parlak bir günde açık havada fark edebilir. Floaters çoğunlukla normaldir fakat bazen özellikle ışık kırılma noktaları ile birlikte görülüyorsa retina ayrılması gibi ciddi bir göz problemine işaret ediyor olabilir. Eğer görmekte olduğunuz lekelerin ya da parlaklıkların türünde ya da sayısında ani bir değişiklik gözlemliyorsanız, mümkün olduğunca çabuk bir şekilde göz doktorunuza gidiniz.



Göz Kuruluğu: Bu durum, gözyaşı bezleri yeterli miktarda yaş üretmediğinde ya da düşük kalitede yaş ürettiğinde olur. Göz kuruluğu rahatsızlık verici olabilir ve kaşınma, yanma ya da nadiren görme kaybına yol açabilir. Göz doktorunuz evinizde nemlendirici kullanmanızı, gözyaşınızı uyararak akmasını sağlayacak özel göz damlalarını ya da gözyaşı kanallarının içine yerleştirilerek gözyaşı dirençini azaltan punktum tıkaçı tavsiye edebilir.

Yaşarma: Işığa, rüzgara ve sıcaklık değişimlerine hassasiyetten kaynaklı olarak çok fazla gözyaşı akışı meydana gelebilir. Gözleri korumak ya da güneş gözlüğü takmak bu sorunu bazen çözebilir. Yaşarma, bazen göz enfeksiyonu ya da tıkalı gözyaşı kanalı gibi daha ciddi bir soruna işaret ediyor olabilir. Göz doktorunuz bunları tedavi edip düzeltebilir.

Diğerleri:

- Katarakt
- Glokom

- <http://www.webmd.com/eye-health/common-eye-problems> sitesinden alıntıdır.

GÖZ HASTALIKLARI – BASİT UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ağrının olduğu göz	Temizleyin Bu Enerji Merkezine Enerji Aktarmayın
Tedavi edilen gözün şakağındaki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağına kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

GÖZ HASTALIKLARI – ORTA ZORLUKTA UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ajna Enerji Merkezi	Temizleyin <i>Enerjiyi çok nazik bir şekilde yöneltin. Parmak uçlarındaki Küçük Enerji Merkezlerinizi kullanın</i>
Tedavi edilen gözün şakağındaki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Gözler	Temizleyin Bu Enerji Merkezine Enerji Aktarmayın
Başın Arkasındaki Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağına kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

GÖZ HASTALIKLARI – İLERİ SEVİYE UYGULAMA

Tüm Enerji Merkezlerinin ve tüm Enerji Bilgi Alanının titiz bir Değerlendirmesiyle başlayın
Sonra 1-2 kere Genel Temizleme yapın

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ajna Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Enerjiyi çok nazikçe aktarın. Parmak uçlarınızdaki Küçük Enerji Merkezlerinizi kullanın</i>
Başın Arkasındaki Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Sağ Şakakdaki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Sol Şakakdaki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Gözler	Temizleyin Bu Enerji Merkezine Enerji Aktarmayın
Sağ Gözün içindeki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin Bu Enerji Merkezine Enerji Aktarmayın
Sol Gözün içindeki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin Bu Enerji Merkezine Enerji Aktarmayın
Boğaz Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Tüm diğer Enerji Merkezlerinin, özellikle Ön ve Arka Solar Pleksus Enerji Merkezlerinin durumlarını değerlendirin

Dengesi bozulmuş olan tüm diğer Enerji Merkezlerine uygulama yapın

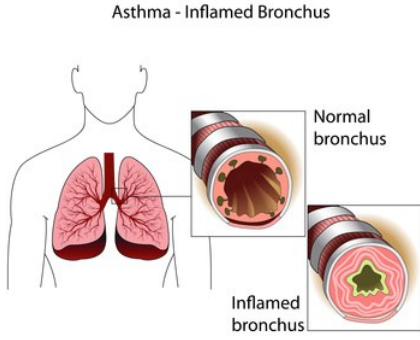
Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun

Gerekirse daha çok kez tekrarlayın

Enerji bağıni kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

BURUN, BOĞAZ, AKCİĞERLER & SOLUNUM SİSTEMİ İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI

Solunum yolu rahatsızlığı, gelişkin organizmalardaki gaz alışverişini mümkün kılan organları ve dokuları etkileyen patolojik koşulları ve üst



solunum sisteminin, nefes borusunun, bronşların, bronşçukların, alveollerin, akciğer zarının ve akciğer boşluğunun ve de solunum sinirleriyle kaslarının durumlarını kapsayan bir tıbbi terimdir. Solunum yolu hastalıkları, hafif ve sınırlayıcı olan örneğin soğuk algınlığından, hayati tehlike arz eden bakteri kaynaklı zatürre, akciğer embolisi ve akciğer kanserine kadar değişir.

Solunum yolları hastalıkları bilim dalı göğüs hastalıkları olarak bilinir. Bu dalın uzmanı olan doktora göğüs hastalıkları uzmanı, solunum yolları uzman hekimi, solunum yolu uzmanı veya göğüs uzman hekimi denir.

- http://en.wikipedia.org/wiki/Respiratory_disease 'den alıntıdır.

Ateş, insan vücut sıcaklığının normal değer aralığından daha yüksek olması demektir. Normal vücut sıcaklığı, gün içinde 37°C'nin 1 derece altına ve üstüne olmak üzere dalgalanma gösterir. Daha düşük sıcaklıklar genellikle güneşin doğuşundan önce, yüksek olanlar ise akşamüzeri görülür.

Ateşin varlığı genellikle vücudun bağışıklık sisteminin uyarılmasıyla ilişkilendirilir. Ateş, bağışıklık sisteminin virüsler ve bakteriler gibi enfeksiyon ajanları üzerinde avantaj kazanma girişimini destekler ve sıcaklığa karşı hassas olan virüsler ve bakterilerin çoğalabilmesi için vücudu daha elverişsiz kılar. Ancak ateşin tek sebebi enfeksiyon yapıcı ajanlar değildir. Örneğin anfetamin ve alkol almak da yüksek ateşe sebep olabilir. Bunun yanında çevresel etkilere bağlı olarak sıcak çarpması ve bununla bağlantılı hastalıklarda da ateş yükselebilir.

- <http://www.scientificamerican.com/article.cfm?id=what-causes-a-fever> 'dan alıntıdır

BURUN HASTALIKLARI – BASİT UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME / AKTARMA
Burunda kaşların arasındaki bölge	Temizleyin Enerji Aktarın <i>Parmak Enerji Merkezlerini kullanarak</i>

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

BURUN HASTALIKLARI – ORTA ZORLUKTA UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME / AKTARMA
Ajna Enerji Merkezi	Temizleyin <i>Enerjiyi çok nazikçe aktarın. Parmak Uçlarımızdaki Küçük Enerji Merkezlerini Kullanın</i>
Sağ Burun Deliğindeki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin Enerji Aktarın <i>1 ve 2. Parmak Enerji Merkezlerini Kullanın</i>
Sol Burun Deliğindeki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin Enerji Aktarın <i>1 ve 2. Parmak Enerji Merkezlerini Kullanın</i>

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

BOĞAZ HASTALIKLARI – BASİT UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ağrının olduğu bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

BOĞAZ HASTALIKLARI – ORTA ZORLUKTA UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Boğaz Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Boğazın aşağısındaki yumuşak Bölgedeki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Enerji aktarımı için tercihen iki parmak kullanın. Ön Kalp Enerji Merkezine Enerji Aktarmaktan kaçının</i>
Sağ Çene Bölgesindeki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Sol Çene Bölgesindeki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

AKCİĞER HASTALIKLARI – BASİT UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ağrının olduğu bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Eğer bu bölge kalbe yakınsa Parmaklarınızı kalbe doğru tutmayın. Vücudun diğer bölümlerinde daha hassas olan kalbin içine Parmaklarınızdan Enerji aktarmayın</i>

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin

AKCİĞER HASTALIKLARI – ORTA ZORLUKTA UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ön Kalp Enerji Merkezi	Temizleyin Bu Enerji Merkezine Enerji Aktarmayın
Arka Kalp Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Akciğerler, Ön, Arka, Sağ ve Sol Taraf	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Enerji Aktarırken – Vücudun SADECE, bedeninin Arka tarafından Enerji aktarın. Parmak uçlarınızı Danışanın Hassas Baş Bölgesinden başka tarafa bakar şekilde yönlendirin.</i>
Ön Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Arka Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

SOLUNUM SİSTEMİ RAHATSIZLIKLARI – İLERİ SEVİYE UYGULAMA

Tüm Enerji Merkezlerinin ve tüm Enerji Bilgi Alanının titiz bir Değerlendirmesiyle başlayın
Sonra 1-2 kere Genel Temizleme yapın

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME / AKTARMA
Taç Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ajna Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Enerjiyi oldukça nazik bir şekilde aktarın</i> <i>Parmak uçlarındaki Küçük Enerji Merkezlerini kullanın</i>
Boğaz Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Boğazın aşağısındaki yumuşak bölgedeki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Enerji aktarmak için tercihen iki Parmak kullanın. Ön Kalp Enerji Merkezine Enerji aktarmaktan kaçın</i>
Arka Kalp Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ön Kalp Enerji Merkezi	Temizleyin Bu Enerji Merkezine Enerji aktarmayın
Akciğerlerdeki Küçük Enerji Merkezleri (<i>her bir lob Akciğerin belli bölgesine uygun bir Enerji Özümsemesi ve Dağıtımına yardım eden Daha Küçük Enerji Merkezine bağlıdır</i>)	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Enerjiyi oldukça nazik bir şekilde aktarın</i> <i>Parmak uçlarındaki Küçük Enerji Merkezlerini kullanın</i>
Ön Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Arka Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Sağ Çene Bölgesindeki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Avuçlarınızı Danışanın Hassas Baş Bölgesinden başka tarafa bakar şekilde yönlendirin</i>
Sol Çene Bölgesindeki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Avuçlarınızı Danışanın Hassas Baş Bölgesinden başka tarafa bakar şekilde yönlendirin</i>

Tüm diğer Enerji Merkezlerini; özellikle Alın Enerji Merkezinin yanısıra Kök Enerji Merkezi ve Göbek Enerji Merkezi'nin durumlarını değerlendirin

Ateş söz konusuysa, Solar Pleksus Enerji Merkezi'ne yapılan uygulamayı daha sık tekrarlayın

Dengesi bozulmuş olan tüm diğer Enerji Merkezlerine uygulama yapın Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Gerekirse daha çok kez tekrarlayın

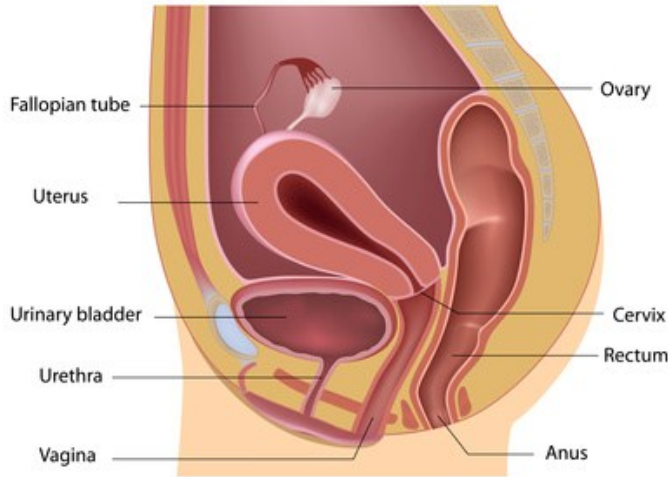
Enerji bağıni kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

DIŞI ÜREME SİSTEMİ İÇİN ENERJİ TEDAVİLERİ

(Regl Ağrısı, Geciken Regl & Dengesizlikler)

Regl sırasında yaşanan rahatsızlıkların derecesi kadından kadına değişmektedir. Bazıları özel günlerinde hiçbir rahatsızlık hissetmezken diğerleri rahatsızlık verici semptomlardan kötü bir şekilde etkilenirler. Bu semptomlardan bazıları şunlardır:

- karın ağrısı
- vajinada ağrı
- mide bulantısı ve genel olarak kötü hissetme
- ishal
- terleme
- yorgunluk



Genç bir bayan adet görmeye başladığında ve hatta menapoza yaklaştığında adetler çoğunlukla hafif ya da seyrek olur. Bu normaldir çünkü her ay yumurta üretilmemektedir.

Birçok kadın her altı ayda, bir ya da iki düzensiz adet görür. Bu, genellikle ciddi bir durumdan kaynaklanmaz, ancak birçok kadın

jinekologlarından bir açıklama ve rahatlatılmayı beklerler.

Seyrek regllerin en yaygın sebebi polikistik yumurtalıklar denenen durumdur. Bu yaygın olarak gözlenen durum, hormon dengesizliği ile birlikte çok küçük boyutlardaki (1 cm'den küçük) birçok kistin, yumurtalıklar üzerinde belirmesidir.

Bu durum düzensiz yumurtlamayla sonuçlanır ve bu yüzden regller genellikle seyrek olur.

- http://www.netdoctor.co.uk/health_advice/facts/menstruation_cycle.htm sitesinden alıntıdır.

ADET AĞRISI & DENGESİZLİKLERİ – BASİT UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ağrının olduğu bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Rahim	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin

ADET AĞRISI & DENGESİZLİKLERİ – ORTA ZORLUKTA UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Cinsel Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Kök Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Göbek Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ağrının olduğu bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağıni kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

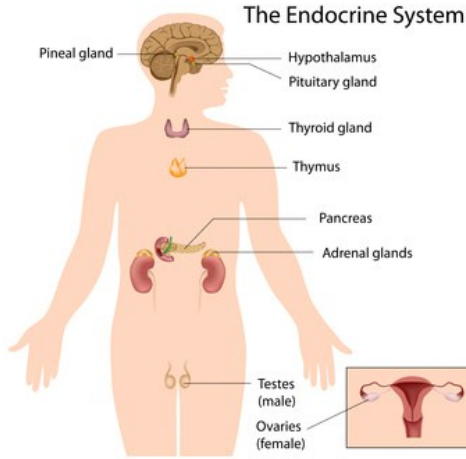
ADET AĞRISI & DENGESİZLİKLERİ – İLERİ SEVİYE UYGULAMA

Tüm Enerji Merkezlerinin ve tüm Enerji Bilgi Alanının titiz bir Değerlendirmesiyle başlayın
Sonra 1-2 kere Genel Temizleme yapın

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Cinsel Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Kök Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Perine Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Göbek Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ajna Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Enerjiyi çok nazikçe aktarın. Parmak Uçlarımızdaki Küçük Enerji Merkezlerini kullanın</i>
Ön Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Arka Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ağrının olduğu bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Tüm diğer Enerji Merkezlerini değerlendirin
Dengesi bozulmuş olan tüm diğer Enerji Merkezlerine uygulama yapın
Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Gerekirse daha çok kez tekrarlayın

ENDOKRİN BEZLERİ HASTALIKLARI İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI



Vücudunuzdaki endokrin sisteminizde sekiz tane ana salgı bezi vardır. Bu salgı bezleri, kan akışı ile yolculuk yaparak dokulara veya organlara giden kimyasal kuryeler olan hormonları üretirler. Hormonlar yavaş bir şekilde çalışır ve vücut sürecini tepeden tırnağa dek etkilerler.

Bu süreçler:

- Büyüme ve gelişim
- Metabolizma - sindirim, vücuttan atma, nefes alma, kan dolaşımı ve vücut sıcaklığının sağlanması
- Cinsel fonksiyon
- Üreme
- Ruh hali

Eğer hormon düzeyleriniz çok yüksek veya çok düşükse bir hormon dengesizliğiniz olabilir. Hormonal rahatsızlıklar, vücudunuzun hormonlara vermesi gereken tepkileri vermemesi ile de ortaya çıkabilir. Stres, enfeksiyon ve kan akışkanlığı ile elektrolit dengesindeki değişimler de hormon düzeylerini etkileyebilir.

- <http://www.pamf.org/endocrinology/services/faqs.html> 'den alıntıdır.

TİROİD BEZİ

Tiroid bezi, ürettiği hormonlarla vücudunuzdaki neredeyse tüm metabolik süreçleri etkiler. Tiroid düzensizlikleri; küçük, zararsız tedaviye gerek olmayan guatrdan (büyümüş bez), hayatı tehdit eden kansere kadar değişmektedir. En yaygın tiroid problemleri tiroid hormonlarının anormal üretimini içermektedir. Çok fazla tiroid hormonu hipertiroid denen bir duruma yol açar. Yetersiz hormon üretimi hipertiroidide doğru gider.

- <http://women.webmd.com/guide/understanding-thyroid-problems-basics> 'den alıntıdır.

TİROİD BEZİ HASTALIKLARI – BASİT UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ağrının olduğu bölge (Bezin kendisi)	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Boğaz Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

TİROİD BEZİ HASTALIKLARI – ORTA ZORLUKTA UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ön Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Arka Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Boğaz Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Boğazın aşağısındaki yumuşak bölgedeki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Enerji Aktarımı için tercihen iki parmak kullanın. Ön Kalp Enerji Merkezine Enerji Aktarmaktan kaçının</i>
Ajna Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Enerjiyi nazik bir şekilde aktarın. Parmak Uçlarındaki Küçük Enerji Merkezlerini kullanın</i>
Ağrının olduğu bölge (Bezin kendisi)	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

ENDOKRİN BEZLERİ HASTALIKLARI – İLERİ SEVİYE UYGULAMA

Tüm Enerji Merkezlerinin ve tüm Enerji Bilgi Alanının titiz bir Değerlendirmesiyle başlayın

Sonra 1-2 kere Genel Temizleme yapın

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME / AKTARMA
Taç Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Alın Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ajna Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Enerjiyi nazik bir şekilde aktarın. Parmak Uçlarındaki Küçük Enerji Merkezlerini kullanın</i>
Boğaz Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Boğazın aşağısındaki yumuşak bölgedeki Küçük Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Enerji Aktarımı için tercihen iki parmak kullanın. Ön Kalp Enerji Merkezine Enerji Aktarmaktan kaçının</i>
Ön Kalp Enerji Merkezi	Temizleyin Bu Enerji Merkezine Enerji aktarmayın
Arka Kalp Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ön Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Arka Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Göbek Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ön Dalak Enerji Merkezi	Temizleyin Bu Enerji Merkezine Enerji aktarmayın
Arka Dalak Enerji Merkezi	Temizleyin Bu Enerji Merkezine Enerji aktarmayın
Kök Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Cinsel Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

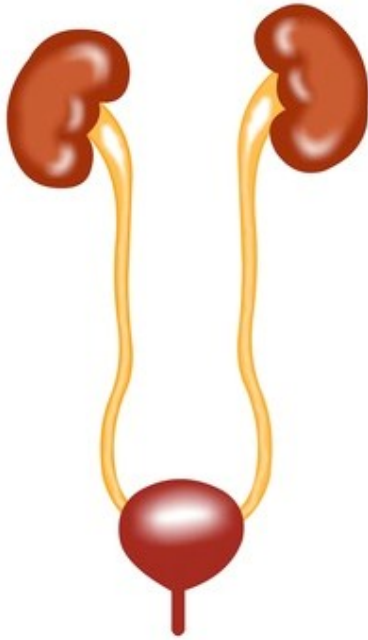
Tüm diğer Enerji Merkezlerini değerlendirin
Dengesi bozulmuş olan tüm diğer Enerji Merkezlerine uygulama yapın
Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Gerekirse daha çok kez tekrarlayın
Enerji bağını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

ÜRİNER SİSTEM İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI

Renal sistem olarak da bilinen üriner sistem böbrekler tarafından salgılanan akışkan olan idrarı üretir, depolar ve atar. Üriner sistem iki böbrek, iki üst idrar kanalı (üreter), idrar torbası, iki büzgen (sfinkter) kas ve idrar yolundan (üretra) oluşur.

- <http://www.livescience.com/27012-urinary-system.html>'den alıntıdır.

Yaygın bir hastalık olan İdrar Yolları Enfeksiyonu, idrar yollarında meydana gelir. Enfeksiyonlara, mantarlar, virüsler ve bakteriler gibi -



ancak mikroskopla görülebilecek kadar küçük organizmalar- mikroplar sebep olur. Bakteriler Üriner Sistem Enfeksiyonlarının en yaygın sebebidir. Normalde idrar yoluna giren bakteriler semptomlara yol açmadan önce vücut tarafından hızlı bir şekilde uzaklaştırılırlar. Ancak bazen bakteriler vücudun doğal savunmasını aşarak enfeksiyona sebep olurlar. İdrar yolunda oluşan enfeksiyona üretrit adı verilir. İdrar torbası enfeksiyonuna sistit denir. Bakteriler üst idrar kanallarına kadar ulaşır, çoğalarak böbrekleri etkileyebilir. Böbrek enfeksiyonuna

ise piyelonefrit adı verilir.

- <http://kidney.niddk.nih.gov/kudiseases/pubs/utiadult/> sitesinden alıntıdır.

ÜRİNER SİSTEM HASTALIKLARI – BASİT UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ağrının olduğu bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

ÜRİNER SİSTEM HASTALIKLARI – ORTA ZORLUKTA UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Cinsel Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Kök Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Perine Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ağrının olduğu bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Meng Mein Enerji Merkezi	Temizleyin Bu Enerji Merkezine Enerji aktarmayın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

ÜRİNER SİSTEM HASTALIKLARI – İLERİ SEVİYE UYGULAMA

Tüm Enerji Merkezlerinin ve tüm Enerji Bilgi Alanının titiz bir Değerlendirmesiyle başlayın
Sonra 1-2 kere Genel Temizleme yapın

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Cinsel Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Kök Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Perine Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ağrının olduğu bölge	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Böbrekler – Sağ ve Sol	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Enerjiyi nazikçe aktarın</i> <i>Çok fazla miktarda enerji aktarmayın</i> <i>Böbreklere Enerji Aktardıktan sonra</i> <i>Meng Mein Enerji Merkezini kontrol edin</i>
Meng Mein Enerji Merkezi	Temizleyin Bu Enerji Merkezine Enerji aktarmayın
Ön Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Arka Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ajna Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Enerjiyi oldukça nazik bir şekilde aktarın</i> <i>Parmak Uçlarındaki Küçük Enerji Merkezlerini kullanın</i>
Boğaz Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Tüm diğer Enerji Merkezlerini değerlendirin
Dengesi bozulmuş olan tüm diğer Enerji Merkezlerine uygulama yapın
Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Gerekirse daha çok kez tekrarlayın
Enerji bağıni kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

HAFİF KALP SORUNLARI İÇİN ENERJİ UYGULAMALARI

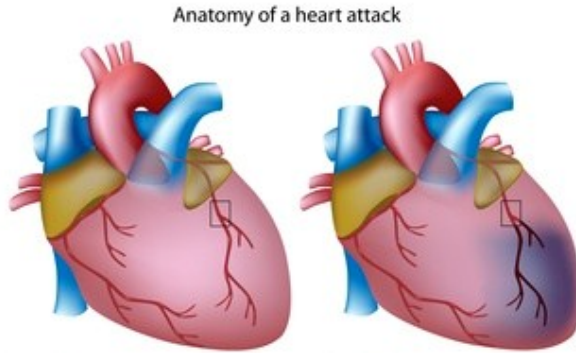
Tekleyen bir kalp atışı, göğsünüz civarında zıplayan bir balık hissi, kalp ritminin hızlanması; bütün bunlar atriyal fibrilasyonun yani en yaygın kalp ritim bozukluğunun fiziksel hisleridir.

Bu semptomlar insandan insana değişiklik gösterse de uzmanlara göre bu uyarıları görmezden gelmek sağlığınız için zararlı olabilir.

İnsanlar her yaşta anormal kalp ritmi tecrübesi yaşayabilir, ancak kişi yaşlandıkça atriyal fibrilasyon riski artmaktadır.

Büyük savaşlar sonrası doğan nesile ait milyonlarca kişi hayatlarının sonuna yaklaşırken, kalp düzensizliği olanların sayısının iki katına çıkacağı düşünülmektedir.

- <http://www.agingcare.com/Articles/heart-symptoms-you-shouldnt-ignore-154263.htm> 'den alıntıdır.



Küçük damar hastalığı kalp içindeki küçük arterlerin daralmasıdır. Bu hastalık, göğüs ağrısı (anjin) gibi kalp hastalığı işaretleri ve semptomları gösterir.

Küçük damar hastalığı bazen koroner mikrovasküler hastalık ya da küçük damar kalp hastalığı adlarıyla anılır. Bu hastalık genelde doktorun ana arterlerdeki tıkanıklıkları araştırırken, ana arterlerde ya hiç tıkanıklık bulamaması ya da az bir tıkanıklık bulması sonrası semptomlarınızın devam etmesi ile teşhis edilir.

Küçük damar hastalığı herkeste görülebilirken, bu hastalık kadınlarda ve şeker veya yüksek tansiyon hastalarında daha yaygındır. Küçük damar hastalığı tedavi edilebilir ancak tespiti zor olabilir.

- <http://www.mayoclinic.com/health/small-vessel-disease/DS01080> 'den alıntıdır.

KALP HASTALIKLARI – BASİT UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ön Kalp Enerji Merkezi	Temizleyin Bu Enerji Merkezine Enerji aktarmayın
Arka Kalp Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

KALP HASTALIKLARI – ORTA ZORLUKTA UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ön Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Arka Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ön Kalp Enerji Merkezi	Temizleyin Bu Enerji Merkezine Enerji aktarmayın
Arka Kalp Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Kök Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ajna Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Enerjiyi oldukça nazik bir şekilde aktarın. Parmak Uçlarınızdaki Küçük Enerji Merkezlerini kullanın</i>

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

KALP HASTALIKLARI – İLERİ SEVİYE UYGULAMA

*Eğer ağrı varsa (Kalp Krizi halinde ağrının nerelerde olduğunu bulun) eğer bölgeyi 5 - 10 dakika temizledikten sonra bu semptomlar geçmezse, hastayı derhal en yakın sağlık kuruluşuna götürün. Alopatic Tıbbi muayene ve Tedavinin yanı sıra Destekleyici Enerji Uygulamaları hasta yoldayken de devam edebilir.

Tüm Enerji Merkezlerinin ve tüm Enerji Bilgi Alanının titiz bir Değerlendirmesiyle başlayın

Sonra 1-2 kere Genel Temizleme yapın

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ön Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Arka Solar Pleksus Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ön Kalp Enerji Merkezi	Temizleyin Bu Enerji Merkezine Enerji aktarmayın
Arka Kalp Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Kök Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Ajna Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın <i>Enerjiyi nazik bir şekilde aktarın. Parmak Uçlarındaki Küçük Enerji Merkezlerini kullanın</i>
Alın Enerji Merkezi	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Koltukaltı Bölgesindeki Küçük Enerji Merkezleri – Sağ ve Sol	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Dirsek Bölgesindeki Küçük Enerji Merkezleri – Sağ ve Sol	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Avuç içi Enerji Merkezleri	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın
Bütün Kollar	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Tüm diğer Enerji Merkezlerini değerlendirin

Dengesi bozulmuş olan tüm diğer Enerji Merkezlerine uygulama yapın

Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun

Gerekirse daha çok kez tekrarlayın

Enerji bağını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

İLK YARDIM ENERJİ UYGULAMALARI

İlk Yardım bir hastalık ya da yaralanma halinde ilk bakımın sağlanmasıdır. Genellikle uzman olmayan fakat eğitim almış bir kişi tarafından, nihai tıbbi tedaviye ulaşılan kadar uygulanır. Bazı kişiyi sınırlayıcı hastalıklar veya küçük yaralanmalarda, ilk yardımın ardından bir tıbbi müdahale gerekmez. Genel olarak kişinin minimal teçhizatla yapabilmek için eğitilebileceği, basit ve bazı durumlarda da potansiyel hayat kurtarıcı tekniklerden oluşur.

İlk yardımın ana amaçları 3 ana noktada özetlenebilir:

Hayatı koruma: ilk yardımı da kapsayan tüm tıbbi bakımların ağır basan amacı hayatları kurtarmaktır.

Daha fazla zarar görmeyi engelleme: bazen **durumun daha kötüye gitmesini** veya **daha fazla zarar görme tehlikesini önleme** de denir. Hem hastayı zararın kaynağından uzaklaştırmak gibi dış faktörleri hem de durumun daha tehlikeli hale gelmesini önlemek için, kanamayı durdurmak amacıyla yapılan basınç uygulama gibi, ilk yardım teknikleri uygulamalarını kapsar.

İyileşmeyi destekleme: ilk yardım, hastalık ya da yaralanma ardından iyileşme sürecini başlatmayı da içerir ve bazı durumlarda küçük bir yaraya yara bandı yapıştırılması gibi tedavinin tamamlanmasını da kapsayabilir. İlk yardım eğitimi, yaralanmanın önlenmesini, ortam ile kişilerin güvenliğinin sağlanmasını ve de tedavi safhalarını da içerir.

- http://en.wikipedia.org/wiki/First_aid 'den alıntıdır.

Uygulayıcılar, burada bahsedilen durumlar için tedavileri uygularken çok tedbirli olmayı lütfen unutmayın, çünkü bazı durumlar görüldüğünden daha ciddi olabilir.

Felç, Kalp Krizi veya Ciddi Alerji veya diğer Hastalıkların acil durumlarında, Danışanın bir tıp doktoruna ve bir Lisanslı Pranik Enerji Uygulayıcısına başvurmasını isteyiniz.

KÜÇÜK YANIKLAR İÇİN ACİL UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ağrının olduğu bölge (Yanmanın olduğu bölge)	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Bu basamakları 4-15 kere tekrar edin
Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağıını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

KÜÇÜK ÇARPMALAR İÇİN ACİL UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ağrının olduğu bölge (Çarpmanın olduğu bölge)	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Bu basamakları 4-15 kere tekrar edin
Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağıını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

KÜÇÜK BÖCEK ISIRMALARI İÇİN ACİL UYGULAMA

Lütfen unutmayın, böcek ısırıkları, örümcek ısırıkları ve küçük hayvanların diğer tür ısırıkları ciddi olabilir veya olmayabilir. Bu yüzden Danışanların, ilgili hayvanla temas sonucu ciddi bir hastalık ortaya çıkmasını önlemek amacıyla, bir Tıp Doktoruna başvurması önemle tavsiye edilmelidir. Uygulayıcının, istenen Sonucun elde edilebilmesi için hemen tedaviye başlaması çok önemlidir. Danışan profesyonel tıbbi kontrol için yoldayken, Uygulayıcı uzaktan Orada Bulunmadan Uygulama yapabilir.

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/ AKTARMA
Ağrının olduğu bölge (Isırmanın olduğu bölge)	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Bu basamakları 4-15 kere tekrar edin
Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağıni kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

BÖCEK ISIRMALARI VEYA SOKMALARI İÇİN ACİL UYGULAMA

Böcek Isırmaları, Örümcek Isırmaları, Sivrisinek Sokmaları veya bu hayvanlarla olan diğer tür temaslar oldukça ciddi olabilir. Bu ve benzeri durumlara maruz kalan Danışan ciddiye alınmalıdır.

Danışanın, ilgili hayvanla temas sonucu ciddi bir hastalık ortaya çıkmasını önlemek amacıyla, bir Tıp Doktoruna başvurması önemle tavsiye edilmelidir. Uygulayıcının, istenen Sonucun elde edilebilmesi için hemen tedaviye başlaması çok önemlidir. Danışan profesyonel tıbbi kontrol için yoldayken, Uygulayıcı uzaktan Orada Bulunmadan Uygulama yapabilir.

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/ AKTARMA
Ağrının olduğu bölge (Isırmanın olduğu bölge)	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Bu basamakları 4-15 kere tekrar edin
Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağıni kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

KÜÇÜK KAZALAR İÇİN ACİL UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ağrının olduğu bölge (Kazanın olduğu bölge)	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Bu basamakları 4-15 kere tekrar edin
Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağıını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın

KAŞINMA VEYA İSIRGANOTU YANMASI VB İÇİN ACİL UYGULAMA

UYGULAMA PROTOKOLÜ	TEMİZLEME/AKTARMA
Ağrının olduğu bölge (Yanmanın olduğu bölge)	Temizleyin, sonra Enerji Aktarın

Bu basamakları 4-15 kere tekrar edin
Danışana bir miktar iyileşme fark edip etmediğini sorun
Eğer gerekiyorsa daha çok kez tekrar edin
Enerji bağıını kesmeden önce Enerjiyi Korumayı hatırlayın