

عجوبه‌ای

در ژن‌های شما

طب اپی ژنتیک و زیست‌شناسی نوین هدف

دکتر داوسان چرچ

ترجمه: گילה گل بهروزان

فهرست

۱۱ مقدمه‌ی مترجم

۱۳ سیاست‌گذاری

فصل اول

۲۷ درمان اپی ژنتیک

۲۹ تحقیق درباره ژن را به درمان مبدل کنید

۳۰ پیچش ژن‌ها و نورون‌ها

۳۲ مکتب جبری ژنتیک

۳۷ پایان جبرگرایی

۴۱ محیط زیست درونی و بیرونی

۴۵ جسم شما افکارتان را می‌خواند

۵۰ مراحل بروز ژنتیک

۵۳ پیام‌های خارج از سلول

۵۶ علم مقدم جادویی

۵۹ پزشکی اپی ژنتیک

فصل دوم

۶۱ شما بهترین طراح اپی ژنتیک هستید

۶۵ DNA تقدیر نیست

۶۶ پرورش تغییر اپی ژنتیک

۶۹ تنش دوران کودکی نتیجه‌ی بیماری در بزرگسالی

۷۱ نمایش ژن و کارگردانی شما

۷۳ اعتقادات و زیست شیمی

۷۸ روانشناسی مبدل به اندام شناسی می‌شود

۷۹ دعا

۸۲ عمل نیک شما به خودتان باز می‌گردد

۸۳ هفت دقیقه معنویت

عجوبه‌های در ژن‌های شما

۸۳
۸۴
۸۷
۸۹
۹۰

مراقبه
تجسم ایی ژنتیک
مهم‌ترین اصل شیوه نگرش است
چرا تنش آسیب می‌رساند؟
سلول‌های خود را آگاهانه طراحی و هدایت کنید

فصل سوم

۹۵
۹۹
۱۰۱
۱۰۴
۱۰۷
۱۱۰
۱۱۸
۱۱۹
۱۲۵

ژنوم انعطاف پذیر
ذرات ژن
ژن‌های اولیه‌ی فوری
ژن‌های وابسته‌ی رفتاری
ژن‌های وابسته‌ی تجربی
پنهان شدن ضربه‌ی روحی در عضلات
تجدید دوباره خاطرات برای درمان
مغز طراح خود را پدید آورید
طراحی خوشبختی

فصل چهارم

۱۳۳
۱۳۷
۱۴۲
۱۴۶
۱۵۵
۱۶۰

برق افشاری بدن
بزشکی الکتریکی در علم غربی
درمان با ارتعاشات میدان الکترو مغناطیسی
طب الکتریکی در معاینه‌ی مستقیم
ریشه‌های قدیمی طب انرژی
امواج شفا بخش

فصل پنجم

۱۶۳
۱۶۴
۱۶۷
۱۶۸
۱۷۱
۱۷۳

بلور رابط نیمه رسانا
شبکه‌ی بافت ارتباطی و کلاژن
نیمه رسانایی بافت‌های ارتباطی
صحبت کردن با سلول‌ها
سلول‌های نگاه دارنده‌ی دستگاه ارتباطی
پیام رسانی سریع سلولی

قهرست

فصل ششم

۱۸۱
۱۸۵
۱۸۷
۱۸۹

کالبد شناسی هیولا
بدین ترتیب پرسش درست چیست؟
بزشکی آینده: سریع، ارزان، موثر
روان‌گردی سلامت

فصل هفتم

۱۹۵
۱۹۷
۱۹۹

آگاهی در مقام پزشکی
دگرگون نمودن افکار پزشکی
به‌کارگیری قالب برای شکستن آن

فصل هشتم

۲۰۵
۲۰۶
۲۰۸
۲۱۱
۲۱۴
۲۲۲

باور درمانی
پروتئین متغییر باورها
پیام رسانی الکترو مغناطیسی
تغییر DNA و هدف
درمانگاهی در مغز شما
معماهای کوانتوم

فصل نهم

۲۲۵
۲۲۸
۲۳۵
۲۳۶
۲۳۹

رشته‌های در هم پیچیده
کیمیاگری ریز اتمی
سختی و تازگی تحقیق
عالمی به هم پیچیده
آینه‌های در مغز شما

فصل دهم

۲۴۵
۲۴۶
۲۴۹
۲۵۱

بررسی آینده
میدان‌های متقابل
ادراک نامعین
نیم لحظه تأخیر

فصل یازدهم

۲۵۵
۲۵۷
۲۵۹
۲۶۰

معجزات معمول
تجویز: ایمان
بزشکان اغلب شاهد معجزات هستند
ناپیوستگی و دگرگونی

فصل دوازدهم

روانشناسی انرژی

۲۶۵	روش‌های رها سازی عاطفی
۲۶۷	تسکین تنش و EFT
۲۷۴	پژوهشگران روانشناسی انرژی را بررسی می‌کنند
۲۷۶	انرژی درمانی برای آسیب‌های فیزیکی
۲۷۸	مداخله‌گرهای سریع‌تر
۲۸۳	تسکین پنهانی
۲۸۵	تغییر باورها در پس‌علایم بیماری
۲۸۹	به راحتی تات (TAT)
۲۹۲	

فصل سیزدهم

طب روح به سان پزشکی متداول

۲۹۹	طب انرژی در بیمارستان‌ها
۳۰۲	نکته‌سنجی مناسب مسیر درمان
۳۰۸	هدایت امکانات
۳۰۹	هدف مفهوم گفت‌وگوی کوانتوم
۳۱۱	تاثیر دقیق نقاط انرژی
۳۱۳	

فصل چهاردهم

پزشکی برای صلاح جسم

۳۱۷	تغییر اجتماعی ناپیوسته
۳۱۸	افراد جامعه را هدایت می‌کنند
۳۲۱	تاثیر اپی‌ژنتیک و جنگ‌های مابین ملت‌ها
۳۲۳	چرخه‌ی اجتماعی اپی‌ژنتیک
۳۲۶	واکنش محافظ قدیمی
۳۲۷	آرامش عاطفی در پی جنگ
۳۳۲	نیاز به صد هزار نفر
۳۳۷	

فصل پانزدهم

مبانی طب اپی‌ژنتیک

۳۴۱	۱. ابتدا هدف، سپس نتیجه
۳۴۶	۲. درمان روند است نه رویداد
۳۴۷	۳. توجه قلبی
۳۴۹	۴. متمرکز بودن
۳۵۰	

۳۵۱	۵. مداوای همه‌ی سیستم‌ها
۳۵۲	۶. درمان پیش از بیماری
۳۵۲	۷. تقویت نیروهای ذاتی خود درمانی بدن
۳۵۳	۸. راه‌های دستیابی به درمان مناسب
۳۵۶	۹. بازنگری مرگ
۳۵۸	۱۰. درک مفهوم جهانی درمان

فصل شانزدهم

به کارگیری طب اپی‌ژنتیک

۳۶۱	۱. شروع درمان با طب انرژی
۳۶۴	۲. دلبستگی به مداوا
۳۶۷	۳. مداخلات درجه‌بندی شده
۳۷۰	۴. رونق و شکوفایی در میان ناآرامی
۳۷۳	۵. ندای درون خود را بشنوید
۳۷۷	۶. در نظر گرفتن عامل X
۳۸۰	فراتر از محدوده‌ی خیال
۳۸۰	

ضمیمه A

چگونه پزشک انتخاب کنید

۳۸۷	گواهی نامه‌ی حرفه‌ای
۳۸۹	کاروان حرفه‌ای
۳۸۹	شفابخشان
۳۹۱	مراجعات و ملاقات‌های حضوری

ضمیمه B

راهنمای اصلی روش رها سازی عاطفی (EFT)

۳۹۸	
-----	--

ضمیمه C

پنج دقیقه برنامه روزمره‌ی انرژی

۴۰۰	۱. حرکت سه ضربه‌ای
۴۰۱	۲. حرکت آهسته‌ی خاجی شکل
۴۰۲	۳. وضعیت اختراعی وین
۴۰۲	۴. حرکت کشش تاجی
۴۰۳	۵. ماساژ عصبی لنفی
۴۰۳	۶. حرکت انرژی‌زا
۴۰۴	۷. حرکت قلاب شکل
۴۰۴	

ضمیمه D

درباره مؤسسه طب روح

۴۰۵	درمان‌ها و درمان‌گران
۴۰۶	نهادهای آموزشی
۴۰۶	تحقیق علمی
۴۰۷	امکان آموزش
۴۰۷	پیشینه‌های پزشکی
۴۰۸	کمک‌های مالی، میراث و اعانه

ضمیمه E

تحقیق در مؤسسه‌ی طب روح

۴۰۹	تحقیق MACE
۴۰۹	پیشینه‌ی اطلاعاتی موارد بالینی
۴۱۰	تحقیق PTSD
۴۱۱	تحقیق ترس بیمارگونه
۴۱۱	بررسی بازجذب کورتیزول / کاته کولامین
۴۱۱	بررسی‌های ذرات ژن
۴۱۲	کمیته‌ی تحقیق ACEP
۴۱۲	بازنگری دقیق
۴۱۳	آخرین اطلاعات
۴۱۳	تامین بودجه
۴۱۳	

مقدمه‌ی مترجم

آدمی قرن‌ها در پی کسب سلامت، شادکامی و طول عمر بوده و در راه نیل به این اهداف انواع روش‌ها را به کار گرفته است. با این همه، زندگی اغلب دشوار و همراه با کاستی است. بیماری همیشه وجود داشته و برای تسکین و مداوای انواع و اقسام امراض است که علم پزشکی به وجود آمده و روز به روز گسترش می‌یابد و پیشرفت می‌کند. امروزه این علم برای حفظ سلامت با سرسختی به ارزش و تاثیر رژیم غذایی و ورزش تاکید دارد، اما به این نتیجه هم رسیده که واقعیت حقیقی آدمی آن سوتر از این جسم و فعل است و بهبود و شفا اساساً امری فیزیکی نیست، بلکه فرایندی ذهنی محسوب می‌شود.

بی‌گمان خوانندگان علاقه‌مند به این نوع مباحث کتاب‌های فراوانی را مطالعه نموده‌اند، اما تفاوت عمده‌ی این کتاب در آن است که نویسنده با تکیه بر تحقیق و بررسی گروه کثیری از پژوهشگران اطلاعات کاملاً جدید و شگفت‌انگیزی ارائه می‌دهد که باور ما در مورد نیروی ذهن، عملکرد ژن‌ها، آگاهی درون، انتخاب روش زندگی و حتی شیوه درمان پزشکی رایج را دگرگون می‌کند.

در حین ترجمه کتاب ضمن آن که سعی کرده‌ام حفظ امانت کنم، نهایت تلاش را به کار برده‌ام تا اصطلاحات پزشکی و علمی را به گونه‌ای برگردانم که همه‌ی خوانندگان درک کنند. به همه کسانی که مایل هستند تا آگاهی علمی بیش‌تری در مورد عملکرد جسم، ذهن و ارتباط متقابل آن دو پیدا کنند، مطالعه کتاب حاضر را توصیه می‌کنم. در ضمن لازم می‌دانم از همه‌ی کسانی که در مراحل مختلف و همچنین انتشار اثر یاری نموده‌اند، صمیمانه سپاسگزاری نمایم.

سپاسگزاری

هر روز بارها درمی یابم که زندگی درونی و من تا چه حد مدیون زحمات هم نوعانم، چه زنده و چه مرده، است و چقدر باید با جدیت تلاش کنم تا به همان اندازه جبران نمایم.

آلبرت انیشتین

مایلم تا صمیمانه ترین سپاسم را نثار نویسندگان، پژوهشگران و پزشکان فوق العاده ای نمایم که روشن بینی هایشان موجب فراهم آمدن این کتاب شد.

ابتدا از نورمن شلی^۱ به خاطر آموزش در مورد نقش اساسی که الکتریسیته و مغناطیسم در همه نوع درمان دارند سپاسگزارم. این یکی از نخستین بینش هایی بود که موجب نگارش کتاب حاضر شد. نورمن در این زمینه متخصص است و من با او کتاب مشترکی به نام «طب روح»^۲ دارم که کنجاویم را در مورد ارتباط مابین درمان با دعا و انتقال الکترو مغناطیس برانگیخته بود. نورمن همچنین در رساله ی پایان نامه ی من ریاست داشت و با تمام توان و از طریق روش های بسیاری از جمله تأکید بر مدارک دقیق در مورد درمان های معجزه آسا، پایه ریزی دانشگاه هولوس^۳، تأسیس کانون طب کل نگر^۴، مشارکت برپایی شورای پزشکی علمی شهودی^۵، رهبری و پیشبرد روش تنش درمانی شلی^۶ و همچنین کتاب جدیدش «زندگی فراتر از ۱۰۰»^۷، در پیشرفت های

1- Norman Shealy, M.d, Phd

2- Soul Medicine

3- Holos University

4- Holistic Medical Association (AHMA)

5- American Board for Scientific Medical Intuition(ABSMI)

6- Sheli TENS treatment

7- life Beyond 100

تخصصی در امر داروهای جایگزین مشارکت نمود. نورمن راهنما و مشوق من هم بود و با خویشتن داری و شکیبایی توضیح عقاید من را می‌شنید و حتی رنج مسافر بودن در خود روی مرا که بی‌شک آزمون فوق‌العاده‌ای از شهامت است را در شاهراه‌های لوس آنجلس کالیفرنیا تحمل می‌کرد.

همچنین مایلم تا از ارنست رسی^۱ برای کتاب شگفت‌آور «فرا زیست شناسی ظهور ژن»^۲ قدردانی نمایم. من تا زمانی که این کتاب را نخوانده بودم، متوجه نمی‌شدم خاطرات، احساسات، افکار و دیگر جنبه‌های ذهنی چقدر سریع موجب فعال شدن ژن‌ها می‌شوند که گاهی در مدت دو دقیقه است. این دومین بینش بزرگی بود که مرا ترغیب نمود تا کتاب حاضر را تکمیل نمایم.

رسی این یافته‌ها را به طور کلی در روان‌درمانی و به خصوص در هیپنوتیزم بالینی با روش‌هایی به کار گرفت که بسیاری از ابهامات درمان شناسی را معلوم می‌کند. او در این کتاب برای همه‌ی پژوهشگران اساسی را پایه‌گذاری کرده است تا به تحقیق در مورد دگرگونی روحی و عاطفی افراد و تأثیر آن بر روی ژن‌ها بپردازند. کتاب رسی راهنمایی‌های تحقیقی فراوانی در اختیارم گذارد و الهام بخش بسیار خوبی بود.

کتاب دیگری که شامل مفاهیمی فوق‌العاده در مورد پزشکی و پژوهش است «طب انرژی در درمان و عملکرد»^۳ نام دارد. جیمز اشمن^۴ نویسنده‌ی این کتاب تحقیقات فراوان دیگری را در زمینه‌ای به هم آمیخته که تصویری جالب از روش‌هایی ارائه می‌دهد که در آنها انرژی درمان کننده است.

من به خصوص مدیون او به خاطر سومین بینش در مورد آن هستم که می‌گوید «شبکه ارتباطی بدن مایه‌شفاف نیمه رسانای بسیار بزرگی است». اشمن با بررسی جامع در این زمینه، پژوهش‌های آتی را بسیار آسان‌تر می‌کند. او در شرح این کتاب نیز با بازنگری و تصحیح فصول در مورد بافت‌های ارتباطی و نقش آن در انتقال اطلاعات در بدن انسان، مسئولیت دوست، مشوق و اندیشمندانی نکته‌سنگ را ایفا کرده است.

دوست دارم تا از کسانی سپاسگزاری نمایم که در زمینه‌ی روانشناسی انرژی راهنمایی‌ام نمودند. این گروه درمان‌گر گاهی نیز با عنوان «مبنای درمان‌های نصف‌النهار»^۱ شناخته شده هستند و با راهنمایی‌های خردمندانه‌ی ایشان بود که پی بردم ضربه‌های عاطفی، حتی عمیق‌ترین، ریشه‌دارترین و طولانی‌ترین، آنها را می‌توان در عرض چند دقیقه با روانشناسی انرژی تسکین داد. شنیدن این مطلب برای نخستین بار و باور آن برایم بسیار دشوار بود و هنوز هم منطقی است که سختی می‌پذیرد روان رنجوری یا اختلالات روانی و هیجانی بیماری که شاید ده سال تحت درمانی ناموفق بوده است را بتوان در عرض چند دقیقه با روانشناسی انرژی برطرف کرد. با وجود این، هزاران نمونه شرح حال و تعداد فزاینده‌ای تحقیقات بالینی وجود دارند که نشان می‌دهد چنین روشی غالباً امکان‌پذیر است.

به همین دلیل، معتقدم در پنج قرن گذشته روانشناسی انرژی توانایی نهفته‌ای برای تسکین رنج انسان دارد که با هر پیشرفتی در روانشناسی یا پزشکی رقابت می‌کنند. این ادعایی بزرگ است، اما مبالغه نیست. شخصاً امتحان کنید و ببینید که در عرض یک ساعت تغییر عقیده خواهید داد و

1- Meridian based therapies (MBT)

1- Ernest Rossi, PhD

2- The psychobiology of gene express

3- Energy Medicine in Therapeutics and Performance

4- James Oschman, PhD