

Мускулно тестване / МТ

Мускулното тестване (енергиен, кинезиологичен тест) е познато и се ползва повече от 50 години, благодарение на хиропрактика Джордж Гудхарт и доразвито в психологичната терапия на Джон Даймънд и Роджър Калахан.

Те открили, че негативното мислене, тревожните емоции и спомени за травматични преживявания отслабват мускулите на клиента и благодарение на този факт, дават информация за подсъзнателните преживявания, отвъд достъпа на съзнателния Аз.

Оказва се, че в подсъзнанието и респективно в тялото, са скрити информационни депа, съдържащи преживявания от трансперсонален характер, включително минали прераждания и историята на предците. Нашата работа е да се настроим правилно към тях, за да ги изведем на повърхността.

Съществуват много варианти за МТ, но е добре да си изберете фаворит и да се усъвършенствате в него. Необходимо е известно време да се поупражнявате, за да добиете увереност, преди да го прилагате с клиенти.

Протокол

Препоръки:

1. Винаги питайте човека дали има някакъв проблем/травма с ръката, която ще тествате.
2. Избягвайте очен контакт по време на теста. Гледайте неопределено в пространството, с разфокусиран поглед.
3. Използвайте недоминантната ръка (за десняци е лявата).
4. Правете почивки на няколко въпроса, за да не се преуморява мускула.
5. Дайте точна инструкция.
6. Запомнете: Важно е как ще обясните действието на теста на клиента. Добре е обяснението да бъде кратко, но изчерпателно, както и инструкциите. Може да научите инструкциите по-долу наизуст.
“Този тест е един начин да влезем във връзка с твоето подсъзнание. А подсъзнанието знае всичко. Твоето подсъзнание е директно свързано с мъдростта на тялото ти. Установено е, че когато не сме свързани с истината, губим енергия, съответно ставаме слаби. Когато сме в

истината, сме силни. Ето сега ще ти го демонстрирам. Изпълни лявата ръка напред, успоредна на пода, с палец завъртян надолу” (това се прави с цел да има по-малко сила за съпротива, тъй като тук е важно да не се борим, да не прилагаме прекомерно много сила, за да не настъпи бърза умора). *“Аз ще те натискам леко ето тук, а ти ще ми даваш отпор, така че ръката ти да остане на това ниво. Окажи съпротива на натиска ми! Преди да натисна казвам “Задръж!” И натискам.”*

7. Тестващият е отстрани на клиента. В случая на лявата му страна, слага леко своята дясна ръка на лявото рамо на клиента (за да се заключат енергийните вериги на двамата) и поставя левите си два пръста (показалец и палец) малко над китката на изпънатата напред ръка. Обърнете внимание: тези два пръста остават в контакт с ръката на клиента по време на целия тест, но не така, че да тежите на ръката му. Натискът следва 2 секунди след командата *“Задръж!”*. Важно е да не е рязък, а плавен, като да увеличавате музиката с кръглото копче. И също така плавно да се обира. Все пак, цялата продължителност на натиска във всичките му фази е не повече от 3 секунди. За да не се изморява излишно клиента, което скоро ще изкриви резултатите, кажете:

“Нека, когато не те натискам, ръката ти да бъде релаксирана, за да не се изморяваш излишно”.

8. Следва **демонстрацията**, която е едновременно с това е и **калибриране**.

- *Кажи Да/ Не!*
- *Казвам се../вярно, фалшиво име*
- *Аз съм мъж/жена.*
- *Обичам шоколад/овча лой.*

Или нещо парадоксално, за да има контраст. Тук не е подходящо да избирате неутрални или не -дуални въпроси. Да има ясни противоположности, за да свикнете взаимно с теста и клиента да се отпусне, разбирайки правилно задачата. Важно е да влезете и двамата в състояние на не-мислие. Пет-шест въпроса обикновено са достатъчни за взаимно напасване.

9. По желание може да се направи допълнителен тест за:

- **хидратация:** клиента дръпва кичур коса с едната си ръка и задържа дърпането, докато тестващият го натиска. Ако тялото на клиента е дехидратирано, ръката ще падне като за НЕ. Ако е хидратирано, ще остане силна.
- **Енергийна връзка с Източника:** клиента полага дясната си ръка с длан надолу на разстояние около педя над коронната си чакра, докато е тестван с лявата. Би трябвало да стои силна. Обръща дланта нагоре. При този тест, ръката би трябвало да е слаба.

10. След калибрирането, може да продължите към същинската част, в която е важно въпросите ви да бъдат формулирани категорично и то само за отговор Да или Не. Въпросите трябва да бъдат формулирани като твърдения. Например:
“Аз имам ли автоимунно заболяване?” да звучи като:
“Имам автоимунно заболяване.” Без въпроси, завършващи на “ли”?
11. Почивайте периодично и заедно с клиента работете върху формулирането на въпросите. Най- важни са правилните въпроси. Тези, които се движат по метода на отричането на многото възможности към конкретиката, както е в детективската работа. Търсим първопричината за проблема и подсъзнателните защитни системи, които пречат на истинския пробив. Стремим се към пробив. За да има такъв, е нужно да стигнем до сърцевината на проблема. Първо да го наречем със истинското му име.

Типове въпроси:

1. Предварителни въпроси, които трябва да подготвят почвата за сесията.
 - Какъв е проблемът. Откога е. С какво точно, този проблем ти пречи днес? В какво те ограничава?
2. След като клиентът е споделил какъв е проблема, го тествате, дали наистина има такъв проблем.

Например:

- Имам проблем с... Еди-какво си.
- Има първопричина за това.
- Зад тази първопричина стои основополагаща травма.
- Тази травма се е случила:
- Въпроси за време.
- Въпроси за място.
- Въпроси за причини и следствия.
- Кармичната причина за това е...
- Методът, който може да помогне за решаването на този проблем е..

Въпросите са структурирани в следващ документ.

Други видове тест:

Тест-махало: за него се ползва тялото като махало, което се настройва с въпроси, подобни на описаните горе. Поклащането на тялото напред или назад показва да/не.

Тест с хлъзгане:

Потъркайте с палец възглавничките на няколко пръста, или го прокарайте по нокътя на безименния пръст. Гладко хлъзгане е вярно, а усещането за грапавост и спирането на пръста е невярно.

Тест с пръсти:

Направете буква О с палец и показалец и ги свържете като Дърпайте в противоположни посоки. При вярно твърдение, пръстите ще държат, при невярно, ще се изпуснат.

Тест с коляно:

Вдигнете в седнало положение едното коляно на десетина сантиметра от земята и го натиснете надолу. При вярно твърдение, крака стои, при невярно, пропада надолу.

Трябва да се знае, че на мускулния тест могат да повлияят множество фактори. Най-вече нашите желания и очаквания. Опитвайте се да стоите празни, без да знаете какъв ще е отговорът, натискайки по един и същ начин, неутрални и вътрешно тихи. Често се случва умът да иска да контролира отговорите.

Един тест, който трудно се влияе от съзнателните желания и проекции на ума е **теста с неравните пръсти**. Заставате прави, така че да има място да опишете с ръцете траектория като дъга пред себе си, така че да бъдат успоредни на земята и пръстите да се срещнат отпред. Сравняваме нивото на показалците. При Да са равни, при Не - неравни.

Загуба на полярност или обръщане на енергиите

Понякога се случва клиентът да загуби полярност и тогава няма голяма разлика между Да/Не. Има няколко упражнения, които могат да се приложат:

1. С ТЕС да се потупат всички точки по меридианите, с фразата: *"Настройвам се да давам точни отговори сега."*
2. Потупване на тимусната жлеза и точките на бъбречния Меридиан К27. *"Настройвам се, за да давам точни отговори сега."*

3. Маршируване Крос-Карол: докосваме лява длан - дясно коляно и обратното, докато маршируваме, броейки до 12 и после наобратно. През това време водещият може с показалец да описва осмици пред очите на клиента и той да ги следи, докато брои и марширува.

Енергийна хигиена

След приключване на интервюто може да правите една проста техника за прекъсване на енергийните връзки между вас:

С изпъната длан/ръка-меч прекъсвате връзки между вас;

Ако сте по-чувствителни, може да правите техниката заципяване преди работа:

С ръка, хваната сякаш държите цип, минавате в посока нагоре по средния Меридиан от пубисната кост до брадичката с вдишване.

Издишвате, отпускатки ръката, после пак, общо три пъти.