

روان‌شناسی انرژی

کاوش‌هایی در جنبه‌های مشترک انرژی،
شناخت، رفتار و سلامتی

تألیف:

دکتر فرد پی. گالو

ترجمه:

دکتر بهال سم خوش کنش

(هیأت علمی دانشگاه شهید بهشتی)

دکتر فریبا فروغی

(هیأت علمی دانشگاه تهران)

مژده جانہ

(مدرس دانشگاه)



انتشارات آوای نور

تهران-۱۳۹۸

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

سرشناسه	: گالو، فرد پی.
عنوان و نام پدیدآور	: Gallo, Fred P. روان‌شناسی انرژی: کاوش‌هایی در جنبه‌های مشترک انرژی، شناخت، رفتار و سلامتی / تألیف فرد پی. گالو؛ ترجمه ابوالقاسم خوش‌کنش، فریبا فروغی، مزده جانه.
مشخصات نشر	: تهران : آوای نور، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ۳۶۰ ص.
شابک	: 978-600-309-149-8
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
آدرس	: energy psychology : explorations at the interface of cognition, behavior, and health, 2nd ed. c2005.
زبان دیگر	: روان‌شناسی انرژی، شناخت، رفتار و سلامتی
موضوع	: Energy psychology
موضوع	: خوش‌کنش، ابوالقاسم، ۱۳۳۴ -، مترجم
شناسه افزوده	: فروغی، فریبا، ۱۳۵۲ -، مترجم
شناسه افزوده	: جانه، مزده، ۱۳۶۲ -، مترجم
رده بندی کنگره	: ۴۸۹RC
رده بندی دیپ	: ۸۹/۶۱
شماره کتابشناس ملی	: ۵۸۹۳۰۸



روان‌شناسی انرژی

کاوش‌هایی در جنبه‌های مشترک انرژی، شناخت، رفتار و سلامتی

تألیف: دکتر فرد پی. گالو

ترجمه: دکتر ابوالقاسم خوش‌کنش - دکتر فریبا فروغی - مزده جانه

ناشر: انتشارات آوای نور

چاپ اول: ۱۳۹۸

تیراژ: ۵۰۰ جلد

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۱۴۹-۸

تهران: خیابان انقلاب - خیابان ۱۲ فروردین - خیابان وحید نظری - پلاک ۹۹

تلفن: ۶ - ۶۶۹۶۷۳۵۵ / شماره: ۶۶۴۸۰۸۸۲

قیمت ۵۸۰۰۰ تومان

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است

فهرست مطالب

مقدمه نویسنده	۱۱
مقدمه مترجمان	۱۷
فصل ۱: عرصه‌های نمایش علمی	۱۹
الگوهای نظری بیش از علم	۲۲
الگوی نظری روان پویایی	۲۴
الگوی نظری رفتارشناسی - مکتبی	۲۶
الگوی نظری شناختی	۲۸
الگوی نظری سیبرنتیک - سیستمی	۳۱
الگوی نظری زیست شیمیایی	۳۳
الگوی نظری عصب شناختی	۳۵
الگوی نظری انرژی	۳۶
انتقال دهنده عصبی الکتریکی	۳۷
جریان آسیب و ترمیم	۳۸
زمینه‌های حیات	۴۰
مکانیک‌های کوانتوم	۴۲
روان‌شناسی انرژی	۴۴
فصل ۲: درمان‌های بسیار کارآمد (دستورالعملی برای بهبود سریع)	۴۷
طرح عوامل فعال	۴۸
افتراق بینایی / جنبشی	۵۱
حساسیت زدایی و پردازش مجدد حرکات چشم	۵۴
کاهش وقوع آسیب	۵۶
درمان زمینه تفکر	۵۷
عناصر فعال ممکن	۶۰
مواجهه و هماهنگی	۶۱
مشاهده افتراقی	۶۲

۶۲.....	هماهنگی مجدد عوامل حسی جایگزین و فراحسی
۶۴.....	کانون توجه دوگانه
۶۴.....	تناقض
۶۵.....	آرامش
۶۶.....	انتظارات مثبت
۶۷.....	هدفمندی
۶۸.....	انرژی زیستی
۶۹.....	الگوی رتفه و تعلیق
۶۹.....	نتیجه گیری

فصل ۳: "گونه های انرژی" (یا الگوهای الکتریکی حیات) ۷۱

۷۱.....	طب سوزنی
۷۲.....	کشف کانال های انرژی
۷۳.....	ی چینگ
۷۴.....	تحریک نقاط حساس طب سوزنی
۷۵.....	اثبات «چی» و کانال های انرژی
۸۲.....	زمینه های ریخت ژنتیکی
۸۵.....	قدرت دعا
۹۷.....	هومیوپاتی
۱۰۱.....	بعضی از داروهای هومیوپاتیک (رمدی)
۱۰۲.....	داروهای (رمدی های) گیاهی باخ
۱۰۳.....	نتایج

فصل ۴: خاستگاه انرژی درمانی (به کارگیری عضلات جهت درمان) ۱۰۵

۱۰۵.....	حرکت شناسی کاربردی
۱۰۶.....	آزمون نیروی ماهیچه ای و تکنیک الحاق- ترکیب
۱۰۸.....	بازتاب های عصبی - لنفاوی
۱۱۰.....	بازتاب های عصبی - عروقی
۱۱۱.....	مکانیسم تنفس اولیه خاجی - مجموعه ای
۱۱۳.....	کانال ارتباطی

۱۱۵.....	پنج عامل IVF
۱۱۵.....	سه عنصر سلامتی
۱۱۷.....	لمس برای شفا
۱۱۸.....	تکنیک بازتاب مهره‌های ستون فقرات
۱۱۹.....	نقاط ماساژ عصبی - لنفاوی
۱۱۹.....	نقاط نگهدارنده عصبی - عروقی
۱۱۹.....	رد یابی گذرگاه انرژی
۱۲۰.....	نقاط نگهدارنده طب فشاری
۱۲۰.....	تکنیک اتاق بنیادی
۱۲۰.....	سایر انشعابات حرکت شناسی کاربردی
۱۲۱.....	حرکت شناسی بالایی
۱۲۳.....	حرکت شناسی آموزشی
۱۲۴.....	مفاهیم سه در یک
۱۲۵.....	شاغل (کارورز) حرکت شناسی حرفه ای
۱۲۵.....	تکنیک عصبی - هیجانی
۱۲۶.....	حرکت شناسی رفتاری
۱۲۷.....	درمان زمینه تفکر
۱۲۸.....	حرف آخر
۱۲۹.....	فصل ۵: روش نغمه خوانی دیاموند
۱۳۰.....	پیشینه
۱۳۲.....	انرژی حیاتی
۱۳۴.....	تحلیل انرژی و درمان با تاکید ها
۱۳۸.....	گذرگاه‌های انرژی و هیجان ها
۱۴۰.....	غده تیموس
۱۴۱.....	ضربه تیموس
۱۴۲.....	افکار رهنمودی
۱۴۴.....	وارونگی رفتارهای بدنی
۱۴۵.....	محل انشعاب در مسیر: فاکتور Y
۱۴۷.....	هویت و کنترل

۱۴۸.....	احاطه دشمن.....
۱۴۹.....	نغمه خوانی.....
۱۵۰.....	ضمیمه.....
۱۵۱.....	فصل ۶: درمان زمینه تفکر.....
۱۵۴.....	مطالعه موردی ماری.....
۱۵۷.....	توالی‌های درمانی.....
۱۶۰.....	تشخیص و فرایند تشخیصی.....
۱۶۲.....	الگوریتم‌های درمانی.....
۱۶۲.....	الگوریتم‌ها و درک بصیرتی.....
۱۶۳.....	اصول آزمون هیچه اس.....
۱۶۴.....	تکنولوژی صد.....
۱۶۵.....	وارونگی روانی.....
۱۶۷.....	وارونگی روانی یکپارچه و خالص.....
۱۶۸.....	درمان‌های وارونگی روانی.....
۱۷۱.....	وارونه سازی روانی کوچک.....
۱۷۲.....	دیگر سطوح وارونگی روانی.....
۱۷۳.....	درمان‌های فرعی.....
۱۷۳.....	درمان‌های نه گامه (9G).....
۱۷۵.....	گرداندن چشم از کف تا سقف.....
۱۷۵.....	اختلال عصبی و تنفس با ترقوه.....
۱۷۷.....	سموم انرژی.....
۱۷۹.....	الگوریتم آسیب پیچیده.....
۱۸۱.....	موارد آسیب.....
۱۸۲.....	آسیب تجاوز.....
۱۸۴.....	آسیب وسیله نقلیه.....
۱۸۵.....	آسیب جنگ.....
۱۸۶.....	پژوهش.....
۱۸۷.....	حیطه اثربخشی.....

فصل ۷: اصول انرژی درمانگر	۱۸۹
دانستن جایگاه ضربه	۱۸۹
مقدمه	۱۹۰
گام‌های آغازین	۱۹۱
درجه بندی ۱ تا ۱۰	۲۰۱
راهنمای آزمون ماهیچه‌ای	۲۰۳
«مسأله اوج» (یا ناهمخوانی شناختی)	۲۰۸
به چالش آمدن نتایج	۲۱۱
جمع بندی	۲۱۲
هولون‌ها (اضطراب)	۲۱۳
سموم انرژی	۲۱۴
درمان‌های ناشی از روان‌درمانی انرژی	۲۱۶
تحریک نقاط درمانی	۲۲۱
درمان‌های اساسی یا اصلی	۲۲۲
درمان‌های ۹ گامه	۲۲۳
چرخش چشم از کف تا سقف	۲۲۵
وارونگی روانشناختی	۲۲۶
وارونگی روان‌شناختی خاص	۲۲۶
وارونگی روان‌شناختی سنگین	۲۲۹
وارونگی روان‌شناختی کوچک	۲۳۱
وارونگی روان‌شناختی سطح عمیق	۲۳۲
وارونگی برگشت پذیر	۲۳۲
وارونگی‌های وابسته به ضوابط	۲۳۳
آزمون و اصلاح وارونگی‌های وابسته به ضابطه	۲۳۴
به هم ریختگی عصبی و تنفس ترقوه‌ای	۲۳۸
تمرین‌های تنفس ترقوه‌ای	۲۳۹
تشخیص به هم ریختگی / تغییر قطبی	۲۴۲
روش دست روی سر	۲۴۲
روش انگشت اشاره	۲۴۳
K-۲۷ روش موضعی کردن درمان	۲۴۳

۲۴۴.....	روش درستی - نادرستی.....
۲۴۴.....	اصلاحات دیگر برای به هم ریختگی عصب شناختی / تغییر قطبی.....
۲۴۴.....	ضربه بینی.....
۲۴۵.....	روش پایه‌ای بدون جابجایی.....
۲۴۶.....	درمان انرژی بیش از حد.....
۲۴۸.....	روش‌های درمانی ضروری.....
۲۵۵.....	روش‌های رواندرمانی انرژی.....
۲۵۶.....	دستورالعمل‌های درمان یا الگوریتم.....
۲۵۷.....	ترس از مریض خاص.....
۲۶۰.....	اعتیاد و میل اعتیادی.....
۲۶۳.....	حساسیت (نوع استخوانی).....
۲۶۳.....	عصبانیت.....
۲۶۶.....	اضطراب پیش‌بینی و عملکرد.....
۲۶۶.....	نقد توجه / اختلال پیش‌بینی.....
۲۶۸.....	عدم مهارت و بی‌عرضگی.....
۲۶۸.....	افسردگی بالینی.....
۲۷۰.....	شرمندگی.....
۲۷۰.....	خستگی.....
۲۷۰.....	ناکامی، بی‌ثباتی، بی‌قراری.....
۲۷۱.....	اختلال اضطراب فراگیر.....
۲۷۱.....	احساس گناه.....
۲۷۴.....	احتقان یا گرفتگی بینی.....
۲۷۴.....	اختلال وسواس فکری - عملی.....
۲۷۵.....	اختلال هراس و ترس از مکان‌های عمومی.....
۲۷۶.....	درد جسمانی.....
۲۷۸.....	خشم.....
۲۷۸.....	شرم.....
۲۷۹.....	کاهش فشار روانی.....
۲۸۰.....	اختلال فشار روانی ناشی از آسیب و پس از آسیب.....
۲۸۱.....	افزایش تجسم.....

۲۸۴.....	روش‌های درمانی مرتبط
۲۸۴.....	رها سازی فشار هیجانی
۲۸۶.....	نگهدارندگی پس سری- پیشانی
۲۸۷.....	تکنیک‌های رها سازی هیجانی
۲۹۱.....	تکنیک‌های ضربه زدن به نقاط فشارشی
۲۹۵.....	روش‌های تشخیص و درمانی انرژی
۲۹۷.....	روش پاکسازی احساسات منفی
۳۰۲.....	NAEM تشخیص انرژی برای درمان آسیب روانی
۳۰۴.....	فرآیند پاکسازی انرژی و نور
۳۰۷.....	روش‌های حساسیت انرژی
۳۰۹.....	نتایج
۳۱۱.....	فصل ۸: مراحل اولیه
۳۱۲.....	موضوع‌های پژوهشی و بالینی
۳۱۳.....	پژوهش در روان‌شناسی انرژی
۳۲۳.....	موضوع‌های بالینی و پژوهشی آینده
۳۲۴.....	اعتیاد و میل اعتیادی
۳۲۵.....	حساسیت‌ها و سموم انرژی
۳۲۶.....	افسردگی بالینی
۳۲۶.....	اختلال تجزیه هویت
۳۲۷.....	اختلال اضطراب فراگیر
۳۲۸.....	شرایط پزشکی
۳۲۹.....	اختلال وسواسی/ بدون اراده
۳۲۹.....	اختلال وحشتزدگی و ترس از حضور در مکان‌های باز
۳۳۰.....	ترس‌ها
۳۳۰.....	درد جسمانی
۳۳۱.....	وارونگی روان‌شناختی
۳۳۱.....	آسیب روانی و اختلال‌های شدید، استرس پس از آسیب روانی
۳۳۲.....	شرایط گوناگون
۳۳۳.....	آیا توالی ضروری است؟

۳۳۴.....	الگوریتم‌ها در برابر تشخیص های انرژی
۳۳۵.....	فن آوری صوت TM
۳۳۶.....	پیوند روش‌های انرژی با فعالیت‌های درمانی
۳۳۷.....	ترکیب با سایر درمان ها
۳۳۸.....	تکنیک در برابر دانش
۳۴۰.....	انرژی، شناخت، رفتار و سلامت

۳۴۳.....	ضمیمه
۳۴۳.....	اصول استفاده از آزمون ماهیچه ای و سوء مصارف آن
۳۴۳.....	اصول آزمون ماهیچه‌ای و حرکت‌شناسی
۳۴۶.....	مهارت در آزمون ماهیچه ای
۳۴۷.....	یکپارچگی و آزمون ماهیچه ای
۳۴۷.....	درمان و تشخیص
۳۴۸.....	خودآزمایی
۳۴۹.....	الگوریتم درمانی در برابر تشخیص های سبب شناسی
۳۵۰.....	روانشناسی انرژی و راهنمای آزمون ماهیچه ای
۳۵۴.....	سوء استفاده از راهنمای آزمون ماهیچه ای و الگوریتم ها
۳۵۶.....	راهنمای آزمون ماهیچه ای و بینش و درک
۳۵۶.....	استفاده‌های نابه جا
۳۵۸.....	زمانی که گیج و سردرگم می شویم
۳۵۹.....	راهنمای آزمون ماهیچه ای سیستماتیک

چاپ اول کتاب روان‌شناسی انرژی در جولای ۱۹۹۸ صورت گرفت. به هر صورت یادگیری و نوشتن من در اواخر سال ۱۹۹۲ و در حالی شروع شد که مشغول به تحصیل در زمینه جنبش‌شناسی بودم؛ سپس با سفر در ایالات متحده به تعلیم تخصصی در زمینه شگفتی‌های بسیار روان‌شناسی انرژی پرداختم. من مأمور تبلیغ بودم تا این رویکرد رمان را به گونه وسیعی در دسترس همگان قرار دهم تا صرفاً منحصر به افرادی نشود که به کاینک تخصصی من در هرمنیوژن پنیلوپیا مراجعه می‌کنند. به این ترتیب این تصور به طرز فزاینده‌ای نه تنها در آمریکا بلکه در مناطق بسیاری از کانادا، اروپا، استرالیا، آمریکای مرکزی و جنوبی، آفریقای جنوبی، آسیا و دیگر نقاط، تبدیل به واقعیت شد. بخشی از این اقبال هم‌جانبه، مربوط به انتشار اولین چاپ کتاب روان‌شناسی انرژی بود و بخشی دیگر مربوط به مقاله‌ها، کتاب‌ها و پژوهش‌های حمایت‌کننده اثربخشی روان‌شناسی انرژی و نمایی‌های درمانگران و مربیانی بود که اراده نمودند تا این مشعل را برداشته و با آن بدرخشند.

تلاش کردم تا چاپ دوم را به منظور انعکاس توانایی‌هایم در این زمینه با رعایت اصل چاپ اولیه آن آماده سازم. بهر صورت روان‌شناسی انرژی به قدری سریع رشد می‌کند که هیچ حجمی در این اندازه نمی‌تواند با آن رقابت کند. رویکردهای بسیاری وجود دارد که من به صورت گذرا با آنها آشنا هستم، زیرا اغلب اوقات را صرف آموزش و گسترش رویکردهایی با عنوان روش‌های تشخیصی و درمانی انرژی (انرژی TM) (ED×) و درمان انرژی آگاهی (ECT)^۱ کرده‌ام. در جلد ویراسته کتاب دیگرم تحت عنوان «روان‌شناسی انرژی در روان درمانی»^۲ ۲۰۰۲، فصل‌هایی را با عنوان رویکردهای کلیدی در روان‌شناسی انرژی، نظریه و کاربردهای آن فراهم آورده‌ام. کتاب مذکور مکمل کتاب حاضر می‌باشد.

1 Energy Diagnostic And Treatment Methods

2 Consciousness Therapy Energy

با اینکه کتاب روان‌شناسی انرژی نیز سر فصل‌های مشابهی را داراست، تلاش نموده‌ام تا بخش‌ها را با پشته‌های علمی، پژوهش بالینی، راهنمای آزمون ماهیچه‌ای، رویکردهای مرتبط با روان‌شناسی انرژی و منابع تخصصی غنی‌تر سازم. به همین ترتیب نمونه‌های بیشتر و تعاریف دیگر رویکردهای روان‌شناسی انرژی نیز به آن اضافه گردیده‌اند.

در فصل یک به طور مختصر بعضی الگوها یا مدل‌های روان‌شناختی را مورد بحث قرار داده‌ام: مدل روان‌پویایی، مدل رفتاری-محیطی، مدل شناختی، مدل سیبرنتیک-سیستمیک، مدل عصب‌شناختی و بیوشیمی و به دنبال آن با توصیفی از انتقال دهندنای عصبی الکتریکی، تولید نیروی مجدد، میدانهای L و سازوکارهای کوانتومی مسیر را برای مدل انرژی هموار نموده‌ام.

فصل دوم به بررسی چهار مدل درمانی می‌پردازد که کارایی آشکاری در درمان اختلال استرس پس از صربه^۱ و ترس‌ها^۲ دارد. این روش‌ها شامل افتراق بینایی-جنبشی (V/KD)^۳، حساسیت زبانی و پردازش مجدد حرکت چشم (EMDR)^۴، کاهش وقوع آسیب (TIR)^۵ و درمان زمان نفک (TFT)^۶ می‌باشند. عناصر قابل پذیرش حاضر در این روش‌ها در برخی جزئیات با تمرکز ویژه بر عنصر حاضر در انرژی زیستی مورد بحث قرار گرفته‌اند.

فصل سوم سیستم انرژی بدن را مورد بررسی قرار می‌دهد. در ابتدا به طب سوزنی و تعدادی پژوهش که موید وجود سیستم‌های انرژی زیستی هستند، می‌پردازد. همچنین این فصل زمینه‌های ساختار ژنتیکی^۷، هومیوپاتی^۸، داروهای گیاهی بر گل و گیاه^۹ و پژوهش‌های تجربی درباره دعا و نیایش را مورد بحث و بررسی قرار می‌دهد.

1 Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD)

2 Phobia

3 Visual/Kinesthetic Dissociation

4 Eye Movement Desensitization And Rreprocessing (EMDR)

5 Traumatic Incident Rreduction (TIR)

6 (TFT) Thought Field Therapy

7 Morphogenetic

8 Homeopathy

9 Flower Remedies