

SHARON KING

Vindecă-ți nașterea,
vindecă-ți viața

Prefață de Karl Dawson

Traducere în limba română
de Daniela Andronache

Editura For You
București



Prefață

de Karl Dawson

Am cunoscut-o pe Sharon King cu aproape un deceniu în urmă. Eu creasem o tehnică numită Reimprimarea Matricei, care a devenit un instrument recunoscut internațional pentru gestionarea traumei. Am publicat două cărți în calitate de coautor pe această temă, tipărite de editura care este lider în domeniu: Hay House. Prima dintre cărți este în prezent tradusă în zece limbi.

Am întâlnit-o pe Sharon înainte ca Reimprimarea Matricei să fi ajuns un fenomen mondial. De fapt, se afla în primele ei faze de dezvoltare. Mai mulți oameni din jurul meu erau acolo pentru faza pilot de dezvoltare a tehnicii: împărtășirea experiențelor pe care ei le avuseseră în timp ce o folosiseră cu clienții lor, adăugarea de noi idei și concepte de modelare. Sharon era unul dintre aceștia.

Pe măsură ce Reimprimarea Matricei a devenit tot mai puternică, câțiva dintre acești oameni din cercul meu au început să-și dezvolte propriile specializări pe baza ei. Unul dintre ei a fost Sharon. Ea avea o pasiune pentru ceea ce se petrece în pântecul mamei și în timpul nașterii și pentru felul cum ne afectează aceste experiențe mai târziu în viață. Cerceta și studia intens o întregă gamă de alte domenii pentru a pune la un loc ce înțelegea ea despre trauma nașterii și cum putea să fie aceasta vindecată.

Unul dintre fundamentele Reimprimării Matricei este că ne formăm convingerile în primii șase ani de viață, când suntem într-o stare extrem de programabilă. Aceste credințe devin cadrul în baza căruia funcționăm. Acesta este și subiectul celei de-a doua cărți pe care am scris-o: *Transform Your Beliefs, Transform Your Life* [*Transformă-ți convingerile, transformă-ți viața*]. Mă pasionează această temă a convingerilor, căci am văzut cum vindecarea lor ne poate transforma starea de bine fizică, emoțională și mentală și poate schimba complet felul în care ne prezentăm în lume.

Bruce Lipton, reputat specialist în biologie celulară și profesor la Stanford, demonstrează în ce fel convingerile noastre și mediul în care creștem ne afectează biologia. Reimprimarea Matricei ne poate duce înapoi la momente-cheie din viața noastră în care ni s-au format convingerile, când influențele din mediu și celelalte traume-cheie ne-au schimbat modul în care vedem lumea. Cu instrumentul pe care l-am creat, putem să rescriem literalmente ceea ce am învățat în acea zi. Când convingerile sunt rescrise, corpul și emoțiile se transformă pe măsură, la fel și perspectiva noastră asupra vieții.

Sharon și-a adus vastele sale cunoștințe și abilități de înțelegere într-un domeniu important al vieții umane, prin sublinierea numărului mare de asemenea convingeri care se formează în viața intrauterină și la naștere. Ea are un întreg sistem de lucru pentru transformarea convingerilor, care ne permite să ne întoarcem la viața intrauterină și la momentul când ne-am născut. Modul cum venim pe lume contează. Vechea paradigmă conform căreia bebelușii nu au nicio urmă de conștiință sau nu simt nicio durere fizică se dovedește a fi depășită. Sistemele noastre moderne de asistență la naștere

* Apărută în limba română la Editura For You. (n. red.)

sunt în mare măsură responsabile de traume. Iar când bebelușul vine pe lume și află că aceasta nu este un loc sigur, din cauza traumei pe care a trăit-o, o astfel de experiență modelează felul în care el vede lumea din acea zi încolo.

La fel ca sistemele noastre occidentale de asistență la naștere, există convingeri pe care le învățăm de la familiile noastre. Și de multe ori ne naștem în familii care au probleme emoționale. Acestea pot avea impact asupra noastră chiar și în viața intrauterină. Lucrarea lui Sharon ne ajută să identificăm astfel de probleme și să le schimbăm. Acest lucru, la rândul lui, afectează filtrele percepției noastre în prezent.

Cartea de față are la bază Reimprimarea Matricei, dar și aspecte care sunt unice pentru Reimprimarea Matricei Nașterii. Unul dintre acestea este procesul de reprogramare a nașterii. Dacă ai avut o experiență traumatică la naștere sau nu ai avut parte de o legătură de atașament funcțională cu mama (care poate duce la tot felul de probleme de atașament mai târziu în viață), poți să te eliberezi de traumă și să îți rescrii nașterea în modul în care ți-ar fi plăcut să fie. Aceasta este o experiență profundă și pentru mulți a fost una care le-a schimbat viața.

Am văzut unele dintre rezultatele extraordinare ale aplicării Reimprimării Matricei Nașterii. Mame care au trecut prin mai multe nașteri extrem de traumatice și urmau să nască din nou și-au schimbat modul de desfășurare a nașterii eliberându-se de trauma trecutului. Am văzut mame care s-au eliberat de problemele pe care le avuseseră dând naștere copiilor lor, iar sănătatea sau starea de bine a micuților s-a modificat în consecință.

Metoda lui Sharon este remarcabilă și a fost încercată și testată în întreaga lume. Este pentru oamenii obișnuiți care vor să își rescrie trauma nașterii sau care vor să se asigure că, atunci când își nasc copiii, o fac fără nicio urmă a traumelor

trecutului. Dar este și pentru practicienii care vor să își ajute clienții la un nivel cu adevărat profund. Aceasta este o carte clasică de Reimprimarea Matricei, bine documentată și bine scrisă. Sunt încântat și mândru să o enumăr printre cărțile de Reimprimarea Matricei!

Karl Dawson,
creator al metodei Matrix Reimprinting/
Reimprimarea Matricei



Introducere

De multe ori îl vei auzi pe creatorul unui instrument nou sau al unei tehnici transformaționale noi spunând că a dat peste ea în mod accidental. Deși există elemente de creație accidentală în protocolul Reimprimării Matricei Nașterii, așa spune că aceasta a fost mult mai mult ca o naștere planificată! Adică fundamentele și cercetările pe care le așternusem pe hârtie și care m-au condus către ea au făcut și ele parte din procesul de creație care a urmat.

La momentul în care a ajuns la mine această metodă, eram destul de avansată în propria călătorie personală și profesională în TEE, o tehnică având la bază energia meridianelor care implică tappingul* pe anumite puncte de acupunctură în timp ce verbalizezi o afirmație specifică despre o problemă sau dificultate cu care te confrunți. Tehnica, pe care, pentru uzul tău personal, o vom explora mai târziu în această carte, este folosită la nivel global de milioane de oameni pentru a-și rezolva atât dificultățile fizice, cât și pe cele emoționale. De asemenea, eram foarte îndeaproape implicată în dezvoltarea Reimprimării Matricei, o tehnică TEE avansată, creată de Karl Dawson, care a continuat să devină un fenomen mondial. Reimprimarea Matricei este o tehnică TEE avansată, care presupune

* Traducere aproximativă: „apăsare“ sau „tapotare“. Întrucât termenul *tapping* este deja consacrat în forma sa din limba engleză și în limbajul specializat al TEE din limba română, el va fi folosit ca atare în acest text. (n. tr.)

întoarcerea la o traumă care ne-a modelat sentimentul de sine, credințele și identitatea și, literalmente, rescrierea ei. Reimprimarea Matricei se bazează pe principiul fizicii cuantice, mai exact pe faptul că suntem cu toții conectați printr-un câmp de energie, denumit „matrice“. Cele mai dificile experiențe de viață ale noastre sunt păstrate ca imagini în matrice sub forma Hologramelor Conștiinței Energetice, ECHO*. Prin Reimprimarea Matricei putem interacționa cu aceste ECHO-uri păstrate în câmpurile noastre (sau, cu alte cuvinte, în matrice) pentru a transforma aceste imagini din trecut. Multe dintre experiențele noastre de viață timpurii creează amprente pe care să le tot ajustăm la nivel subconștient. Aceste experiențe modelează felul în care ne vedem pe noi înșine și modul în care ne prezentăm în lume. Rescriindu-le, în paralel cu convingerile asociate create în acele momente, percepția noastră despre noi înșine și despre lumea noastră se transformă în mod corespunzător.

Am lucrat cu mii de clienți din întreaga lume folosind aceste tehnici pentru a rezolva amintiri traumatice de tot felul, de la traume sexuale până la traume de război, traume familiale și traume legate de dezastre naturale, și am văzut miracole în fiecare zi folosind Reimprimarea Matricei. Împreună cu clienți care se credeau răniți pe viață și renunțaseră la orice speranță de realitate „normală“, am rescris amintiri traumatice, am eliberat trauma din sistemele lor și i-am vindecat fizic și emoțional.

A fost o mare onoare să pot contribui la dezvoltarea Reimprimării Matricei și să văd cum se dezvoltă devenind un fenomen mondial. Și, pe măsură ce această tehnică revoluționară

* Acronim pentru „Energetic Consciousness Holograms“. Pentru a nu se pierde valoarea semantică, în traducere vom folosi acronimul în limba engleză. (n. tr.)

a început să modeleze felul în care zeci de mii de oameni își rezolvă traumele, am început să îmi aud propria chemare. Una dintre componentele-cheie ale Reimprimării Matricei o reprezintă cercetările specialistului în biologie celulară Bruce Lipton, care a descoperit corelația dintre convingeri și biologie. Studiile și cercetările dr. Lipton arată literalmente cum biologia este influențată de convingerile noastre și, ca urmare, cum acestea pornesc sau opresc exprimarea anumitor gene. Acest lucru ne afectează sănătatea, starea de bine și susceptibilitatea la boală. Un factor crucial pentru cartea de față este că dr. Lipton arată în ce fel sunt formate aceste convingeri atât în viața intrauterină, cât și în primii șase ani ai copilăriei (ceea ce vom explora în detaliu mai târziu în această carte). O mare parte din munca lui Karl Dawson folosind tehnica Reimprimării Matricei ne-a permis să ne întoarcem la primii șase ani ai vieții, când s-au format credințele. Dar, la acel stadiu, nu ne concentrăm prea mult pe ceea ce se petrecea în perioada intrauterină.

Simultan, am început să mă simt fascinată de modul în care se nasc copiii în lumea occidentală. În cazul în care convingerile se formează când pruncii sunt în uter și în primii șase ani ai vieții lor, atunci ce se întâmplă mai exact când prima lor întâlnire cu lumea este o zdruncinătură dură, clinică la venirea în realitate? Am aflat din Body Talk („Comunicarea Corporală“), o altă tehnică pe care o studiam la acea vreme, că la naștere bebelușul poate fie să se retragă, fie să își deschidă simțurile. În America, de exemplu, se pun preventiv picături de nitrat de sodiu în ochii copilului pentru cazul în care mama are boli cu transmitere sexuală. Dincolo de datele care corelează această practică cu purtarea ochelarilor devreme în timpul vieții, am început să mă întreb ce fel de șoc îi produce

acest lucru nou-născutului, mai ales că nitratul de sodiu produce o senzație dură, de usturime și, mai important chiar, înțețoșează vederea, împiedicând procesul de formare a legăturii de atașament.*

Chiar atunci, în acel moment, este posibilă formarea convingerii oricărui copil care trece prin această procedură că nu ești în siguranță dacă vezi sau dacă privești lumea. Parcurgând această carte, vom explora mai profund modul în care se formează aceste convingeri și care este influența lor asupra vieții noastre. La vremea despre care vorbesc, abia începeam să realizez impactul pe care procesul nașterii standard occidentale, inclusiv analizele de sânge, aspirarea și alte proceduri medicale brutale, îl are asupra modelării convingerilor bebelușilor în momentul venirii lor pe lume.

Pe parcursul aceste cărți, îți voi dezvălui adevăruri revelatoare despre impactul pe care îl au aceste proceduri asupra convingerilor noastre, asupra stării noastre fizice de bine și asupra percepției de sine. Dar, mai important, voi prezenta o tehnică foarte nouă, pe care am creat-o eu însămi și care îți poate transforma radical relația cu propria naștere.

Voi prezenta în Capitolul 1 detalii despre Reimprimarea Matricii și felul în care s-a dezvoltat. Ceea ce urmează în această carte este ceea ce am descoperit în cei cinci ani de după acea primă ședință și cum, în ciuda faptului că nu am născut niciodată eu însămi, mi-am dobândit porecla de „Mama

* Chait, Jennifer, „Newborn eye medication drops“, în *Pregnancy & Baby*, 13 aprilie 2009, www.pregnancyandbaby.com/baby/articles/932745/newborn-eyemedication-drops; Dr. Dekker, Rebecca, RN, APRN, „Erythromycin Eye Ointment Always Necessary for Newborns?“, în *Evidence Based Birth*, 11 noiembrie 2012, www.evidencebasedbirth.com/is-erythromycin-eye-ointment-always-necessary-for-newborns/. (n. aut.)

King“ după ce literalmente am reprogramat mii de femei (și câțiva bărbați) din întreaga lume.

Indiferent dacă ai avut parte de o naștere traumatică la venirea ta pe lume sau dacă ai născut tu și a fost dificil ori dacă ești pe cale să dai naștere și vrei să te asiguri ca va merge cât de lin posibil, conținutul acestor pagini îți va permite să te eliberezi de oricâte blocaje subconștiente este necesar pentru a avea o naștere liberă și ușoară și a-ți reprograma trecutul și viitorul.

Iar acum îți voi arăta cum a apărut Reimprimarea Matricei.