

بیماری ها و علت های ذهنی

شفای زندگی نوشته لویز هی

با نگاه به این فهرست که به کتاب شفای تن متعلق است، ببینید آیا می توانید میان بیماری های پیشین یا کنونی خود در رابطه با علل ذهنی نامبرده در فهرست، ارتباطی بیابید؟

بهترین راه به کار بردن این فهرست به هنگام مشکل جسمانی این است که:

1. به علت ذهنی نگاه کنید و ببینید که در مورد شما نیز صدق می کند، یا نه. اگر صدق نمی کند، آرام بنشینید و از خود بپرسید: "کدام اندیشه هایم می تواند این وضع را آفریده باشد؟"

2. با خود تکرار کنید: "می خواهم آن الگوی ذهنی را که این وضع را آفریده رها کنم."

3. الگوی تازه ی ذهنی را چندین بار تکرار کنید.

پیشاپیش خود را در فرآیند شفا ببینید. هرگاه به وضع خود می اندیشید، این گامها را تکرار کنید

ردیف	نام بیماری	علت احتمالی بیماری	الگوی تازه ذهن
1	میگرن	غرور	من بدون غرور هم زندگی خوبی دارم
2	زانو درد	غرور	من انعطاف پذیرم
3	سرطان	احساس گناه	من همین جوری که هستم خودم را می پذیرم
4	اب جمع کردن بدن	میترسید چ چیزی را از دست بدهید	من با شادی رها میکنم
5	ابریزش بینی	گریه درونی. اشکهای کودکانه. احساس قربانی بودن	من تصدیق میکنم و میپذیرم ک خود قدرت خلاق جهانم اکنون آگاهانه کامروایی از زندگی را بر

میگزینم.			
اجازه میدهم اندیشه هایم رها و آزاد باشند. گذشته تمام شده. من در ارامش	اندیشه های برانگیزاننده درباره ازارها . احساس حقارت و میل ب انتقام جویی	ابسه	6
من اسوده و ارامم. زیرا ب فرایند زندگی اعتماد دارم . در جهانم همه چیز نیکوست	این دست و ان دست کردن. ترس و فشار. حساسیت مفرط	ابله مرغان	7
زندگی جاودان است. و سرشار از شادمانی. من ب پیشواز هر له	عدم اطمینان از آینده یی شاد. ترس از آینده ای تاریک	اب مروارید	8
زندگی جاودان است. و سرشار از شادمانی. من ب پیشواز هر لحظه میروم	عدم اطمینان از آینده یی شاد. ترس از آینده ای تاریک	اب مروارید	9
من ایمن هستم . من میسایم و میگذارم زندگی با شادی جریان یابد.	ترس. ترس از زندگی . مسدود کردن جریان و راه خیر و صلاح	اپاندیس	10
من عشقم اکنون بر میگزینم ک خود را دوست بدارم و تایید کنم. من با محبت ب دیگران نگاه میکنم	این احساس ک هیچکس دوستم ندارد . انتقاد. نفرت و انزجار	ارتروز	11
من با تفاهم و	تمایل ب مجازات و	ارتروز انگشتان	12

		سرزنش کردن . احساس قربانی بودن.	محبت میبینم . من همه تجربه هایم را با محبت میبینم
13	ارنج...ناراحتی ارنج	نماینگر عوض کردن مسیر وپذیرفتن تجربه های تازه است	من ب اسانی با تجربه های تازه و راههای جدید خو میگیرم
14	اروغ	ترس. بلعیدن تند و سریع زندگی	برای انجام انچه میخواهم زمان و مکان کافی هست
15	اسم	محبت در دل نگاه داشته شده . این احساس ک نمیتوان برای خود نفس کشید. احساس خفگی . گریه سرکوب شده.	اکنون ب عهده گرفتن زندگیم خطری ندارد . من ازادی را بر میگذینم.
16	اسم کودکان و نوزادان	ترس از زندگی . کودک نمیخواهد در این دنیا باشد.	این کودک ایمن وخواستنی و عزیز است. این کودک با اغوش باز و سرشار از محبت پذیرفته شده است.
17	اکنه	خود را نپذیرفتن و دوست نداشتن.	من تجلی الهی زندگی هستم . من خود را در جایی ک هستم دوست دارم.
18	الرژیهات و تب یونجه.	نسبت ب کی الرژی دارید؟ نفی اقتدار خود	دنیا امن و دوستانه است . من ایمن هستم و با زندگی و دنیادر ارامشم
19	اماس	چ کسی یا چ چیزی بشما اجازه نمیدهد ک رهایش	من مشتاقانه گذشته را رها

میکنم. رها کردن خطری ندارد در زندگی. من اکنون از ادم	کنید؟		
من خودم و بدنم و جنسیت خویش را دوست دارم . تنها اندیشه هایی را باور میکنم ک حمایت میکنم و بمن احساس نیکو بخشند.	نیاز ب مجازات خود خوشتن را بد پنداشتن . احساس گناه جنسی اندامهای جنسی را گناه و ناپاک دانستن . سوء استفاده از دیگری	امیزشی. بیماریهای امیزشی	20
میدانم ک ارزشمندم. موفقیت خطری ندارد. زندگی دوستم دارد	نپذیرفتن ارزش خود نفی کامیابی و موفقیت.	امیوتروفیک لاترال اسکلروسیس...تخریب الیاف عصبی ک از دستها شروع میشود	21
من شادمانی را ب قلبم باز میگردانم. من ب همه محبت نشان میدهم	خالی کردن قلب از هر چ شادی. ب نفع پول و جاه و مقام	انفارکتوس	22
من مشتاقم ک عوض بشوم	سرزنش دیگران	عفونت مجاری ادرار	23
من ان الگوی ذهنیم را ک این وضع را افریده رها میکنم	ادرار کردن بروی جنس مخالف	شب ادراری	24
من فراسوی اعتقادات و تقویم جمعی هستم. من از هر گونه تاثیر و تراکم رها و از ادم.	هجوم اندیشه های منفی. عدم اعتقاد به پویا بودن.	انفولانزا	25
من در زندگی	هیجانات و احساسات	ادرار	26

		خشمناک. سرزنش	فقط تجربه های شادی انگیز می افرینم
27	التهاب مجاری ادرار	ترس از والدین بویژه پدر	این کودک با چشم محبت و نرمش و مهربانی نگریسته میشود
28	ادیسون...کم کاری قشر غده فوق کلیوی	بدغذایی شدید غذایی . خشم گرفتن بخود	من با محبت از تن و ذهن و عواطفم مراقبت میکنم
29	اسپاسم	انقباض اندیشه ها بخاطر ترس	من رها میشوم و می اسایم. من در زندگی ایمن هستم
30	استخوان	نماینگر ساختار کائیتات وزندگی است	ساختار من نیکو و متوازن است
31	اسکلت بدن	خرد شدن ساختمان زندگی	من سالم و نیرومندم. ساختارم نیکوست
32	ناراحتی های استخوان	عصیان در برابر قدرت	من خود قدرت جهان خویشم
33	کجی یا عفونت استخوان	فشار ذهنی سر سختی. انقباض عضلات.. فقدان تحرک ذهنی	من کاملاً زندگی را فرو میکشم. جریان و فرایند زندگی اعتماد دارم
34	استخوان گیجگاه	خشم و ناکامی ..ترسی ک ادراک را فلج میکند	هماهنگی و آرامش الهی بیرون و درونم را فرا گرفته است در جهانم همه چیز نیکوست

35	مغز استخوان	بیانگر ژرفترین اعتقادات درونی درباره خود	ساختار زندگی جان لایتناهی است
36	استفراق	واکنش خوشونت امیز نسبت ب عقاید	من با شادی و ایمنی زندگی را هضم میکنم
37	اسهال	ترس. طرد کردن. فرار	ستاندن وهضم و حذف من در کمال نظم صورت میگیرد
38	اشتهایی	ترس. حمایت از خود. عدم اعتماد ب زندگی	من خود را تایید میکنم و دوست دارم
39	پراشتهایی	ترس. نیاز ب حمایت داوری درباره عواطف	من ایمن هستم . احساس کردن خطری ندارد . احساسهایم بهنجار و پذیرفتنی هستند
40	اضافه وزن	ترس . احساس ناامنی . طرد خود . نیاز ب کامیابی	من با احساسات خود در ارامشم . من امنیت خود را می افرینم.
41	اضطرب	عدم اعتماد به جریان و فرایند زندگی	من ب فرایند زندگی اعتماد دارم
42	اطفال...امراض اطفال.	اعتقاد ب زمان تقویمی و مفاهیم اجتماعی وقوانین کاذب. رفتار بچه گانه بزرگسالان پیرامون کودکان	این کودک در پناه حمایت و لطف ومحبت الهی ست... ما برای این کودک مصونیت ذهنی میطلبیم.

43	اعتیادها	فراز از خود . ترس. هنگامی که ندانیم چگونه خود را دوست بداریم.	اکنون درمیابم ک چقدر شگفتی انگیزم. من برمیگزینم ک خود را دوست بدارم و کامروا باشم
44	اعصاب... درهم شکستن ناگهانی اعصاب	نماینگر ارتباط و گزارش های گیرندست. خود مرکز بودن... بستن راههای ارتباط.	من با سهولت و شادمانی ارتباط برقرار میکنم... من قلبم را میگشایم و تنها ارتباط های مهرامیز برقرار میکنم. من ایمن و نیکو هستم.
45	تست	علت	تاکید
46	اغما	ترس فرار از کسی یا چیزی	ما با محبت و امنیت تو را احاطه می کنیم
47	افسردگی	خشم بی مورد، نومیدی	من اکنون از ترسها و محدودیتهای دیگران فرا می روم و خود ، زندگی خویش را می آفرینم
48	اگزما	خصومت و عداوت مفرط، غلیان ذهنی.	آرامش و هماهنگی و عشق و شادمانی، درون و برونم را فراگرفته است و من ایمن هستم.
49	الزایمر	گنار نیامدن با دنیا و واقعیت. نومیدی و	همواره راهی تازه و بهتر برای

تجربه زندگی پیدا می شود . من گذشته را می بخشم و رها می کنم و رهسپار شادمانی می شوم.	درماندگی . خشم.		
من در این لحظه زندگی می کنم . هر لحظه تازه است و پرتراوت من ارزش خود را می دانم . من خود را دوست دارم و تأیید می کنم.	زندگی را بی فایده دانستن. احساس پوچی و بیهودگی . احساس گناه . احساس بی کفایتی . نپذیرفتن خود.	الکسیم	50
با انتخاب اندیشه های شاد و مهرآمیز ، جهانی شاد و مهرآمیز می آفرینم . من ایمن و آزادم.	سر سختی ذهنی . سنگدلی . اراده پولادین . انعطاف ناپذیری. ترس	ام.اس.مالتیپل اسکلروسیس(تخریب الیاف عصبی)	51
همه جزئیات به خوبی پیش می روند. من با شادمانی به پیشواز تجربه های شگفتی انگیز زندگی می روم.	نمایانگر جزئیات زندگی هستند. ناشادمانی از تجربه های زندگی.	انگشتان ، - انگشتان پا - پینه شست پا	52
من با جزئیات زندگی در آرامشم.	نمایانگر جزئیات زندگی هستند.	انگشتان دست	53
من با تفاهم و محبت می بینم . من همه تجربه	میل به مجازات و سرزنش کردن . احساس قربانی بودن.	آرتروز انگشتان	54

هائم را در پرتو عشق می نگرم.			
ذهنم در آرامش است.	نمایانگر عقل و نگرانی	شست	55
من با جنسیت خود آسوده ام.	نمایانگر خشم و جنسیت.	انگشت وسط	56
من ایمن هستم.	نمایانگر منیت و نگرانی.	انگشت اشاره	57
من آرام و مهرآمیزم.	نمایانگر اتحاد و اندوه.	انگشت انگشتر	58
من به خانواده و زندگی، خود واقعی خویش را نشان می دهم.	نمایانگر خانواده و تظاهر	انگشت کوچک	59
من رها می شوم و می آسایم و رها می کنم و من در زندگی ایمن هستم .	انقباض اندیشه ها از ترس	انقباض	60
من با محبت اقتدار خود را پس می گیرم و هرگونه مداخله را رها می کنم .	قدرت را به دیگران سپردن و اختیار از دست دادن.	انگل	61
من جزئی از طرح کائناتم. شایان اهمیت هستم و زندگی دوستم دارد و من توانا و قدرتمندم . تمامیت خود را دوست دارم و قدر خویش را می دانم .	احساس بی دفاعی و نومیدی. کسی به من اهمیت نمی دهد . نفی خود . احساس گناه درباره امور جنسی.	ایدز	62

63	بازوان	نماینگر گنجایش و توانایی در آغوش گرفتن تجربه های زندگی است.	من با سهولت و محبت و شادمانی، تجربه هایم را به آغوش می گیرم.
64	باسن	نماینگر قدرت، باسن شل و ول نمایانگر عدم قدرت. نمایانگر توازن کامل و پیشروی نیز هست.	من خردمندانه قدرت خود را به کار می گیرم. من نیرومند و ایمن هستم. همه چیز نیکوست. هر روز شاد و شادابم و متوازن و آزاد.
65	بافتها (تصلب بافتها)	نپذیرفتن ارزش خود. نفی کامیابی.	می دانم که ارزشمندم. کامیابی خطری ندارد. موفقیت نمی ترسم و زندگی دوستم دارد.
66	برایت (التهاب کلیه)	احساس بچگی و خود را به اندازه کافی خوب نپنداشتن. احساس شکست یا از دست دادن.	من خود را دوست دارم و تأیید می کنم و به خویشتن اهمیت می دهم. من همواره شایسته ام.
67	برفک	خشم از تصمیم گیریهای نادرست.	من با محبت تصمیمهای خود را می پذیرم و می دانم که برای دگرگونی آزادم. من ایمن هستم.
68	برونشیت	محیط نا آرام خانواده. مشاجرات و فریاد کشیدن. گاه فریادها خاموش است.	من در درون و برون و پیرامون خود تنها هماهنگی و

آرامش را فرامی خوانم . همه چیز نیکوست.			
من برای خود یک زندگی سرشار از پاداش و آرامش می آفرینم.	عدم متابعت از قوانین خود. خشم بر خویشتن و مجازات خود . احساس گناه .	بریدگی	69
من هرچه را که همجنس محبت نباشد رها می کنم ، من برای همه کارهایی که دوست دارم زمان و مکان کافی دارم.	ترس از مهلت و آخرین فرصتها. خشم از گذشته. ترس از رها کردم . فشار	بواسیر	70
من خود را دوست دارم و تأیید می کنم . من ایمن هستم .	ترس . دوست نداشتن خود. ترس از دیگران .	یوی بد بدن	71
من در کمال ملاطمت و ملازمت سخن می گویم . از دهانم تنها نیکی بیرون می آید.	گرایشهای پوسیده . غیبت و بدگویی. اندیشه فاسد.	بوی بد دهان	72
من مشتاقم که احساس کنم . نشان دادن عواطف خطری ندارد. من خود را دوست دارم.	غلیان عواطف . کنترل دراز مدت هیجانها و احساسات.	بی اختیاری (مدفوع یا ادرار)	73
می توانم خورم باشم و همین گونه که هستم شگفتی انگیزم و	نفی زندگی خود . ترس مفروط. نفرت از خود و نپذیرفتن خویشتن.	بی اشتها	74

من زیستن را بر می‌گزینم و شادی و پذیرش را انتخاب می‌کنم.			
احساس کردن خطری ندارد. من با آغوش باز خود را به روی زندگی می‌گشایم. من مشتاق تجربه زندگی‌ام.	مقاومت در برابر احساس، کشتن خود ترس.	بی تفاوتی	75
من با محبت روز را رها می‌کنم و به خوابی آرام فرو می‌روم و می‌دانم که فدا همه چیز به خیر و خوشی پیش خواهد رفت.	ترس. عدم اعتماد به فرایند زندگی. احساس گناه.	بی خوابی	76
من محبت و احساسم را با دیگران تقسیم می‌کنم. به همه با محبت پاسخ می‌دهم.	مضایقه از محبت. بی ملاحظگی. از نظر ذهنی مرده بودن.	بی حسی	77
مرد بودن خطری ندارد.	نماینگر مردانگی و اصل مذکر.	بیضه‌ها	78
من توانایی شهودی خود را می‌شناسم.	نماینگر شناخت خود.	بینی	79
من خود، قدرت جهان خویشم. اکنون کامروایی از زندگی‌ام را بر	طلب کمک. اشکهای کودکانه. گریه درونی. احساس قربانی بودن.	آبریزش بینی	80

می‌گزینم و از راههایی خوشایند می‌آسایم . من خود را دوست دارم و تأیید می‌کنم .			
من خود را دوست دارم و تأیید می‌کنم و ارزش راستین خود را در می‌یابم . من شگفتی‌انگیزم .	نیاز به شناخته شدن . نیاز به محبت و توجه.	خونریزی	81
من خود را دوست دارم و قدر خود را می‌دانم .	پی‌نبردن به ارزش خود .	بینی گرفته	82
ما با محبت و امنیت تو را احاطه می‌کنیم . ما برای تو فضای شفا می‌آفرینیم و دوستت داریم.	ترس . فرار از چیزی یا کسی.	بیهوشی (اغما)	83
فهم و ادراکم روشن ست و مشتاقم که در طول زمان عوض شوم . من ایمن هستم .	پا نمودار فهم است و ادراکی که از خود و دیگران و زندگی داریم.	پا	84
همه جزئیات به خوبی پیش می‌روند.	نمایانگر جزئیات زندگی هستند.	انگشتان پا	85
من با شادمانی به پیشواز تجربه های شگفتی	ناشادمانی از تجربه های زندگی.	پینه شست پا	86

انگیز زندگی می روم.			
من خود را دوست می دارم و تأیید می کنم . به خودم اجازه پیشروی می دهم . حرکت کردن خطری ندارد.	ناکامی. عدم پذیرش . احساس ناتوانی برای پیشروی آسان .	قارچ انگشتان پا	87
من شایستگی وجد و سرور را دارم . من همه خوشیهای زندگی را می پذیرم.	انعطاف ناپذیری و احساس گناه . (مچ پا نمایانگر توانایی شادی و خوشی است).	مچ پا	88
من در کمال اطمینان و سهولت به پیش می روم . به فرایند زندگی اعتماد می کنم و با جریان زندگی به پیش می روم .	خشم از قهر و ادراک خود . ناکامی و ترس از آینده .	میخچه پا	89
این حق الهی من است که در زندگی راه دلخواهم را پیش گیرم. من ایمن و آزادم.	اضطراب و احساس گناه درباره حق پیشروی خود.	فروختن ناخن شست پا در گوشت	90
من با محبت، اقتدار خود را پس می گیرم و هرگونه مداخله را حذف می کنم .	قدرت را به دیگران سپردن و اختیار از دست دادن.	پارازیت	91
من می آسایم و	ترس. میل به تسلط بر	پارکینسون	92

می دانه که ایمن هستم . زندگی از آن من است و به فرایند آن اعتماد می کنم.	همه چیز و همه کس .		
می دانه که زندگی از راههایی عظیم و شکوهمند و حیرت انگیز حمایت می کند . زندگی دوستم دارد و به من اهمیت می دهد.	این احساس که دیگر هیچ نمونده تا بتوان بر اساس آن پی ریزی کرد . «هیچ کس به من اهمیت نمی دهد.»	پاگت	93
من پدر و مادر خوبی برای خودم هستم . پوشش محبت و تأیید به تن دارم نشان دادن خود راستین خطری ندارد.	لایه ای از خشم و حفاظی نشانه ترس . میل به سرزنش کردن دیگران و پروراندن خود.	پرموبودن	94
من مردانگی خود را می پذیرم و از آن شادمانم.	نماینگر مردانگی	پروستات	95
من خود را دوست دارم و تأیید می کنم. من قدرت خود را می پذیرم. روح و جانم همیشه جوان است.	ترسهای ذهنی مردانگی را ضعیف می کند . تسلیم . فشار جنسی . احساس گناه . اعتقاد به پیری.	ناراحتی های پروستات	96
من در کمال توازن، به خود و دیگران خوراک می رسانم .	نماینگر مادری کردن و پروراندن و خوراک رساندن است.	پستانها	97

98	ناراحتیهای پستان	به خود غذا نرساندن . نخست دیگران را در نظر گرفتن. افراط در مادری و حمایت . حمل بار یا تحمل بیش از گنجایش خود .	من اهمیت دارم و به حساب می آیم. اکنون با محبت و شادمانی به خود خوراک می رسانم و از خویشتن مراقبت می کنم . به دیگران این آزادی را می دهم که خودشان باشند. همه ما ایمن و آزادیم.
99	پسوریازیس(دارالصدف)	ترس از آزار . حسهای خود را کشتن . مسئولیت احساسات خود را به عهده نگرفتن.	من برای کامجویی از شادیهای زندگی زنده ام . من شایسته دریافت عالیتترین موهبتهای زندگی هستم و همه آنها را می پذیرم . من خود را دوست دارم و تأیید می کنم .
100	پشت - ناحیه شانه	عدم حمایت عاطفی . ممانعت از محبت . این احساس که هیچ کس دوستم ندارد.	من خود را دوست دارم و تأیید می کنم . زندگی حمایت می کند و دوستم دارد.
101	ناحیه میانی	احساس گناه . ترسیدن از پشت سر . «دست از سرم بردار»	من گذشته ها را رها می کنم . آزادم که در قلبم با محبت به پیش روم.
102	ناحیه کمر	ترس از بی پولی . عدم حمایت مالی.	من به فرایند زندگی اعتماد می

کنم . همواره همه نیازهایم برآورده می شوند. من ایمن هستم .			
خود بودن خطری ندارد.	حافظ فردیت و نمایانگر حسها .	پوست	103
آرامش و عشق و هماهنگی ، درون و برونم را فرا گرفته است . من ایمن هستم .	خصومت و عداوت مفرط . غلیان ذهن .	اگزما	104
من تجلی زنده و نازنین و شادمان حیاتم . من خودم هستم .	اندیشه متعفن . به دیگران اجازه داده اید که توی جلد شما بروند.	جرب	105
از سخاوتهای زندگی شکرگزارم . زندگی از برکت و توفیق الهی سرشار است.	این احساس که زندگی شما را پاره می کند.	خراش	106
من خود را دوست دارم و تأیید می کنم . من با فرایند زندگی در آرامشم.	برانگیختگی از تأخیرها . راه بچگانه برای جلب توجه .	دانه های ریز	107
به خود اجازه می دهم که تمامیت وجودم آشکار شود . من شایستگی عالیترین موهبتهای زندگی	احساس پراکندگی . خشم و ناکامی شدید . پرتوقع بودن و عدم اعتماد به روابط . کسانی که فقط دست بگیر دارند و بخشاینده نیستند.	عفونتهای قارچی	108

را دارم . من خود را و دیگران را دوست دارم و قدر خویشتن و دیگران را می دانم .			
من در کانون زندگی قرار دارم و یکسر به محبت وابسته ام .	احساس عدم تعلق و تملک	لک و پیس	109
من به همه گوشه های زندگیم آرامش می بخشم .	ترسهای کوچک نهفته گاه را کوه ساختن .	کهیر	110
من با محبت ، و با اندیشه های شاد و آرامش بخش ، از خود حمایت می کنم . گذشته را بخشیده ام و فراموش کرده ام. من در این لحظه آزادم .	ترس. اضطراب. ناپاکی مدفون شده گذشته . احساس تهدید .	سایر ناراحتیهای پوستی	111
دیدن راههای تازه و تجربه اندیشه های نو خطری ندارد . من خیر و صلاح را با آغوش باز می پذیرم .	مفاهیم سخت شده ترس منسجم .	پینه	112
می دانم زندگی تنها مرا به سوی عالیترین خیر و صلاح می کشاند من در آرامشم.	خشم . مقاومت. عدم علاقه به حرکت در یکی از راههای زندگی.	پیچ خوردن	113

114	پیری (ناراحتیهای کهولت)	باورهای اجتماعی . اندیشیدن به شیوه قدیم . ترس از خود بودن . نپذیرفتن حال .	من خود را د رهر سن و سالی دوست دارم و می پذیرم . هر لحظه زندگی عالی و بی نقص است .
115	پیوره	خشم ار ناتوانی در تصمیم گیری . از مشکلات مردمان نامصمم و سرسری است .	من خود را تأیید می کنم و همیشه بهترین تصمیمها را می گیرم.
116	تاوول	مقاوت به خرج دادن . فقدان حمایت عاطفی .	من در کمال آرامش ،در جریان زندگی و تجربه های تازه شناورم . همه چیز نیکوست .
117	تب	خشم . سوختن .	من تجلی آرام و آرامش بخش و مهر آمیز زندگی هستم .
118	تبخال	گله و شکایت و خشم بر زبان نیامده . اندیشیدن به کلامی تلخ که بر زبان جاری نشده .	من تنها تجربه هایی آرامش بخش و مهر آمیز می آفرینم زیرا خود را دوست دارم . تنها به محبت می اندیشم و محبت را بر زبان می آورم . همه چیز نیکوست و با زندگی در آرامشم .
119	تب یونجه	تراکم هیجانها و عواطف . ترس از زمان تقویمی . اعتماد به آزار و شکنجه .	من با «همه زندگیم» یگانه ام . همواره ایمن

هستم.	احساس گناه .		
من در جریان خلاقیت خویش متوازن و متعادلیم.	نماینگر آفرینش و خلاقیت است.	تخمدان	120
من آن الگوی دروغ را که این وضع را آفرید رها می کنم . من در آرامشم . من ارزشمندم .	ناتوانی برای حرف خود را زدن . عصیان در برابر قدرت. اعتقاد به خشونت.	تصادفات	121
می دانم که ارزشمندم . کامیابی برایم خطری ندارد . زندگی دوستم دارد.	نپذیرفتن ارزش خود . نفی موفقیت .	تصلب بافتها	122
من با آغوش باز زندگی و شادمانی را می پذیرم . من آگاهانه همه چیز را به دیده محبت می نگرم .	مقاومت . فشار . کوتاه فکری و تعصب . ندیدن خوبیها .	تصلب شرایین	123
من ذهن خود را بر ایمنی و پذیرش کمال و بالندگی زندگیم متمرکز می کنم . همه چیز نیکوست .	اندیشه های پراکنده . متمرکز نبودن.	تعادل (عدم تعادل و توازن)	124
هر چه هستم ایمن است و خطری ندارد.	نماینگر زنانگی و مردانگی است .	تناسلی (تناسلی اندامهای)	125
خدا پشتیبان من است و از من	رابطه جنسی را گناه دانستن و خود را مجازات	تاول دستگاه تناسلی	126

		کردن . شرم از عموم اعتقاد به خدایی جبار طرد اندامهای تناسلی.	حمایت می کند . من موجودی طبیعی و بهنجارم من از جنسیت و تن خود خشنودم من موجودی شگفتی انگیزم .
127	ترشح ماده سفید چسبناک از مهبل	اعتقاد به این که زن بر جنس مخالف اقتدار ندارد . خشم از یک همبستر.	من خود ، همه تجربه هایم را می آفرینم . من قدرت زندگی خویشم . من از زن بودنم شاد و مسرورم . من آزادم .
128	ناراحتیهای تنفسی (برونشیت و سرفه و سرماخوردگی و آنفلوآنزا)	ترس از فرو دادن کامل زندگی . برای خود ، حق زندگی و نفس کشیدن قائل نشدن.	من ایمن هستم و زندگی را دوست دارم . این حق حیات من است که آزادانه و کامل زندگی کنم . ارزش آن را دارم که دوستم بدارند.
129	تنفس متعفن	اندیشه های ناشی از خشم و انتقام .	من با محبت گذشته را رها می کنم . تنها کلام ناشی از محبت را بر زبان می آورم .
130	تورم (التهاب)	ترس . خشم. اندیشه ناآرام و بر افروخته .	اندیشه ام آرام و متمرکز است .
131	تورم گلوگاه	ترس. عدم اعتماد به فرایند زندگی.	من ایمن هستم و می دانم که زندگی پشتیبان من است . من اندیشه ها و

احساساتم را با آزادی و شادی بیان می کنم .			
من با محبت گذشته را رها می کنم و توجهم را به این روز تازه باز می گردانم . همه چیز نیکوست .	پر وبال دادن به آزارهای کهنه و ایجاد پشیمانی.	تومور	132
من ایمن هستم . به فرایند زندگی اعتماد می کنم و می دانم که تنها نیکی برایم می آورد.	ترس. نپذیرفتن اندیشه یا تجربه یی.	تهوع	133
من در طول زمان و مکان، همواره امن و آسان حرکت می کنم . همیشه براندیشه هایم تسلط دارم . تنها محبت پیرامونم را فرا گرفته است . من ایمن هستم . من خود را دوست دارم و تأیید می کنم .	ترس. ترس از عدم تسلط. احساس قید و بند و اسارت.	تهوع ناشی از حرکت و سفر (اتومیبل یا کشتی یا هر وسیله)	134
من از هرچه محدودیت فرا می روم و اکنون می گذارم آزادانه و سرشار از خلاقیت، درون خود را بیان و عیان کنم .	احساس حقارت . این اعتقاد که هرگز نمی توانم به کاری که دوست دارم بپردازم . «پس کی نوبت من می شود؟»	تیروید	135

136	تیموس ناراحتی غده تیموس	غده اصلی سیستم مصونیت . احساس حمله از جانب زندگی . این اعتقاد که «آنها» می خواهند مرا گیر بیندازند.	اندیشه های مهرآمیز سیستم مصونیت مرا تقویت می کند . من در درون و بیرون، امن و امانم . من با محبت به صدای خود گوش می کنم .
137	جراحت (زخم)	خشم گرفتن بر خود . احساس گناه .	من اکنون خشم خود را از راههای مثبت آزاد می کنم . من خود را دوست دارم و قدر خویشتن را می دانم .
138	جریان خون	نماینگر توانایی احساس و بیان عواطف از راههای مثبت است .	من آزادم تا محبت و شادمانی را در هر گوشه جهانم به جریان اندازم . من زندگی را دوست دارم .
139	جزام	عجز کامل از اداره زندگی . اعتقاد درازمدت به این که خوب یا تمیز نیستم .	من از همه محدودیتها فرا می روم . من در پرتو عنایت و لطف و الهام الهی قرار دارم . محبت همه زندگی را شفا می دهد.
140	جنون	کنار نیامدن با واقعیت . نومیدی و خشم .	من در جای درست خود قرار دارم و همواره ایمن هستم .

141	جوش (جوشهای سر سیاه و جوشهای ریز چرکی)	خشمهای کوچک	من در کمال آرامش و متانت، اندیشه هایم را آرام می کنم .
142	جوشهای درشت چرکی .	زشتی نهفته.	من خود را زیبا و دوست داشتنی می بینم .
143	جوشهای عفونی و کفگیرک	خشم . از تلاطم به جوش آمدن .	من مظهر محبت و شادمانی و آرامشم .
144	چاقی	حساسیت مفرط . ترس . نیاز به حمایت پوشانی خشم نهفته ، و مقاومت برای عفو و بخشایش .	عشق الهی از من حمایت می کند و همواره ایمن هستم . مشتاقم رشد کنم و مسئولیت زندگیم را به عهده گیرم . دیگران را می بخشم و اکنون زندگی دلخواهم را می آفرینم .
145	چاقی بازوان	خشم از فقدان محبت .	آفریدن محبت دلخواهم خطر ندارد.
146	چاقی باسن	خشمهای سخت و گلوله شده نسبت به پدر و مادر .	مشتاقم گذشته را ببخشم . فرا رفتن از محدودیتهای پدر و مادرم خطری ندارد.
147	چاقی رانها	خشم بسته بندی شده دوران کودکی . معمولاً نسبت به پدر.	پدرم را به سیمای کودکی محروم از محبت می بینم و به آسانی او را می

بخشم . هردوی ما آزاد هستیم .			
من با خوراک معنوی به خود غذا می رسانم و خرسند و آزادم .	خشم از بی خوراکی.	چاقی شکم	148
انرژی زنانه ام کاملاً متوازن و متعادل و بسیار زیباست .	نماینگر پذیرش و ستاندن و انرژی زنانه و اصول مادرانه است.	چپ (سمت چپ بدن)	149
من با محبت و شادی می بینم .	نماینگر توانایی به روشنی دیدن گذشته و حال و آینده است .	چشم	150
من با محبت و ملاطفت می بینم .	عدم عفو و بخشایش فشار ناشی از آزارهای طولانی .	آب سیاه	151
زندگی جاودان است و سرشار از شادمانی . من به پیشواز هر لحظه می روم .	ترس از آینده یی ناشادمان و تاریک.	آب مروارید	152
اکنون مشتاقم زیبایی و عظمت خود را ببینم .	نماینگر مشکلات مربوط به «من» و ترس از نگریسن به واقعیت خود .	آستیگمات	153
دیدن خطری ندارد . من در آرامشم .	نمی خواهد ببیند چه می گذرد . مسائل متضاد مطرح است.	التهاب قرنیه	154
مشتاقانه می بخشایم . با دیده شفقت و تفاهم به زندگی نگاه می کنم .	خشم . با محبت نگاه کردن. مرگ را بر عفو و بخشایش ترجیح دادن . انزجار .	چشم خشک	155

156	دوربین	ترس از حال	به روشنی می بینم که اکنون و اینجا ایمن هستم .
157	کودکان (ناراحتیهای چشم)	کودک نمی خواهد آنچه را در خانواده اش می گذرد ببیند .	اکنون هماهنگی و شادی و زیبایی و ایمنی ، این کودک را احاطه می کند .
158	گل مژه	دوست نداشتن آنچه در زندگی می بیند . نگرش خشمناک به زندگی یا به یک نفر.	اکنون آن زندگی را می آفرینم که دوست دارم نگاهش کنم . خودآگاهانه به همه کس و همه چیز با محبت نگاه می کنم .
159	لکه سفید بر روی قرنیه چشم	ترس از نگریستن به همین لحظه .	هم اکنون خود را دوست دارم و تأیید می کنم .
160	نزدیک بین	ترس از آینده	من هدایت الهی را می پذیرم و همواره ایمن هستم .
161	ورم ماتحمة	احساس خشم و ناکامی از آنچه در زندگی می بینید.	من نیاز به کامل و بی نقص بودن را رها می کنم . من در آرامشم و خود را به همین صورت که هستم دوست دارم و تأیید می کنم . من با چشم محبت نگاه می کنم و می دانم راه حلی هماهنگ وجود

دارد و من اکنون آن را می پذیرم .			
همواره از هوش و شهامت و ارزشمندی سرشارم . زنده بودن خطری ندارد.	ترس. فرار از زندگی . ناتوانی برای دفاع از حق خود .	حافظه (ضعف حافظه)	162
من در کائنات، احساس در خانه بودن می کنم . کاملاً ایمن هستم و همه مرا می فهمند . برمی گزینم که زندگی را جاودان و شادمان ببینم . من در آرامشم .	احساس شکنجه و تقلا . نپذیرفتن زندگی خشونت نسبت به خود ، فرار از خود و زندگی و خانواده .	حمله (صرع)	163
من همین جا در آرامشم . خیر و صلاح را می پذیرم و می دانم که همه آرزوهایم برآورده می شوند .	آرزوهای نامعقول،عدم رضایت. پشیمانی. میل به فرار از وضعیتی خاص.	خارش	164
من اندیشه های خلاف محبت و شادی را رها می کنم . از گذشته به حال می آیم . تازه ها از طراوت و زندگی سرشارند.	رها نکردن الگوهای کهنه .	خرناس (خرخر کردن در خواب)	165
من برای زندگی سرشار از نیرو و اشتیاقم .	مقاومت ، ملال ، بی علاقه نسبت به کاری که انجام می دهید.	خستگی	166

167	خواب آلودگی	از پس چیزی برنیامدن . فرار از همه چیز . نمی خواهم اینجا باشم .	امن به خرد و هدایت الهی توکل می کنم و می دانم در پناه حمایت . من ایمن هستم.
168	خودکشی	افراطی بودن . این اعتقاد که زندگی به دلخواهم نیست و می خواهم سر به تن زندگی نباشد . نپذیرفتن راههای دیگر.	من در میان امکاناتی نامحدود زندگی زندگی می کنم . همیشه راه دیگری پیدا می شود . من ایمن هستم .
169	خون	نمایانگر شادکانی و جریان آزاد آن است .	من شادمانی زندگی را می بخشم و می ستایم .
170	جریان خون	نمایانگر توانایی احساس - بیان عواطف از راههای مثبت است .	من آزادم تا محبت و شادمانی را در هر گوشه جهانم به جریان اندازم . من زندگی را دوست دارم .
171	خونریزی	خالی شدن از شادی . خشم .	من شادمانی زندگی و در کمال هماهنگی ،شادی می بخشم و شادی می ستانم .
172	خونریزی لثه	ناخرسندی از تصمیمی که در زندگی گرفته شده .	یقین دارم که همواره رویداد درست در زندگیم پیش می آید . من در آرامشم .

173	خونریزی مقعدی و روده بی	خشم و ناکامی.	من به فرایند زندگی اعتماد می کنم . تنها آنچه درست و نیکوست در زندگیم پیش می آید .
174	فشار خون	مشکل عاطفی درازمدتی که حل نشده .	با شادی گذشته را رها می کنم . من در آرامشم .
175	پایین بودن فشار خون	کمبود محبت در کودکی . احساس شکست . زندگی را بی فایده دانستن . اعتقاد به اینکه مشکلات حل نمی شوند .	آگاهانه در همین لحظه زندگی می کنم که سرشار از شادمانی است . زندگیم لبریز از خوشی است .
176	کمخونی	بهبانگی . فقدان شادی . ترس از زندگی . این احساس که آنقدر که باید خوب نیستم .	تجربه شادمانی در تمام زمینه های زندگی خطری ندارد. من زندگی را دوست دارم.
177	کودکان (تغییرات گلوبولی)	اگر کودک احساس کند آنقدر که باید خوب نیست ، شادی زندگیش از بین می رود .	این کودک شادی زندگی را می بلعد و خوراکش محبت است . خدا هر روز معجزه می کند .
178	لخته شدن خون	مسدود کردن جریان شادمانی.	در باطن خود ، یک زندگی تازه را بیدار می کنم . من جریان دارم.
179	ناراحتی های خونی	فقدان شادمانی . عدم جریان پویای اندیشه ها و آرمانها.	اندیشه های شاد، آزادانه در من جریان دارند.
180	درد	نیاز به محبت و آغوش	من در کمال

محبّت گذشته را رها می کنم همه ما آزادیم اکنون همه چیز در قلبم نیکوست من خود را دوست دارم و تأیید می کنم من نازنین و دوست داشتنی هستم .	گرم . احساس گناه . گناه همواره جویای مجازات است .		
هر روز معجزه ها پیش می آیند . من به درون خود می روم تا آن الگویی که این وضع را آفرید از بین ببرم . اکنون شفایی الهی را می پذیرم . این شفا اکنون پیش می آید !	در این مرحله نمی تواند از بیرون درمان یابد . باید به درون رفت تا به درمان کمک کرد . این مشکل از بیرون نیامده تا از بیرون علاج شود .	درمان ناپذیر	181
خود آگاهانه همه تجربه هایم را با محبت و شادی و سهولت اداره می کنم .	به دست گرفتن، چنگ زدن، قاپیدن، نگاه داشتن، گرفتن، رها کردن، نوازش، نیشگون، و به دست گرفتن امور و سرو کار داشتن با تجربه ها .	دست	182
همه تجربه هایم را در نهایت خرد و محبت و سهولت به دست می گیرم و اداره می کنم . اکنون آگاهانه یک زندگی سرشار از	نمایانگر حرکت و سهولت خشم و ناکامی از نارواییهای زندگی.	انگشتان دست - دست مچ	183

شادمانی و توانگری و فراوانی را بر می گزینم و برای خود می آفرینم .			
من در خانواده یی سرشار از اتحاد و محبت و آرامش زندگی می کنم . همه چیز نیکوست .	نیاز به اتحاد و محبت خانوادگی .	دماغی - اختلالات دماغی	184
اجازه می دهم اندیشه هایم آرام و آزاد باشند . گذشته تمام شده . اکنون در آرامشم.	اندیشه های ناآرام و برانگیخته درباره آزارها . احساس حقارت و انتقام .	دمل	185
-	نماینگر تصمیم	دندانها	186
برای خویشتن و زندگی پایه و اساسی محکم و استوار می آفرینم . اعتقاداتی را بر می گزینم که با شادمانی حمایت کنند.	دیگر جرأت ندارد به چیزی دست بزند . اعتقادات ریشه یی نابود شده اند .	ناراحتیهای ریشه دندان	187
خود را می بخشم و آگاهانه خویشتن را دوست می دارم .	به ذهن خود فرصت آفریدن پایه و اساسی محکم نمی دهید.	ناراحتیهای دندان عقل	188
بر مبنای اصول حقیقت ، و در کمال آرامش تصمیم می گیرم	دودلی درازمدت . ناتوانی در تجزیه و تحلیل اندیشه ها برای تصمیم گیری.	ناراحتیهای دندان	189

و می آسایم و می دانم که تنها عمل درست در زندگی پیش می آید .			
من با محبت به خود غذا می دهم .	نمایانگر گرفتن اندیشه های نو و تغذیه است.	دهان	190
من در کمال محبت تصمیمهای خود را می پذیرم و می دانم برای دگرگونی آزادم . من ایمن هستم .	خشم از تصمیم گیریهای نادرست.	برفک	191
من در کمال ملایمت و محبت سخن می گویم . از دهانم فقط نیکی و ملامت بیرون می آید.	گرایشهای پوسیده ، بدگویی و غیبت ، اندیشه های فاسد.	بوی بد دهان	192
در جهان مهر آمیزم تنها تجربه هایی شادمان می آفرینم .	دشنام و کلام نکوهیده (حتی اگر به ذهن آمده و بر زبان جاری نشده) سرزنش و ملامت .	زخم در دهان	193
من به پیشواز اندیشه ها و تجربه های نو می روم و مفاهیم نو را برای هضم و جذب آماده می کنم .	عقاید ثابت و ذهن بسته و نپذیرفتن اندیشه های نو .	ناراحتیهای دهان	194
این لحظه سرشار از شادمانی است . اکنون شیرینی	همیشه به «ای کاش» اندیشیدن . حسرت . اندوه ژرف . نیاز به	دیابت	195

		تسلط. هیچ چیز شیرین به جا نمانده .	امروز را تجربه می کنم .
196	دیسانتتری	ترس و خشم مفرط	در ذهنم آرامش می آفرینم و تنم این آرامش را باز می تاباند .
197	دیسانتتری آمیبی	اعتقاد به این که «آنها» می خواهند مرا گیر بیندازند .	من قدرت جهان خویشم . من در آرامشم.
198	دیسانتتری باسیلی	ستم و نومیدی.	من از نیرو و زندگی و شادمانی سرشارم .
199	دیسک جابجاشده	احساس فقدان حمایت زندگی . دودلی.	زندگی از همه اندیشه هایم حمایت می کند . من خود را دوست دارم و تأیید می کنم . همه چیز نیکوست.
200	دیفتتری	ترس . عدم اعتماد به فرایند زندگی . ماندن در کودکی.	رشد کردن خطری ندارد . دنیا امن است و من ایمن هستم .
201	ذات الریه	نومیدی. خستگی از زندگی . آزارهای عاطفی شفا نیافته.	آزادانه اندیشه های الهی سرشار از تنفس و هوشمندی را فرو می دهم . این لحظه ، لحظه یی تازه است .
202	راست (سمت راست بدن)	نماینگر نشان دادن و رها کردن و انرژی مذكر و اصول پدرانه .	من به آسانی انرژی مذكر خود را متعادل و متوازن می کنم .

203	رحم	نماینگر خانه آفرینش و کانون خلاقیت است .	من د ر تنم احساس در خانه بودن می کنم .
204	التهاب رحم	احساس نا امنی و نومیدی و ناکامی . مصرف شیرینی و شکر را جانشین دوست داشتن خود ساختن . سرزنش کردن.	من قدرتمند و خواستنی هستم . زن بودن شگفتی انگیز است . من خود را دوست دارم و همواره کامیابم .
205	رگ به رگ شدن	خشم و مقاومت . عدم علاقه به حرکت در یکی از مسیرهای زندگی.	می دانم که فرایند زندگی تنها مرا به سوی واللترین خیر و ملاحم می کشاند . من در آرامشم.
206	روان (ناراحتی روانی)	گریز از خانواده . فرار . کناره گیری . جدایی خشونت بار از زندگی.	این ذهن ، هویت راستین خود را می شناسد و در جایگاه خلاق و الهی خویش قرار دارد.
207	روده ها	نماینگر رها کردن زوائد و هضم و جذب و تخلیه آسان هستند .	رها کردن آسان است . هرچه را که باید بدانم به آسانی هضم و جذب می کنم و گذشته را با شادی رها می کنم .
208	اسپاسم و انقباض روده ها	ترس از رها کردن احساس ناامنی .	زیستن خطری ندارد. زندگی ه مواره همه چیز را در اختیارم خواهد گذاشت . همچیز نیکوست

من خود را دوست دارم و تأیید می کنم . بهترین کاری را که از دستم بر می آید انجام می دهم . انجام می دهم . موجودی شگفتی انگیز و در نهایت آرامشم .	ترس . نگرانی . احساس به اندازه کافی خوب نبودن .	التهاب روده بزرگ (ایلئون)	209
من گذشته را رها می کنم . ذهنم شفاف و اندیشه هایم روشن است . من در نهایت شادی و آرامش ، در این لحظه زندگی می کنم .	زوائد گذشته ؛ اندیشه های آشفته ، راه تخلیه را بسته است . در لجن گذشته دست و پا زدن .	ترشح ماده لزج از روده	210
من به فرایند زندگی اعتماد می کنم . تنها آنچه درست و نیکوست در زندگیم پیش می آید.	خشم و ناکامی.	خونریزی روده	211
من جزئی از جریان هماهنگ زندگی هستم . همه چیز با نظم الهی و به شیوه درست پیش می رود .	احساس نا امنی . عدم سهولت برای رها کردن آنچه گذشته است .	کولیت (ورم مخاط روده بزرگ)	212
من به آسانی و آزادی ، کهنه ها را	ترس از رها کردن چیزهای کهنه یی که دیگر	سایر ناراحتیهای روده	213

		مورد نیاز نیستند و به درد نمی خورند .	رها می کنم و در کمال شادمانی به پیشواز تازه ها می روم .
214	روماتیسم	کمبود محبت . احساس قربانی بودن . تلخی مزمن . نفرت و انزجار . انتقاد .	من تجربه هایم را می آفرینم . چون خود را و دیگران را دوست دارم و تأیید می کنم تجربه هایم هر روز بهتر می شوند . من قدرت زندگی خویشم و جهانم نیکوست .
215	ریزش مو	ترس . فشار . کوشش برای تسلط بر همه چیز . عدم اعتماد به فرایند زندگی.	من ایمن هستم و به زندگی اعتماد دارم . من خود را دوست دارم و تأیید می کنم .
216	ریه	توانایی فرو دادن زندگی.	من در نهایت تعادل و توازن زندگی را فرو می دهم .
217	نا راحتیهای ریه	اندوه و افسردگی . ترس از بلعیدن زندگی . آزارهای عاطفی شفا نیافته . خود را لایق زندگی کامل ندانستن.	من توانایی فرو دادن تمامیت زندگی را دارم . من از محبت سرشارم و زندگیم کامل است .
218	زانو	نمایانگر غرور و خودپسندی.	من انعطاف پذیر و شناورم .
219	ناراحتیهای زانو	غرور شدید و خودپسندی مفرط. عجز از زانو زدن و خم شدن . انعطاف	من از عفو بخشایش و تفاهم و شفقت و

مهربانی سرشارم من به آسانی خم می شوم و جریان می یابم همه چیز نیکوست.	ناپذیری و تسلیم نشدن.		
من به آسانی می بخشایم. من خود را دوست دارم و با اندیشه های سرشار از تحسین و تمجید ، به خود پاداش می دهم.	پر و بال دادن به آزارهای کهنه و ایجاد نفرت و انزجار.	زائده ها	220
من از همه برکتها و نعمتهای زندگیم مسرورم و به وجد در می آیم.	نمایانگر قابلیت چشیدن خوشیهای زندگی.	زبان	221
من اکنون خشم خود را از راههای مثبت آزاد می کنم . هیجاناتم را آرام می کنم و عواطفم را به شیوه هایی شادی بخش نشان می دهم . من خود را دوست دارم و قدر خویشتن را می دانم .	خشم نامتظر و ناگهانی . احساس گناه . بر خود خشم گرفتن .	زخم (جراحت)	222
من خود را دوست دارم و تأیید می کنم. من در آرامشم و همه چیز نیکوست. من	ترس. اعتقاد راسخ به این که آنقدر که باید خوب نیستید . چه چیز شما را می خورد؟ اضطراب برای جلب رضایت دیگران .	زخم معده	223

موجودی شگفتی انگیزم .			
می گذارم ذهنم بیاساید و آرام باشد . درون و برونم را هماهنگی فراگرفته است . همه چیز نیکوست .	اشتغال به امور فراوان . آشفته گی ذهنی . بی نظمی . آزارهای کوچک . اعتقاداتی از این دست که : «من تمام زمستان زکام دارم»	زکام	224
من تجلی کامل محبت و زیبایی زندگی هستم .	نفرتهای کوچک . اعتقاد به زشتی .	زگیل	225
من از زنانگی خود شادمانم . تنم را دوست دارم . به همه دورانهای زندگیم عشق می ورزم . همه چیز نیکوست .	نفی خود . نپذیرفتن زنانگی و اصل مونث . بر خود خشم گرفتن . نفرت از خویشتن .	زنان (ناراحتیهها و بیماریهای زنان)	226
دیگران بازتاب محبت و تأییدی هستند که نسبت به خود دارم . من از جنسیت خود شادمانم .	خشم بر همبستر احساس گناه جنسی مجازات خویشتن .	التهاب واژن	227
من آسوده و آرامم چون به فرایند زندگی اعتماد دارم . در جهانم همه چیز نیکوست .	این دست و آن دست کردن . ترس . فشار . حساسیت مفرط .	زونا	228
زندگی از آن من است .	ساق پا ، ما را به پیش می راند .	ساقها	229
من در کمال	ترس از آینده . بی میلی	ناراحتیههای ساق	230

		به حرکت .	اطمینان و شادی به پیش می روم و می دانم که آینده ام نیکوست .
231	قلم ساق پا	شکستن آرمانها . ساقها نمایانگر معیارهای زندگی هستند.	من در نهایت محبت و شادمانی ، بر طبق والاترین معیارهایم زندگی می کنم .
232	ستون فقرات	حمایت نرم و مطمئن زندگی.	زندگی پشتیبان من است .
233	انحناء ستون فقرات	ناتوانی در پیشروی با حمایت زندگی . ترس . کوشش برای چسبیدن به عقاید کهنه . عدم اعتماد به زندگی . فقدان تمامیت . عدم شهامت برای اعتقادات راسخ .	من هر ترسی را رها می کنم . می دانم زندگی پشتیبان من است . چون سرو، باند و آزاد می ایستم و از محبت سرشارم . اکنون به فرایند زندگی اعتماد می کنم .
234	منثزیت ستون فقرات	اندیشه ملتهب و خشم از زندگی	من هرچه سرزنش را رها می کنم و شادی و آرامش زندگی را می پذیرم .
235	سردردها	خود را بی اعتبار پنداشتن . انتقاد از خود .	من خود را دوست دارم و تأیید می کنم . من به خویشتن و آنچه به انجام می رسانم ، به چشم محبت نگاه می کنم . من ایمن

هستم .			
کامجویی خطری ندارد. من از زن بودن خود مسرورم .	ترس. نفی لذت . رابطه جنسی را ناپاک دانستن . داشتن همبستری که حساس نیست . ترس از پدر.	سرد مزاجی	236
من در نهایت مهر و محبت ،همه گذشته ها را می بخشم و رها می کنم . من آگاهانه جهنم را از شادی سرشار می سازم . من خود را دوست دارم و تأیید می کنم .	آزار ژرف. نفرت و انزجار دراز مدت . رازی پنهان یا اندوهی نهفته که جسم و جان را خورده است . زندگی را بی فایده دانستن .	سرطان	237
همه از راههای مثبت به من توجه می کنند و قدرم را می دانند و دوستم دارند.	میل به ایجاد هیاهو و فریاد کشیدن به روی جهان . «مرا ببینید و به من گوش کنید!»	سرفه	238
من عمیقاً متمرکز هستم و با زندگی در آرامشم شادمانه زیستن خطری ندارد .	اندیشه سر به هوا و پراکنده . نگاه نکردن .	سر گیجه	239
من در همه زمینه های زندگیم آرام و آسوده ام . من توانا و نیرومندم .	فشار. اعتقاد به فشار و تقلا .	سفید شدن مو	240
همواره در زندگیم عمل درست الهی پیش می آید . من خود	ترس. ترس از آینده . حالا باشد برای بعد . زمان بندی نامناسب .	سقط جنین	241

را دوست دارم و تأیید می کنم همه چیز نیکوست .			
چون خود را دوست دارم و تأیید می کنم جهانی سرشار از آرامش و شادمانی برای خویشتن می آفرینم .	ضایع شدن از خودخواهی و حس تملک و اندیشه های ظالمانه و انتقامجویی.	سل	242
من به آسانی و آزادی حرف خود را می زنم . من قدرت خود را فرا می خوانم . من خود را دوست دارم و تأیید می کنم . من ایمن و آزادم .	تسلیم . مرگ را بر روی پای خود ایستادن ترجیح دادن . خشم و مجازات .	سل پوستی	243
من خودم و دیگران را می بخشم . من در محبت و کامروایی از زندگی آزادم .	خشم اندوخته و مجازات خود .	سلولیت	244
رها کردن گذشته شادی انگیز است. زندگی شیرین است و من نیز شیرین هستم .	تلخی . اندیشه های سخت . سرزنش . غرور.	سنگ کیسه صغرا	245
من همه تجربه های تازه را د رکمال آرامش و شادی هضم و	ترس مفرط . وحشت و اضطراب. محکم به چیزی چسبیدن . نالیدن .	سوء هاضمه	246

جذب می کنم .			
من در درون و بیرونم تنها آرامش و هماهنگی می آفرینم . من شایستگی آن را که احساسی نیکو داشته باشم دارم .	خشم . سوختن . جوش و خروش . برانگیخته شدن .	سوختگی	247
من به سوی خیر و خوشی عظیمتری روانم . شادمانی من همه جا یافت می شود و کاملاً ایمن هستم .	انتقاد مغرط . ترس از بی پولی. ترس از آینده .	سپاتیک	248
زندگی دوستم دارد و من نیز زندگی را دوست دارم . اکنون آگاهانه بر می گزینم که زندگی را به طور کامل و آزادانه فرو دهم .	اعتقاد به این که «زندگی بر وفق مرادم نیست .» ، «طفلی من .»	سیستیک فیبروسیس (تصلب انساج)	249
من مصمم هستم که خودم باشم من خود را می پذیرم و تأیید می کنم .	اقتدار و نفوذ خود را از دست دادن .	سیفیلیس	250
درونم همواره سرشار از آرامش و هماهنگی است. همه چیز نیکوست .	حساسیت و برانگیخته شدن نسبت به یک نفر . معمولاً از نزدیکان .	سینوس ناراحتیهای سینوس (سینوزیت)	251

252	شانه ها	نمایانگر توانایی حمل شادمانه تجربه های زندگی هستند . اما گرایشهای ما ، زندگی را به حمل بار و فشار تبدیل می کنند.	من آگاهانه می گذارم تجربه هایم شاد و دلپذیر باشند .
253	شانه های جلو آمده	حمل بارهای زندگی . نومیدی و درماندگی .	من چون سرو بلند و آزادم . من خود را دوست دارم و تأیید می کنم . هر روز زندگیم بهتر می شود.
254	شب ادراری	ترس از والدین ،مخصوصاً پدر.	این کودک با چشم محبت و تفاهم و نرمش و مهربانی نگریسته می شود . همه چیز نیکوست .
255	شبکه خورشیدی (بالای ناف)	واکنشهای ناشی از دل و جرات . واکنشهای شکمی. کانون نیروی شهودی و کانون الهام .	من به ندای درونم اعتماد می کنم . من نیرومند و خردمند و مقتدرم .
256	شکم درد (ماهیچه ها)	ترس. بنداوردن فرایند.	من به فرایند زندگی اعتماد می کنم و می دانم که ایمن هستم .
257	نفخ شکم (گاه با درد)	انقباض . ترس. عقاید هضم نشده .	من می آسایم و می گذارم زندگی با سهولت در من جریان یابد .
258	شریانها	شادمانی زندگی را حمل می کنند.	من سرشار از شادمانی ،با هر ضربان قلبم

شادمانی در سراسر وجودم جریان می یابد .			
–	احساس ترس و تنهایی، آن قدر که باید خوب نیستم . آن قدر که باید کار نمی کنم . هرگز موفق نمی شوم.	انسداد شریان اکلیلی قلب	259
خود بودن خطری ندارد. آنچه را که هستم نشان می دهم .	نماینگر چیزی است که به جهان نشان می دهیم .	صورت	260
من شادی زندگی را نشان می دهم و می گذارم از هر لحظه زندگی لذت ببرم و می بینم دیگر بار جوان شده ام .	نماینگر اندیشه های آویزان و از حال رفتگی ذهن و انزجار از زندگی است .	خطوط آویزان	261
زندگی یعنی دگرگونی . من به آسانی با تازه ها انطباق پیدا می کنم . من زندگی و گذشته و حال و آینده را می پذیرم .	تسلیم . مقاومت . مردن را بر عوض شدن ترجیح دادن . نپذیرفتن زندگی.	ضربت (ضرب دیدن)	262
من به ذهنم یک مرخصی شاد می دهم .	نیاز به آرامش و استراحت ذهن .	ضعف	263
من ایمن هستم و خود را دوست دارم و تأیید می کنم و من به زندگی اعتماد	ترس. فشار. کوشش برای تسلط بر همه چیز . عدم اعتماد به فرایند زندگی.	طاسی	264

دارم .			
من خود را دوست دارم و تأیید می کنم . می دانم که فرایند زندگی پشتیبان من است . من ایمن هستم و همه چیز نیکوست .	هر نوع وسواس	طحال	265
اکنون خود اداره ذهن و زندگیم را به دست می گیرم . من زنی پویا و قدرتمندم . همه اعضای بدنم به درستی کار می کنند و خود را دوست دارم . به عنوان یک زن، اقتدار کامل و همه فرایندهای جسمی خویشتن را که تماماً طبیعی و بهنجارند می پذیرم .	آشفستگی. خود را زیر نفوذ نیروهای بیرونی قرار دادن . نپذیرفتن زنانگی . احساس گناه و ترس . این اعتقاد که اندامهای تناسلی ناپاک یا گناهکارند.	عادت ماهانه عوارض پیش از عادت ماهانه و سایر ناراحتیهای آن.	266
من خود را بر ایمنی و پذیرش کمال و بالندگی زندگیم متمرکز می کنم . همه چیز نیکوست .	اندیشه های پراکنده . متمرکز نبودن .	عدم توازن و تعادل	267
من در سفری شاد ، به سوی ابدیت روانم و فرصت فراوان دارم . من با قلبم در	ترس. اضطراب . تقلا. شتابزدگی . عدم اعتماد به فرایند زندگی .	عصبی بودن	268

ارتباطم . همه چیز نیکوست .			
من زندگی را به سیمای رقصی شادمان تجربه می کنم .	مقاومت در برابر تجربه های تازه . عضلات نمایانگر توانایی ما برای حرکت در زندگی .	عضلات	269
من از محدودیتهای پدر و مادرم فراموشی روم . من آزادم تا بهترین چیزی که می توانم بشوم .	رشد کردن فایده ندارد.	اختلال رشد عضلانی	270
زندگی یکسر مرا تأیید می کند . همه چیز نیکوست و من ایمن هستم .	ترس . این احساس که دیگران نگاهم می کنند .	انقباض ناگهانی عضلات	271
من ایمن هستم و ذهنم انعطاف پذیر است .	عقاید خشک و اندیشه های ثابت . نرمش نداشتن .	سفتی و نرم نبودن عضلات	272
من می آسایم و می گذارم ذهنم آرام باشد .	فشار . ترس . به چنگ گرفتن و چسبیدن .	گرفتگی و اسپاسم عضلات	273
من آگاهانه آرام و هماهنگ بودن را بر می گزینم .	برانگیخته شدن . خشم . رنجش و آزار .	عفونت	274
من آن الگوی درونم را که این وضع را آفرید رها می کنم و مشتاقم که عوض بشوم . من خود را دوست دارم و تأیید می کنم .	ادرا ر کردن به روی جنس مخالف . سرزنش دیگران .	عفونت مجاری ادرا ر	275

276	عفونت ویروسی	فقدان شادمانی تلخکامی .	می گذارم شادمانی آزادانه در زندگیم جریان یابد . من خودم را دوست دارم .
277	غدد	جایگاههای نگاه دارنده . نمایانگر فعالیت مستقل و ابتکار.	من قدرت خلاق جهان خویشم .
278	ازدیاد فعالیت غده تیروئید	خشم از تنها ماندن .	من در کانون زندگی هستم و خودم و آنچه را که می بینم تأیید می کنم .
279	التهاب غدد	خشم از فقدان محبت و مورد قدردانی قرار نگرفتن . دیگر به خود اهمیت ندادن .	من خود را دوست دارم و قدر خود را می دانم و از خویشتن مراقبت می کنم . من بسندم ام .
280	ناراحتیهای غدد	عدم فعالیت ذهنی . خود را عقب نگاه داشتن .	من از آرمانهای الهی و فعالیت مورد نیازم سرشارم و هم اکنون به پیش می روم .
281	ناراحتیهای غدد فوق کلیوی	بد غذایی شدید عاطفی . اضطراب . احساس شکست . بر خود خشم گرفتن . به خود اهمیت ندادن .	من در کمال محبت ، از تن و ذهن و عواطفم مراقبت می کنم . من خود را دوست دارم و تأیید می کنم . به خود اهمیت دادن،کوچکترین خطری برایم

ندارد.			
این کودک خواستنی است و با آغوش باز پذیرفته می شود و به شدت مورد علاقه و محبت است .	اصطکاک با افراد خانواده . مشاجرات . اگر کودک در نیمه راه احساس کند که ماخواسته است .	ناراحتیهای غدد در کودکان	282
من اکنون تمام توجه خود را بر عشق و شادمانی زنده بودن متمرکز می کنم . من با زندگی جریان دارم ذهنم سرشار از آرامش است .	هشدار نمایانگر این که ذهن نیاز به تمرکز بر حیاتی ترین مسأله زندگی محبت و شادی دارد.	ناراحتیهای غدد لنفاوی	283
ذهن و تنم در تعادل و توازن کامل است . من اندیشه هایم را کنترل می کنم .	نمایانگر مرکز کنترل	غده هیپوفیز	284
من تجلی الهی زندگی هستم . من خود را در جایی که هم اکنون قرار دارم دوست دارم و می پذیرم .	خود را نپذیرفتن . خود را دوست نداشتن .	غرور جوانی	285
من برای اداره هر رویداد زندگی ، قدرت و نیرو دانش لازم را دارم .	ترس . از پس چیزی بر نمی آید . جلو چشمش سیاه می شود .	غش	286
ذهنم آرام و	روابط گسیخته . فشار و	فتق	287

		بار. خلاقیت نادرست .	هماهنگ است . من خود را دوست دارم و تأیید می کنم.
288	فراموشی	ترس. فرار از زندگی . عدم توانایی برای دفاع از حق خود .	هوش و شهامت و ارزشمندی همواره با من همراه است . زنده بودن خطری ندارد.
289	فرج (دستگاه تناسلی زنان)	نماینگر آسیب پذیری است .	من ایمن هستم .
290	فعالیت مفرط	احساس فشار سپشدید و جنون آمیز.	من ایمن هستم . همه فشارها از بین می روند . من آن قدر که باید خوب هستم .
291	فک (قفل شدن فک)	خشم . میل به تسلط . بروز ندادن احساسات .	من به فرایند زندگی اعتماد می کنم . به آسانی آنچه را که می خواهم می طلبم . زندگی مرا حمایت می کند.
292	ناراحتیهای فک	خشم . نفرت و انزجار . میل به انتقام گرفتن .	مشتاقم آن الگوهایم را که این وضع را آفریدند عوض کنم . من خود را دوست دارم و تأیید می کنم و ایمن هستم .
293	فلج	افکار فلج کننده . گیرکردن .	من اندیشمندی آزادم و تجربه

هایی شگفتی انگیز و آسان و شاد می آفرینم .			
برای همه به اندازه کافی هست . من با اندیشه هایی مهرآمیز، خیر و خوشی و آزادی خود را می آفرینم .	حسد فلج کننده . میل به متوقف ساختن یک نفر .	فلج اطفال	294
من آن الگوی دروغ را که این تجربه را آفرید رها می کنم . من در زندگیم تنها نیکی می آفرینم .	آزار از همبستر را در دل خود نگاه داشتن . ضربه به غرور زنانه .	فیبروم (تومورها و کیستهای بافتهای الیافی)	295
من ایمن هستم . من به فرایند زندگی اعتماد کامل دارم . زندگی برای من و پشتیبان من است .	ترس . بند آمدن فرایند رها کردن .	فیستول	296
من خود را دوست دارم و تأیید می کنم . به خودم اجازه پیشروی می دهم حرکت کردن خطری ندارد .	احساس ناکامی از مطرود شدن . عدم پذیرش . احساس ناتوانی برای پیشروی آسان .	قارچ انگشتان پا	297
من با شادی و آزادی، در لحظه حال زندگی می کنم .	اعتقادات راکد و ایستا . رها نکردن گذشته . اجازه دادن به گذشته که حاکم امروز باشد .	ناراحتیهای قارچی	298

من اکنون اندیشه هایی همه‌هنگ برمی گزینم و می گذارم شادماني،آزادانه در من جریان یابد .	فساد ذهنی . با اندیشه های مسموم،در خوشی غرق شدن .	قانقاریا	299
از آنچه هستم شادمانم . تجلی زیبای حیاتم و به شیوه یی کامل، در همه زمانها شناورم .	نفرت از زن بودن . خود را دوست نداشتن .	قطع قاعدگی	300
ضربان قلبم همنوای آهنگ محبت است .	نماینگر کانون محبت و امنیت است .	قلب	301
شادی . شادی . شادی . من با مهر و محبت می گذارم شادماني در ذهن و تن و تجربه هایم جریان یابد .	مشکلات درازمدت هیجانی و عاطفی . عدم شادماني . سخت دل شدن . اعتقاد به فشار و تقلا.	ناراحتیهای قلب	302
من سرشار از آرامشم .	برانگیختگی . انگیزش ذهنی.	قولنج	303
این کودک تنها به محبت و اندیشه های مهرآمیز پاسخ می دهد . همه چیز آرامش بخش است .	ناشکیبایی . آزار از محیط .	قولنج کودکان	304
من تنها محبت و آرامش و شادی را می شناسم .	جایگاه خشم و عواطف بدوی است .	کبد	305

306	التهاب کبد	مقاومت در برابر دگرگونی ترس، خشم، نفرت . کبد جایگاه خشم و غضب است .	ذهنم پاک و آزاد است . گذشته را رها می کنم و به تازه ها رو می آورم . همه چیز نیکوست .
307	ناراحتیهای کبد	گله و شکایت مزمن . توجیه ایرادگیری برای فریب خود . احساس نامطبوع .	من زندگی در فضای باز قلبم را برمی گزینم . من جویای محبتم و در همه جا محبت را می یابم .
308	کبودی	ضربه های کوچک زندگی . مجازات خویشتن .	من خود را دوست دارم و به خود اهمیت می دهم . من با خویشتن مهربان و ملایم و نرم هستم . همه چیز نیکوست .
309	کچلی	اجازه داده اید دیگران توی جلدتان بروند . این احساس که آنقدر که باید خوب یا پاک نیستید .	من خود را دوست دارم و تأیید می کنم . هیچ کس و هیچ چیز بر من اقتداری ندارد . من آزادم .
310	کرختی	مضایقه از محبت . بی ملاحظگی . از نظر ذهنی مرده بودن .	من محبت و احساسم را با دیگران تقسیم می کنم . من به همه با محبت پاسخ می دهم .
311	کرم کدو	اعتقاد راسخ به قربانی بودن . خود را ناپاک	دیگران تنها بازتاب احساسهای

نیکیویی هستند که درباره خود دارم و من تنهایی آنچه را که هستم دوست دارم و تأیید می کنم .	دانستن . در برابر گرایشهای دیگران خود را درمانده یافتن .		
من به ندای الهی گوش می کنم و از آنچه می توانم بشنوم به وجد می آیم . من با همه چیز یگانه ام .	سر سختی و لجابت ، انزوار و گوشه گیری ، چه چیز را نمی خواهید بشنوید؟ ، «اذیتم نکنید.»	کری	312
می گذارم محبت درونم ، باطنم را بشوید و پاک کند و همه اندامهای تن و عواطفم را شفا دهد .	نیاز به ابزار خشم ، اندیشه های گندیده و فاسد .	کزاز	313
من گذشته را رها می کنم و می گذارم زمان همه زمینه های زندگیم را شفا دهد.	خشم مسموم کننده درباره نارواییهایی که شخص دیده است .	کفگیرک	314
من شادی را بر می گزینم . راههای شادمانیم کاملاً گشوده اند . پذیرفتن شادی خطری ندارد.	مسدود کردن راههای شادمانی . ترس از پذیرش شادی.	کلسترول	315
من همه مشکلات گذشته را به آسانی حل می کنم .	خشم مفرط و بجا مانده .	سنگ کلیه	316

317	ناراحتیهای کلیه	انتقاد . نومیدی. شکست. شرم. بچگانه رفتار کردن .	در زندگیم همواره اعمال الهی پیش می آید. حاصل هر تجربه تنها نیکی و خیر و خوشی است. رشد کردن خطری ندارد.
318	کم اشتهایی	نفی زندگی خود . ترس مفرط. نفرت از خود و نپذیرفتن خویشتن . عدم اعتماد به زندگی.	می توانم خودم باشم . همین گونه که هستم شگفتی انگیزم . من زیستن را بر می گزینم . من شادی و پذیرش خود را انتخاب می کنم .
319	کورک	خشم. به جوش آمدن تلاطم و غلیان .	من مظهر محبت و شادمانی و در آرامشم .
320	کوشینگ(پرکاری غدد فوق کلیوی)	عدم تعادل ذهنی ازدحام اندیشه ها احساس فشار مفرط.	من با محبت به ذهن و تن خود توازن می بخشم . اکنون اندیشه هایی را برمی گزینم که به من احساسی نیکو می بخشد .
321	کهولت(ضعف حافظه)	بازگشت به دوران به اصطلاح امنیت کودکی نیاز به مراقبت و توجه نوعی تسلط بر اطرافیان فرار.	حمایت و امنیت و خرد لایتنهای کائنات ، در هر مرحله از زندگی سرگرم کار است من از آرامش الهی سرشارم .
322	کیست ها	باز همان داستان دردناک	داستانهای ذهنم

		قدیمی. به آزارها پروبال دادن . رشد کاذب.	زیبا هستند، چون آگاهانه می خواهم داستانهای زیبا را برگزینم . من خود را دوست دارم .
323	کیسه صفرا	تلخی. سرزنش. غرور. اندیشه های سخت .	رها کردن گذشته شادی بخش است . زندگی شیرین است و من نیز شیرین هستم .
324	گردن	نمایانگر انعطاف پذیری، و دیدن پشت سر است.	من با زندگی در آرامشم .
325	گردن شق و انعطاف ناپذیر	گردن شق و انعطاف ناپذیر بودن.	دیدن سایر دیدگاهها خطری ندارد.
326	ناراحتیهای گردن	نگاه نکردن به سایر جوانب امر.	من در نهایت نرمش و انعطاف پذیری و سهولت، به همه جوانب مسائل می نگرم . برای انجام کارها، راههای بیشمار هست .
327	گریه	اشک، رودخانه زندگی است . اشک ممکن است از شوق یا از اندوه و یا از ترس باشد .	من با همه عواطف و هیجاناتم در آرامشم . من خود را دوست دارم و تأیید می کنم .
328	گزیدگی	ترس. پذیرفتن هر تحقیر.	من خود را می بخشم و اکنون و تا ابدالابد، خود را دوست دارم.
329	گزیدگی حیوانات	خشم فروخورده . نیاز به مجازات کردن خود.	من آرامم.

330	گزیدگی حشرات	احساس گناه برای چیزهای کوچک.	من از گزشها آزادم . همه چیز نیکوست.
331	گلو	راه بیان و بروز خلاقیت .	من با دل گشوده، آوازه‌های شادمانی حاصل محبت را می خوانم .
332	تورم گلو	اعتقاد راسخ به این که نمی توانید حرف خود را بزنید و آنچه را که می خواهید بطلبید.	این حق حیات من است که نیازهایم برآورده شوند . من با محبت و سهولت آنچه را که می خواهم می طلبم .
333	گرسنگی مفرط	وحشت و درماندگی . نفرت مفرط از خود .	زندگی دوستم دارد و من به خوراک می رساند و از من حمایت می کند . زیستن خطری ندارد.
334	گلو درد	کلام خشناک را در حلق نگاه داشتن . احساس ناتوانی برای حرف خود را زدن .	من خود، زندگی خویشم . من آزادم تا خودم باشم .
335	گوآتر	نفرت از ضربه یی که به او تحمیل شده . احساس ناکامی و قربانی بودن . احساس عقیم ماندن و کامیاب نشدن در زندگی.	من خود، قدرت زندگی خویشم . من آزادم تا خودم باشم .
336	گوش	نمایانگر گنجایش شنیدن	من با محبت می شنوم .
337	گوش درد (التهاب گوش خارجی و میانی و درونی و شیپور گوش)	خشم . عدم تمایل به شنیدن . آزارهای مفرط . مشاجره پدر و مادر	هماهنگی پیرامونم را فرا گرفته است . من

به نیکوییهای دلپذیر گوش می کنم . من کانون عشقم .	(معمولاً در کودکان)		
به «من برتر» خود اعتماد می کنم و با محبت، به ندای دروغم گوش فرا می دهم . هرچه را که برخلاف محبت است رها می کنم .	گوش نکردن . به ندای درون خود گوش فرا ندادن . سرسختی و لجاجت.	وزوز و صدای گوش	338
من آزادم تا آنچه می خواهم بطلبم . بیان کردن عقیده ام خطری ندارد . من در آرامشم .	از شدت خشم نمی توانید حرف بزنید . ترس از دفاع از حق خود . نفرت و انزجار از قدرت.	لارثریت	339
من شخصی مصمم هستم .	نمایانگر حمایت از تصمیمها	لثه	340
من در کمال محبت، از خود متابعت و حمایت می کنم .	ناتوانی در حمایت از تصمیمها . کم مایه بودن درباره اداره امور زندگی.	ناراحتیهای لثه	341
من همواره در همه لحظه ها ایمن هستم محبت پیرامونم را گرفته و از من حمایت می کند . همه چیز نیکوست .	آشفته گی و پریشانی ذهنی . میل به استراحت . نیاز به این که : «دست از سرم بردارید و تنهایم بگذارید»	لرز	342
من اجازه دارم که حرفم را بزنم . من اکنون برای	احساس نا امنی . عدم بیان خود . اجازه گریه نداشتن .	لکنت زبان	343

بیان مطلب خود آزادم. من با محبت رابطه برقرار می کنم.			
من در توازن و تعادل کامل هستم.	نمایانگر توازن و تعادل و پیشروی.	لگن خاسره	344
من در هر سن و سالی، با سهولت و شادمانی در زندگی به پیش می روم.	ترس از پیشروی به هنگام تصمیمات عمده. نمی داند به کجا برود.	ناراحتیهای لگن خاسره	345
خیر و صلاح آزادانه جریان می یابد. آرمانهای الهی از درونم بیرون می ریزند. من در آرامشم.	ترس. عواطف و هیجانات سرکوفته. خلاقیت ماکام مانده.	لوزه (تورم و التهاب لوزه ها)	346
من با همه اجزاء زندگی، در توازن و تعادل و یگانه ام. من ایمن هستم.	عدم تعادل با طبیعت و زندگی.	مالاریا	347
من در کمال آسایش و سهولت ، کهنه ها را رها می کنم و با آغوش باز تازگیهای زندگی را می پذیرم. من ایمن هستم.	اضطراب. به عقاید کهنه چسبیدن. ترس از رها کردن.	ناراحتیهای مثانه	348
من در کمال شادمانی به سطوح تازه یی از تجربه ها می روم	نمایانگر ترک کردن داستان زندگی است.	مرگ	349

همه چیز نیکوست.			
من مشتاقم که عوض شوم و رشد کنم . من اکنون آینده یی امن و تازه می آفرینم.	نپذیرفتن دگرگونی . ترس از آینده . احساس نا امنی.	بیماریهای مزمن	350
من ایمن و قدرتمندم . همه چیز نیکوست .	احساس بی دفاع بودن و پذیرفتن خطر.	مسمومیت	351
من نیرو و قدرت و مهارت هضم و جذب آنچه به سویم می آید را دارم .	اختیار را به دست دیگران سپردن . احساس بی دفاع بودن.	مسمومیت غذایی	352
من به آسانی زندگی را هضم می کنم .	نگاه دارنده غذاست و نمایانگر هضم اندیشه ها .	معده	353
من خود را دوست دارم و تأیید می کنم . من ایمن هستم .	عدم اطمینان درازمدت . احساس فنا.	گاستریت	354
من آزادانه و کامل نفس می کشم . من ایمن هستم و به فرایند زندگی اعتماد می کنم .	ترس. ترس. ترس. ترس چنگ زننده.	سوزش معده	355
زندگی بر وفق مراد من است و هر لحظه تازه هر روز را هضم می کنم . همه چیز نیکوست .	ترس. وحشت از چیزهای تازه. ناتوانی از هضم چیزهای جدید.	ناراحتیهای معدی	356

357	مغز	نماینگر کامپیوتر و مرکز فرماندهی است .	من فرمانده پرمهر و محبت مغز خویشم .
358	تومور مغزی	اعتقاداتی که نادرست برنامه ریزی شده اند سرسختی و لجابت عوض کردن الگوهای کهنه خود را نپذیرفتن .	عوض کردن برنامه کامپیوتر ذهنم برای من آسان است . همه زندگی یعنی دگرگونی ، و ذهن من همواره تازه است .
359	ورم مفاصل (آرنج و زانو و شانه ها)	نماینگر تغییر مسیر زندگی و سهولت این حرکتهاست .	من با هر گونه دگرگونی، آسان کنار می آیم زندگیم از هدایت الهی سرشار است و همواره در بهترین مسیر به پیش می رود .
360	التهاب کیسه های مفصلی مقاربتی (امراض مقاربتی) آمیزشی	خشم سرکوفته . میل به کتک زدن یک نفر.	محبت، هرچه را که همجنس خود نباشد رها و آزاد می کند . من از محبت سرشارم .
361	مقعد	جایگاه رها کردن . جایگاه مواد زائد .	من آنچه دیگر در زندگی نیاز ندارم، به آسانی و راحتی رها می کنم .
362	آبسه	خشم از آنچه نمی خواهید رهايش کنید.	فقط آنچه دیگر به آن نیاز ندارم بدنم را ترک می کند .
363	خارش	احساس گناه برای	من با محبت خود

گذشته . پشیمانی.	را می بخشم . من آزادم .		
احساس گناه . تمایل به مجازات . این احساس که من آن قدر که باید خوب نیستم .	گذشته تمام شده . من آگاهانه برمی گزینم که اکنون خود را دوست بدارم .	درد	364
رها کردن ناقص زوائد . چسبیدن به زوائد گذشته.	من در کمال محبت، گذشته را به طور کامل رها می کنم . من آزادم . من عشقم .	فیستول	365
ترس، فشار، کوشش برای تسلط بر همه چیز . عدم اعتماد به فرایند زندگی.	من ایمن هستم . من خود را دوست دارم و تأیید می کنم . من به زندگی اعتقاد دارم .	ریزش مو	366
اندیشه های سخت . لجاجت در چسبیدن به رنج و درد گذشته.	من آزادانه از گذشته جدا می شوم . من ایمن و آزادم .	میخچه	367
عصیان در برابر فشار . مقاومت در برابر جریان زندگی . ترسهای جنسی .	من در جریان زندگی می آسایم و می گذارم زندگی همه نیازهایم را به آسانی و سهولت برآورد . زندگی پشتیبان من است .	میگرن	368
فشار، فشار جنسی. احساس گناه . اعتقادات اجتماعی. انزجار از	اکنون می گذارم قدرت کامل جنسیت من ، با	ناتوانی جنسی	369

سهولت و شادمانی فعالیت کند .	همبستری پیشین . ترس از مادر .		
من در کمال امنیت ، به همه چیز می رسم .	نماینگر حمایت است .	ناخن	370
رشد کردن خطری ندارد . من اکنون در نهایت سهولت و شادمانی ، زندگی را اداره می کنم .	ناکامی . خود را جویدن . نفرت از پدر یا مادر .	جویدن ناخن	371
من به فرایند زندگی اعتماد می کنم . می دانم که در زمان درست ، همواره در جای درست قرار دارم و به کار درست سرگرمم . من خود را دوست دارم و تأیید می کنم .	ترس و مقاومت در برابر فرایند زندگی . یا عدم علاقه به تجربه پدر یا مادر بودن .	نازایی	372
کامل و آزاد زیستن ، حق حیات من است . من زندگی و خودم را دوست دارم .	ترس از فرو دادن زندگی . خود را شایسته زیستن ندانستن .	نفخ	373
تنها آنچه درست است در زندگی پیش می آید . من کهنه را رها می کنم و به پیشواز تازه ها می روم . همه چیز نیکوست .	واکنش شدید نسبت به شکست و نومیدی .	نفريت (التهاب کلیه)	374

375	نقرس	نیاز به تسلط . بی مبری . خشم .	من ایمن هستم . من با خودم و دیگران در آرامشم.
376	نقصهای مادر زاد	اثرات «کارما» خود شما انتخاب کردید که به این صورت به دنیا بیایید . ما پدر و مادر و فرزندانمان را انتخاب می کنیم . کار تمام نشده .	هر تجربه یی برای فرایند رشد و تکامل ما عالی و بی نقص است . من در هر نقطه یی که هستم، در آرامشم .
377	نگهداشتن مایعات	آب جمع کردن	-
378	نودول (گره های لنفی)	انزجار و ناکامی و آزار دیدن «منیت» در امور شغلی.	من الگوی تأخیر را از درونم رها می کنم و می گذارم کامیابی از آن من باشد .
379	نورالژی	مجازات خود برای احساس گناه . نگرانی از ارتباط.	من خود را می بخشم . من خود را دوست دارم و تأیید می کنم . من با محبت رابطه برقرار می کنم .
380	واریس	ماندن در وضعیتی که از آن نفرت دارید . نومیدی. احساس خستگی از کار و فشار شدید.	جایگاهم حقیقت است و با شادی حرکت و زندگی می کنم . من زندگی را دوست دارم و به آزادی در جریانم .
381	ورم	در اندیشه خود، گیر داشتن. عقاید بسته و دردناک . چه کس یا چه	اندیشه هایم آسان و آزاد در جریانند .

		چیز نمی گذارد رهایش کنید؟	مشتاقانه گذشته ها را رها می کنم . رها کردن خطری ندارد . من کاملاً آزادم .
382	ورم ملتحمه چشم	چشم، ورم ملتحمه	–
383	ویروس (اپستین- بار)	از حدود توانایی خود فرا رفتن . ترس از به اندازه کافی خوب نبودن . شیریه حمایت درون را کشیدن . این ویروس، ویروس فشار است .	من ارزش خود را درمی یابم . آن قدر که باید خوبم. زندگی، آسان و شادمان است .
384	هاجکینز (سرطان غدد لنفاوی)	سرزنش . ترس مفرط از به اندازه کافی خوب نبودن. مسابقه یی جنون آمیز برای اثبات خود، تا آنجا که خون دیگر ماده یی برای حمایت از خود ندارد . در مسابقه برای پذیرفتنی ساختن خود، شادی زندگی فراموش شده است.	از این که خودم هستم کاملاً شادمانم. همین گونه که هستم عالی و کاملم. من خود را دوست دارم و تأیید می کنم . من شادی می بخشم و می ستانم .
385	هاری (گزیدگی سگ هار)	خشم. این اعتقاد که خشم پاسخ مسأله است .	درون و بروم سرشار از آرامش است .
386	هانتینگتون (نوعی تشنج که به دیوانگی می انجامد)	انزجار از ناتوانی برای عوض کردن دیگران . نومییدی.	من هرچه دگرگونی را به دست کائنات می سپرم. من با خودم و زندگی در آرامشم .
387	سوء هضم	ترس شدید . وحشت. اضطراب. محکم به چیزی چسبیدن . نالیدن .	من همه تجربه های تازه را با آرامش و شادی هضم و جذب می

کنم .			
من در همه دورانه‌های زندگی ،متعادل و متوازن و سرشار از آرامش و تن خود را با محبت تقدیس می کنم .	ترس از اینکه دیگر خواستنی نباشید . ترس از پیری . خود را نپذیرفتن . این احساس که من آن قدر که باید خوب نیستم .	ناراحتیهای یائسگی	388
چون گذشته را رها کنم، چیزهای تازه و پُرطراوت و حیاتی وارد زندگیم می شوند . اجازه می دهم که زندگی در من جریان یابد.	رها نکردن عقاید کهنه . در گذشته ماندن . گاه نشانه خست.	یبوست	389
من از شکیبایی و شفقت سرشارم و همه مردم ،از جمله خودم را دوست دارم .	تعصب درونی و بیرونی . استدلال نامتعادل.	یرقان	390