

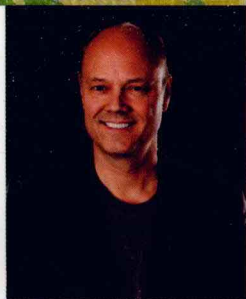
The Emotion Code:

How to Release Your Trapped Emotions
for Abundant Health, Love and Happiness

情绪排毒 密码

清空潜意识中的负能量
做你自己的心理咨询师

[美] 布莱德利·尼尔森博士 著
陈晓园 译



99%的亚健康状态都与人的受困情绪有关，
本书作者——全球能源心理学导师、
“巅峰书奖”获得者布莱德利·尼尔森博士，
以其易学、高效的“瞬间情绪排毒术”，
使成千上万人摆脱了心理创伤，
开创了一个自我重建的新时代



江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE

The Emotion Code

How to Release Your Trapped Emotions
for Abundant Health, Love and Happiness

情绪排毒 密码

清空潜意识中的病气
做你自己的主治医生

[美] 布莱德利·尼尔森博士 著
陈晓园 译



江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (C I P) 数据

情绪排毒密码 / (美) 尼尔森 (Nelson, B.) 著 ;
陈晓园译. -- 南京 : 江苏文艺出版社, 2013.4
ISBN 978-7-5399-6060-9

I. ①情 II. ①尼 ②陈 III. ①情绪-自我控制-通俗读物 IV. ① B842.6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 045956 号

The Emotion Code

by Bradley Nelson

Copyright © 2007 by Bradley Nelson.

This edition arranged with Wellness Unmasked Publishing.

Through Andrew Nurnberg Associates International Ltd.

Beijing Representative Office.

Simplified Chinese edition copyright:

2012 © The Shang Shu Culture Media Limited Company of Chongqing Shapingba

c/o Jiangsu Literature And Art Publishing House

All rights reserved.

江苏省版权局著作权合同登记: 图字 10-2012-98

书 名	情绪排毒密码
著 者	[美] 布莱德利·尼尔森博士
译 者	陈晓园
责任编辑	蔡晓妮
策划编辑	上师文
特约编辑	黄茜 钟原
出版发行	凤凰出版传媒股份有限公司 江苏文艺出版社
出版社地址	南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009
出版社网址	http://www.book-wind.com http://jsrmcbs.tmall.com
经 销	凤凰出版传媒股份有限公司
印 刷	三河市金元印装有限公司
开 本	700毫米×1000毫米 1/16
印 张	17.5
字 数	110千字
版 次	2013年4月第1版 2013年4月第1次印刷
标准书号	ISBN 978-7-5399-6060-9
定 价	35.00元

(江苏文艺出版社图书凡印装错误可向本社调换)

来自本书受益者的赞美

尼尔森医生代表着未来的医学！他具有化繁为简的超凡能力，将如此神奇而强大的治疗方法传授给世人……《情绪排毒密码》深深地影响了我和家人的生活，也改变了我的病人……

社会工作硕士格温·莱格勒（Gwen Legler），
华盛顿州阿灵顿市（Arlington, WA）

我相信“情绪排毒密码”是我接触到的最强大的信息，它确实能让你释放受困情绪，拥有完美的健康、爱情和幸福。希望能有越来越多的人了解到这个，继而传遍全世界！

戴夫·C（Dave C.），
加利福尼亚州贝弗利山（Beverly Hill, CA）

著名的整体医疗医生及讲师布莱德利·尼尔森发现了一个完美的工具：“情绪排毒密码”，以强大而简单的方式帮你清除你身体和头脑中看不见的种种包袱。这本救我性命的书采用作者多年行医积累的真人真事，教读者如何进行自我治疗，是该领域独一无二的经典之作。我受益了，相信你也能！

井手英泽，日本东京（Tokyo, Japan）

我一直受病痛折磨，“情绪排毒密码”帮我真正认识并战胜了我与之斗争多年的病魔，给我的生活带来了翻天覆地的变化。

劳拉·G (Laura G.) ，华盛顿州西雅图 (Seattle, WA)

尼尔森博士，你最重要的发现恐怕是受困情绪还会聚集在心脏四周，制造一堵“心墙”，让人无法自由地给予并接受爱。但在释放了“心墙”之后，我立即感受到惊人的变化：最开始是感觉自尊心大增，然后我觉得自己创意不断……我无法描述我对你，对上帝的感恩之情。感谢上帝引领我找到你和你的著作。

艾琳娜·R (Elena R.) ，

墨西哥墨西哥城 (Mexico City, Mexico)

献 辞

献给我思念的父母布鲁斯·A. 尼尔森 (Bruce A. Nelson) 先生和露丝·尼尔森 (Ruth Nelson)，他们总是给予我爱和信任。遗憾的是，他们在世的时候，该书还没有完成，但我相信他们在天堂已经看到了。

献给我思念的伊达·格林·哈蒙 (Ida Glynn Harmon) 和艾伦·贝恩 (Allen Baine) 医生，他们在我年少重病的时候，治好了我的身体，引导我走入自然疗法的世界。

献给我的导师斯坦利·弗拉格博士 (Dr. Stanley Flagg)。

最后，献给我的妻子珍 (Jean)，她独特的见解和贡献，她的梦想和支持促使该书最终成稿。

致读者

“情绪密码”是一个自我帮助的方法，尽管属于新发现且未被广泛研究，但其效果显著，让使用者受益匪浅。

本书内容来自布莱德利·尼尔森医生（Dr. Bradley Nelson）的个人观察和经历，读者应对自己的生理及心理健康负全部责任。不应曲解本书内容，或用以诊断已有或未发现的任何心理、生理或感情疾病。不应利用肌肉测试或摇摆测试诊断已有或未发现的任何疾病。

本书不能代替任何专业医疗服务。对于使用本书提到的药物和疗法所引起的任何后果，作者和出版社概不负责。本书材料的使用权归作者本人，并由作者本人全权负责。除非法律允许，材料涉及的信息均面向个人，而非任何医疗实践。本书的任何内容均不得作为医疗建议，不得用于诊断和治疗。

本书中的故事均为真实事件。为保护隐私，涉及的部分人物姓名已做更改。

目 录 /Contents

致 谢 /001

第一部分 受困情绪 /003

第 1 章 受困情绪：看不见的流行病 /005

什么是受困情绪？

你的未来被胁持

受困情绪的危害

受困情绪和身体疼痛

受困情绪和疾病

第2章 受困情绪的秘密世界 023

意识与潜意识

与身体对话

摇摆测试

你有受困情绪吗？

能量治疗

受困情绪和儿童

受困情绪的普遍性

受困情绪的共鸣

受困情绪的两面性

受困情绪的生理影响

恐惧症

夜惊症

你能承受得住受困情绪吗？

第二部分 能量世界 /063

第3章 古老能量疗法的奥秘 /065

灵魂和神庙

所思即所见

神秘的量子世界

智慧的宇宙

空中漫步
来自水的信息
人体能量场

第4章 磁石治疗 /089

你的磁存在
我眼里的磁
一个新的治疗工具
磁化你的意念
督脉

第三部分 使用情绪密码 /103

第5章 从内心找答案 /105

肌肉测试
你的身体最了解
测试别人
测试自己
非语言交流
疑难问题处理
记忆的面纱

第6章 释放受困情绪 /133

第一步：征求同意

第二步：设定标准

第三步：检查是否存在受困情绪

第四步：判断为何种情绪

找到正确的情绪

深入挖掘

释放一个自己的情绪

释放一个别人的情绪

确认释放

处理具体问题

处理释放的情绪

产前受困情绪

遗传受困情绪

孕前受困情绪

情绪密码 TM 流程图

第7章 心的围墙 /161

心脑

心墙的发现

保护核心自我

生活本该如此

孩子和心墙

找到并释放心墙

判断心墙的材料

安妮·霍恩 (Anne Horne) 的故事

得与失

第 8 章 替代测试、代理测试和远程治疗 /199

替代测试

怎样做替代测试

儿童替代测试

朱莉 (Julie) 的故事

动物替代测试

获得许可

代理测试

如何做代理测试

第 9 章 情绪密码和动物 /219

马就是马，当然……

治疗动物

特威格斯 (Twiggs) 被拐卖了

布兰迪 (Brandy) 的淘气行为

布菲 (Boofy) 的偏执症

被遗弃的小狗

一匹马的悲伤

马的神奇故事

更多的关于马的神奇故事

第四部分 光明的未来 /237

第 10 章 没有受困情绪的人生 /239

吸引力法则

选择你的情绪

关于放手

关于骄傲

关于原谅

关于仁慈

关于正直

试炼者的生命之火

关于祈祷

关于作者 /257

HealersLibrary.com 网站

研讨班

相当治疗师？

治疗工具

日研磁石

归零能量装置

身体密码

获得认证！

需要帮助？

在职治疗师

全球治疗师网络地图

脸谱网和推特

批量订购或定制

有疑问？

重要通信地址

致 谢

感谢所有帮助本书撰写和出版的人。

感谢我的病人，让我做他们的朋友和医生，允许我分享他们的故事。

感谢我的哥哥葛雷（Greg），向我介绍磁疗，让我有了一个看待世界的新视角。

感谢我的哥哥布鲁斯（Bruce），教导我意念和仁爱的力量。

感谢我的姐姐米歇尔（Michele）和诺埃尔（Noelle）给予的鼓励和爱。

感谢唐娜·比奇（Donna Beech）耐心的倾听，帮我组织材料并督促我开始编写本书。

感谢珍（Jean）、娜塔莉·尼尔森（Natalie Nelson）和瑞恩·缪尔海德（Ryan Muirhead）出色的编辑和摄影。

感谢克里斯蒂（Kristi）、娜塔莉（Natalie）、珍（Jean）、瑞特（Rhett）、伊恩（Ian）、伊丽莎白（Elisabeth）、安吉拉（Angela）、诺埃尔和西艾尔（Cierra）做我的模特，也感谢德鲁（Drew）和约瑟夫（Joseph）的观点和贡献。

感谢约瑟夫的创造力和艺术贡献，感谢德鲁的支持和帮助。

感谢增田勇（Isamu Masuda）治愈世界的梦想和他创造的磁疗工具。

感谢我的妻子珍不论甘苦一直陪伴在我左右，你是我的灵感，我的助手，也是我最好的朋友。

最后，感谢主倾听我的祈祷，赐福于我，让我有能力完成这项任务，成为治愈众人的媒介，感谢主始终指引我人生的方向。

Part 1

第一部分

受困情绪

TRAPPED EMOTIONS