



Schemat zapisany w ciele

Emocje, zachowania, postawy – dziedziczymy je podobnie jak cechy fizyczne. Najczęściej mają nam pomóc zaadaptować się do warunków życia. Bywa jednak, że w tym przeszkadzają. **DOROTA KALWAJT**, lekarka i jedyna w Polsce specjalistka neurokinezyjologii – metody pracy z emocjami poprzez ciało – wyjaśnia, że źródło naszych problemów często tkwi w ciągłym powtarzaniu schematu, który nie jest nasz

TEKST
BEATA PAWŁOWICZ

W naszych komórkach zapisują się doświadczenia, emocje, sposoby reagowania na zagrożenie wypracowane przez rodziców, dziadków i pradiadków – mówi Dorota Kalwajt. – Bez względu na to czy subiektywnie były one przyjemne,

czy przykre, dobre lub złe – mózg odbiera je jako pozytywne i pilnuje, by przetrwały na wieki.

Według mózgu bowiem coś, co nas nie zabiło, złe być nie może. Nie bierze on pod uwagę, że dane doświadczenie lub przeżycie mogło wywołać w nas traumy, unieszczęśliwić nas, zszargać nam nerwy, czyli że dany sposób radzenia sobie z określoną sytuacją nie należy do najlepszych. Zapisuje i utrwala je na rzecz przyszłych pokoleń. W końcu mimo wszystko przetrwaliśmy, i to jest najważniejsze. W efekcie dziedziczymy po przodkach sporo kiepskich rozwiązań i niepożądanych reakcji. Często z tego dziedzictwa nawet nie zdajemy sobie sprawy, choć nieźle miesza ono nam w życiu.

By odczytać i zmodyfikować przekaz transgeneracyjny, potrzebne są specjalne narzędzia. Te udostępnia neurokinezyjologia – powstała w drugiej połowie XX wieku metoda łącząca fizjoterapię z odkryciami neurologii, biologii, psychologii i medycyny chińskiej. Zajmuje się przepływem energii oraz łączeniem emocji z określonymi organami ciała. Podstawowym jej narzędziem jest tzw. test mięśniowy. W praktyce wygląda to tak, że terapeuta zadaje badanemu pytania i obserwuje reakcje jego ciała. Pozwala to ustalić poziom stresu, jakiego doświadcza organizm. Przy wysokim poziomie zaburza się prawidłowy przepływ energii, krwi i neuroprzekaźników oraz innych procesów. Charakter i lokalizacja blokady w ciele mówią o dominującej emocji, a także pozwalają terapeutce ustalić kluczowy moment pojawienia się jej na linii życia.

MAM TO PO TACIE

Dla Alicji, 38-letniej nauczycielki angielskiego, mężatki i mamy

NAUKOWCY TWIERDZĄ, ŻE KŁOPOTY NASZYCH RODZICÓW I DZIADKÓW – ZARÓWNO TE EMOCJONALNE, JAK I BEHAWIORALNE – SĄ NASZYMI. NIE PAMIĘTA ICH NASZ ŚWIADOMY UMYŚŁ, ALE PAMIĘTA CIAŁO. ONO PAMIĘTA, A MY CHORUJEMY

ośmioletniego chłopca, dokonywanie wyborów jest udręką. Kupno chleba w sklepie zwyczajnie ją przeraża. Bo jaki wybrać: razowy, na miodzie, z suszonymi pomidorami czy z makiem? Jeśli ktoś z rodziny nie napisze jej wcześniej na kartce, który konkretnie ma kupić, będzie stała przed półkami w markecie bez końca, bezradna i zrozpaczona. Skoro tyle trudu kosztuje ją wypełnienie koszyka, łatwo wyobrazić sobie, jakich dramatów doświadcza, kiedy przychodzi do podejmowania życiowych decyzji. Zmienić pracę na bardziej ambitną czy raczej zostać tu, gdzie jest i gdzie czuje się bezpiecznie? Kupić nowe mieszkanie czy zaoszczędzić pieniądze? Alicja nie ma pojęcia, dlaczego każdy wybór sprawia jej tyle kłopotu. Wie tylko, że to potwornie utrudnia jej życie. W poszukiwaniu odpowiedzi trafiła na sesję do Doroty Kalwajt.

Gdy terapeutka oznajmiła Alicji, że emocje odpowiedzialne za jej problemy z decyzyjnością pojawiły się w czasie prenatalnym, ta wybuchła śmiechem. – Kiedy zostałam poczęta, mój ojciec sypiał z dwoma kobietami – mówi. – Obie zaszyły w ciążę, a on nie mógł się zdecydować, z którą zostać. Ponoć dylemat ten odbierał mu zmysły.

Znając źródło problemów Alicji, terapeutka może teraz zająć się likwidacją stresu związanego z odziedziczonym przeżyciem, a zapisanego na poziomie komórkowym i w strukturach jej mózgu. – Odbywa się to poprzez stymulację lub synchronizację odpowiednich punktów neurolimfatycznych, neuronaczyniowych i akupunkturowych, czyli poprzez ucisk, masaż, dotyk – mówi Dorota Kalwajt. – Często podczas korekcji osoba czuje odpływające z ciała napięcie, którego wcześniej nie była świadoma, jej mięśnie się rozluźniają. Brak takiego odczucia nie oznacza, że korekcja nie nastąpiła. Często życie w stresie pozbawia nas zdolności odczuwania wrażeń z ciała. Dopiero po technikach takich jak neurokinezyjologia odzyskujemy to, co utraciliśmy, zdolność odczytywania potrzeb swojego organizmu.

MAM TO PO BABCI

Dorota, 50-latka, zawsze uważała się za nonkonformistkę. Niezależna, pewna siebie, niezważająca na opinie innych. Do gabinetu Doroty Kalwajt trafiła, chcąc odkryć, dlaczego nie potrafi odejść od męża. Od dawna go nie kocha, wie, że życie bez niego byłoby dla niej lepsze, nie boi się być sama. A jednak myśl o rozwodzie napawa ją przerażeniem.

Podczas sesji, w której lekarka zadaje pytania, gdy rzecz dotyka kwestii rozstania z mężem, ciało Doroty zmienia się, mięśnie się napinają, a w głowie powstaje obraz. – Sąsiedzi widzą, jak on pakuje walizki – mówi. – Fama o naszym rozstaniu szybko roznosi się wśród znajomych. Już wszyscy wiedzą. Nie mam faceta, więc jestem nic niewarta. Nic niewarta i bezbronna.

Dorota jest poruszona. Nigdy by nie przypuszczała, że strachem napawać ją może to, co powiedzą >

inni. Nie sądziła też, że mąż jest przez nią odbierany gdzieś na głębszym poziomie jako swoista tarcza chroniąca ją przed ciosami z zewnątrz. – Skąd te przekonania i lęki? – dziwi się.

Dzięki testowi mięśniowemu udało się ustalić źródło tych emocji. Nie tkwią one jednak w linii życia pacjentki, lecz dopiero w przestrzeni doświadczeń jej babki. Z reakcji ciała pacjentki lekarka jest w stanie ustalić jedynie lub aż tyle, że motyw opinii innych pojawił się w życiu jej babci, gdy ta miała około 16 lat. – Nie wierzę – mówi zdezorientowana Dorota. Nagle przypomina sobie rodzinną historię. – Opowiadała mi ją ciotka, która nie lubiła mojej babki. Słuchałam jej jednym uchem, wypuszczałam drugim, bo ja z kolei nie lubię ciotki i zawsze dziełem przez 10 wszystko, co wychodzi z jej ust. Ale teraz myślę, że to istotne, bo właśnie ta ciotka mówiła mi wtedy, że w wieku 16 lat babcia zaszła w ciążę. Bez ślubu i bez kawalera, bo kiedy rzecz się wydała, ten się zawinał, a jej ojciec, a mój pradziadek, wstydząc się opinii sąsiadów, wyrzucił córkę z domu. Dzieckiem, które nosiła i z którym wylądowała na ulicy, była moja mama.

Po kilkutygodniowym okresie bezdomności babka Doroty znalazła schronienie u żonatego mężczyzny. Została jego kochanką. Dopiero po kilkunastu latach wspólnego życia mężczyzna rozwiódł się i ożenił z babką Doroty. Mama Doroty też wyszła za mąż za rozwodnika. Obie najpierw były kochankami swoich przyszłych mężów. – Teraz rozumiem, skąd u mnie to przekonanie, że liczy się opinia innych i że kobieta bez mężczyzny jest nic niewarta i bezbronna – cieszy się Dorota.

Potrzeba było kilku sesji, aby wszystkie emocje, jakie składały

się na jej stan, wymazać z ciała i by mogła zacząć kierować swoim życiem bez rujnującego bagażu przeszłych pokoleń bliskich jej kobiet.

Neurokinezyjologia dysponuje odpowiednimi narzędziami, by usunąć stary stres zapisany w komórkach. Jednak by uwolnić się od tego, co nie nasze, potrzeba czasem wielu spotkań, bo transgeneracyjne urazy składają się niejednokrotnie z wielu trudnych i złożonych emocji oraz stanów.

EPIBIOLOGIA I EUROKINEZYJOLOGIA

Pamięć komórkowa to nic innego jak pamięć emocji naszych i naszych przodków zapisana w ciele. Przekazując geny, przekazujemy także doświadczenia jednostkowe – to odkrycie ostatnich lat, którym zajmuje się tzw. totalna biologia. Pionierskie badania nad tym, jak komórki odbierają i przetwarzają informacje, prowadził amerykański biolog Bruce Lipton w latach 70.-90. XX wieku. Udowodnił, że sygnały płynące ze środowiska, takie jak myśli, przekonania i emocje, wpływają na funkcjonowanie komórek ludzkiego organizmu, co w konsekwencji może aktywizować lub wyciszać geny oraz hormony odpowiedzialne za biochemię, zawiadujące metabolizmem, zachowaniem czy postawami. Pamięć komórkowa wyjaśnia, w jaki sposób doświadczenia m.in. ojca (plemnik zawierają materiał genetyczny, a więc także doświadczenia tego mężczyzny oraz jego ojca i dziadka) są przekazywane dziecku.

Lipton uważał, że emocje takie jak: lęk, gniew, złość, miłość i nadzieja mogą zmienić ekspresję genów matki i jej potomstwa. Emocje to sygnały chemiczne aktywizujące całe serie fizjologicznych, metabolicznych i behawioralnych procesów,

które modyfikują ciało matki i dziecka. Doświadczenie negatywnych przeżyć koduje w dziecku także sposób reagowania na nie – dziedziczny je jako zapis w ciele migdałowatym, zawiadującym zachowaniem. Stres, w jakim znajduje się matka, powoduje, że w jej krwi pojawia się nadmiar kortyzolu, adrenaliny i noradrenaliny – hormonów zakłócających rozwój przedomózgowia dziecka (część mózgu odpowiedzialna za pamięć, koncentrację, kreację), a wzmacniających rozwój tyłomózgowia (część odpowiedzialna za biologiczne przetrwanie). Inaczej zatem do życia przygotowane jest dziecko matki spokojnej, a inaczej depresyjnej, inaczej to oddzielone w pierwszych miesiącach życia od matki (reakcje lękowe), a inaczej żyjące z nią w symbiozie (ufność do świata).

Według neurokinezyjologii stres danej jednostki, rozumiany przez ciało jako zagrożenie życia, wpływa na kolejne pokolenia. Jak to możliwe? Na podstawie współczesnej nauki potrafimy odpowiedzieć na to pytanie tyle, że trzy pokolenia dzielą to samo środowisko. W macicy babci, która jest w piątym miesiącu ciąży, a nosi tam córkę, znajduje się komórka blastyczna komórki jajowej, z której się narodzi jej wnuczka. Jeśli więc w piątym miesiącu ciąży babcia doświadczy traumy, to jej córka i wnuczka także będą miały zapisane w swoich komórkach jej doświadczenie.

Naukowcy twierdzą, że kłopoty naszych rodziców i dziadków, zarówno te emocjonalne, jak i te behawioralne, są naszymi. Nie pamięta ich świadomy umysł, ale pamięta ciało. O tym, jak dziedziczymy traumy, w pasjonujący i osobisty sposób pisał amerykański psychoterapeuta Mark Wolynn w „Nie zaczęło się od ciebie” (wyd. Czarna Owca).

ZDJĘCIA: ISTOCK, MATERIAŁY PRASOWE

MAM TO PO MAMIE

Mając 40 lat, Magda po raz kolejny związała się z mężczyzną, który już po kilku miesiącach bycia razem zaczął ją lekceważyć. Ponownie była w relacji, w której czuła się nieszczęśliwa i bezradna, ale silniejszy był lęk przed porzuceniem. Lata psychoterapii nie pomogły. W jej związkach wciąż pojawiał się ten sam schemat. – Jak przerwać ten zaklęty krąg? – zastanawiała się. Wtedy natrafiła na informacje o neurokinezyjologii i jej możliwościach odczytywania zapisanych w ciele traum. Na pierwszej neurologicznej sesji test mięśniowy i tabele różnych emocji oraz stanów wskazały, że zapisaną w jej ciele informacją jest... „królewskość”. Co ciekawe, słowo to wcale jej nie zdziwiło, choć sama nigdy nie czuła się ani królową, ani księżniczką, szybciej Kopciuszkiem. Uświadomiła sobie jednak, że była córką takiej „królowej”. Mogła matkę podziwiać, lecz z jej strony otrzymywała jedynie pogardę. Schemat relacji z matką przeniosła na inne nawiązywane w życiu relacje. Kiedy po kilku sesjach neurokinezyjologii ciało kobiety zostało uwolnione od stresu związanego z tym przekazem, zmieniły się jej sylwetka i wyraz twarzy. Przede wszystkim jednak zniknął syndrom Kopciuszka, a pojawił się szacunek do siebie. Te zmiany w niej wpłynęły również na zachowanie jej partnera. Nie tylko zaczął ją zauważać, ale i traktować ją „po królewsku”.

MAM TO PO DZIADKU

– Emocje to peptydy, czyli cząstki białkowe, substancje, które wywołują drżenie rąk, rumieńce na twarzy, zaciskają gardło – mówi Dorota Kalwajt. – Każda emocja, czyli białko, ma w organizmie swoje receptory, umiejscowione w konkretnych narządach wewnętrznych.

WEDŁUG MÓZGU COŚ, CO NAS NIE ZABIŁO, ZŁE BYĆ NIE MOŻE. NIE BIERZE ON POD UWAGĘ, ŻE DANE DOŚWIADCZENIE MOGŁO WYWOŁAĆ W NAS TRAUMY, UNIESZCZEŚLIWIĆ, ZSZARGAĆ NAM NERWY. ZAPISUJE I UTRWAŁA JE NA RZECZ PRZYSZŁYCH POKOLEŃ. W EFEKCIE DZIEDZICZYM PO PRZODKACH SPORO KIEPSKICH ROZWIĄZAŃ I NIEPOŻĄDANYCH REAKCJI

Pisze o tym w „Molekułach emocji” Candace Pert, amerykańska neurolożka i farmakolożka. Z kolei o tym, która emocja związana jest z którym narządem, wiemy dzięki chińskiej medycynie od tysięcy lat. Dla przykładu receptory dla peptydów związanych ze strachem, niepokojem i lękiem znajdują się w nerkach. Te związane z gniewem czy złością znajdziemy w wątrobie i pęcherzyku żółciowym. Żołądek wyłapie peptydy sympatii, antypatii, empatii i zamartwiania się. Z kolei w sercu ulokowane są miłość i nienawiść.

Kolejna osoba, która zgłosiła się do gabinetu Doroty Kalwajt, miała podwyższone transaminazy, i to wielokrotnie, co oznaczało, że jej wątroba nie dawała rady. Czy taki stan mógł brać się z emocji? Podążając po linii życia, terapeutka cofnęła się aż do dziadka pacjentki.

Ustaliła także, że złość uwięziona w wątrobie kobiety, nie była złością samego dziadka, lecz tą, która była skierowana ku niemu.

Kiedy pacjentka usłyszała diagnozę, przypomniała sobie, że jej babka rzeczywiście żywiła złość do męża. Wszystko z powodu kochanki, którą ten latami przed nią ukrywał i której w tajemnicy przed rodziną, kupił dom i ziemię. Gdy babka dowiedziała się o tym, nie potrafiła wybaczyć mężowi. Dziadek zmarł na problemy z wątrobą. Pacjentka powieliła schemat bycia obiektem złości w swoim życiu, wiążąc się z cholerykiem. Uwolnienie się od stresu związanego z zapisem z przeszłości pozwoliło jej stawić opór agresji męża i uzdrowiło reagujący na to chorobowo narząd w jej organizmie.

– Ciało pamięta za nas, a my chorujemy – tłumaczy Dorota Kalwajt. – Kiedy usuniemy blokady z przeszłości i stresory, jego ogromne zdolności do autoregulacji i samouzdrowienia często wystarczą do odzyskania dobrostanu. Neurokinezyjologia pozwala wyleczyć się bez leków. Pomaga uwolnić się od dawnych traum i zbudować nową, jasną przyszłość. **IS**



DOROTA KALWAJT specjalistka medycyny holistycznej. Studiowała medycynę w Petersburgu, dyplom lekarza zdobyła na Śląskiej Akademii Medycznej, specjalizacja: pediatria i rehabilitacja medyczna. Więcej na www.akademikinezyjologii.pl