

Access Bars® - Barras de Access®

Barras de Access® é uma ferramenta para Expansão da Consciência usada para o desbloqueio das crenças (implantes, traumas, etc.) que limitam a nossa evolução pessoal. Permite dissipar a carga elétrica de polaridade armazenada no cérebro.

Se tudo no Universo é energia e informação, são as nossas Crenças que manifestam a nossa realidade. Elas são o padrão daquilo que aceitamos como certo ou errado, bom ou mal: são o resultado de aprendizagens, vivências e experiências.

Muitas vezes estamos apenas coexistindo inconscientes - cada vez mais longe do que Somos, da nossa Essência, da nossa Alma... E por isso vivemos frustrados!

As Barras de Access® de entre outras vantagens, em menos tempo que os processos terapêuticos tradicionais, apagam Padrões de Pensamentos e Crenças enraizadas, permitindo que o nosso SER - simplesmente - se manifeste..

Positive Mind BY MARISA FONTOURA

Terapias | Formações | Workshops | Massagens | Espaço Holístico

www.positivemindbymarisafontoura.com

info@positivemindbymarisafontoura.com | +351 937 585 286

O que são as Barras de Access®?

As Barras de Access® são 32 pontos de energia, localizados ao redor da cabeça, que armazenam os componentes eletromagnéticos de todos os pensamentos, ideias, atitudes, decisões e crenças que temos sobre qualquer coisa e que vamos acumulando ao longo da nossa existência.

Estes pontos estão relacionados a diversos aspectos do comportamento humano e de como as pessoas se relacionam com eles na vida. Como por exemplo: dinheiro, cura, controle, sexualidade, poder, entre outros.

Ao ficarem presas no nosso campo energético, muitas dessas energias, pensamentos e pontos de vista bloqueiam o livre fluxo da energia vital que possibilita a auto realização pessoal. Por isso, podem tornar-se limitadores da nossa capacidade de criação de uma vida plena e próspera em todos os sentidos.

É aí que atua a terapia das Barras de Access®, ajudando a apagar/eliminar essas crenças limitantes.

Por tratar-se de um processo energético, todos podem "correr" as suas Barras de Access® (termo utilizado para quem recebe a aplicação da terapia). É uma ferramenta não evasiva que pode ser aplicada a pessoas de qualquer idade e em qualquer estado de saúde. As Barras de Access® não têm contra indicações.

Positive Mind BY MARISA FONTOURA

Terapias | Formações | Workshops | Massagens | Espaço Holístico

www.positivemindbymarisafontoura.com

info@positivemindbymarisafontoura.com | +351 937 585 286

Em que situações e que benefícios proporciona “correr” as suas Barras®?

Se nos libertarmos do automatismo interno que reforça e perpetua as limitações e o que achamos que é impossível na nossa vida, surge uma ampla gama de possibilidades e a vida torna-se muito mais fácil e atraente.

- Libertar o stress, ansiedade e depressão;
- Estados de esgotamento;
- Mente excessivamente ativa;
- Insónia e qualidade do sono;
- Desbloqueio da criatividade;
- Aumento do foco e produtividade;
- Sexualidade (aceitação do corpo);
- Relação com o dinheiro (mudando crenças e bloqueios);
- Tensão em provas e exames (muito aconselhado a crianças e jovens);
- Qualidade de vida das grávidas (facilita o parto);
- Facilita mudanças na relação com os outros (criando espaço para Si e para os outros);
- Processo de envelhecimento (crenças e considerações sobre o que significa envelhecer);
- Benéfico em pessoas com DDA e TDAH – Distúrbio de Défice de Atenção e Transtorno de Défice de Atenção com Hiperatividade;
- Ajuda pessoas com TOC (Transtorno Obsessivo-Compulsivo) e outros transtornos comportamentais;
- Fobias de vários tipos.

Além de amenizar ou mesmo eliminar quadros de ansiedade, tensão e insónia, as Barras de Access® têm uma função importante sobre o relaxamento do corpo. Libertam sensações de alegria, paz e calma; impulsionam a criatividade e permitem uma forma diferente de lidar com os problemas do dia-a-dia.

As Barras de Access® têm demonstrado muito sucesso em desbloquear a pressão sentida por crianças e jovens quando sabem que vão estar em situação de avaliação. A ansiedade normalmente desaparece e eles sentem-se mais capazes, mais calmos e motivados.

Esta ferramenta é igualmente muito vantajosa quando aplicada em grávidas. Ficam menos ansiosas e até o parto corre melhor.

Positive Mind BY MARISA FONTOURA

Terapias | Formações | Workshops | Massagens | Espaço Holístico

www.positivemindbymarisafontoura.com

info@positivemindbymarisafontoura.com | +351 937 585 286

Como funcionam as Barras de Access®?

Com leves toques dos dedos nos 32 pontos das Barras de Access®, os nódulos de energia gerados pelas crenças limitantes começam a ser diluídos, o que permite uma enorme sensação de leveza para a pessoa que recebe a terapia e um maior acesso à sua própria consciência.

Ter acesso à consciência é sentir-se liberto, livre de pontos de vista fixos e dos bloqueios gerados pelos julgamentos que tenha sobre si mesmo, sobre os outros; e que os outros possam ter em relação a si.

Se temos crenças negativas em algum aspeto, ou vários aspetos da nossa vida, é isso que irá bloquear o livre fluxo da energia vital, que, repito, possibilita a nossa auto realização pessoal.

Os efeitos das Barras de Access® são comprovados?

Recentemente a comunidade científica começou a estudar as Barras de Access®.

O neurocientista norte-americano, Ph.D, Dr. Jeffrey L. Fannin, por exemplo, analisou e mapeou, através de encefalogramas, o comportamento das ondas cerebrais antes e depois da aplicação das Barras de Access®.

Resumo sobre o estudo realizado e as principais constatações sobre os efeitos das Barras de Access®:

O estudo mostra inicialmente o cérebro numa atividade normal, intensa, com as altas frequências do funcionamento da mente de uma pessoa – as chamadas ondas delta.

Logo após a sessão de Barras de Access®, os gráficos mostram uma evidente diminuição dessa atividade cerebral, em especial nas áreas da concentração, foco e atenção.

Com a mente a funcionar em baixa frequência, após a aplicação das Barras de Access®, é possível receber de forma mais livre as frequências do Campo Quântico do Universo (algo parecido com o estado meditativo).

Dr. Fannin observou ainda o alinhamento das ondas cerebrais com as ondas do coração.

“É isso que permite experiências mágicas de elevação espiritual consciente com a energia do alinhamento dos chakras. O que percebi não é apenas o alinhamento físico completo, estou a falar do alinhamento com o Universo“, declarou o neurocientista

Positive Mind BY MARISA FONTOURA

Terapias | Formações | Workshops | Massagens | Espaço Holístico

www.positivemindbymarisafontoura.com

info@positivemindbymarisafontoura.com | +351 937 585 286

Como as Barras de Access® podem ajudar as crianças/bebês ou adolescentes?

Crianças e bebês de todas as idades, incluindo os recém-nascidos, beneficiam muito com as Barras de Access®. Desde o momento da concepção, estamos cientes dos pensamentos, sentimentos e emoções das nossas mães e do ambiente que nos cerca. As Barras de Access® dissipam e libertam o eletromagnetismo acumulado no cérebro a partir dessas experiências, criando mais espaço e clareza.

Enquanto uma sessão para um adulto pode durar de 60 a 90 minutos, as barras das crianças e dos bebês tendem a correr muito mais rápido, às vezes até em 20 minutos. Muitas vezes, eles estão mais dispostos a experimentar mudanças rápidas, pois têm menos pontos de vista, considerações e limitações sobre o que pode ou não ser possível.

Muitas crianças até pedem para correr as suas Barras®, pois tendem a ser mais felizes, dormir melhor e ter interações mais fáceis com professores, amigos, irmãos, pais e outros membros da família.

Onde as Barras de Access® atuam para crianças e adolescentes?

- Traumas de nascimento • Problemas comportamentais • Fobias
- Ansiedade e stress • Sono • Relaxamento • Menor agressividade
- Criatividade • Estudo e aprendizagem • Melhoria de desempenho • Concentração
- Traumas por acidentes ou ferimentos • Melhores relacionamentos

As sessões de Barras de Access® fazem com que o nosso cérebro funcione com mais eficiência e retenha o maior número de informações importantes, descartando de modo automático aquelas que não serão aproveitadas. Essa otimização é extremamente importante não só para os adultos, mas principalmente para as crianças que, nos dias de hoje sofrem em demasia com a perda de informação devido ao alto grau de estímulos que recebem da escola, dos média e dos grupos sociais em que estão inseridos.

As mudanças relatadas vão desde questões 'pequenas' como por exemplo, começar a comer determinado alimento que não era de hábito da criança, até maiores como o aumento na concentração, na criatividade, maior segurança e otimismo nas atividades diárias e no convívio com outras pessoas.

As Barras de Access® têm sido uma forte aliada para que muitas crianças consigam relacionar-se com maior facilidade em qualquer ambiente em que ela esteja, principalmente dentro do convívio familiar.

Positive Mind BY MARISA FONTOURA

Terapias | Formações | Workshops | Massagens | Espaço Holístico

www.positivemindbymarisafontoura.com

info@positivemindbymarisafontoura.com | +351 937 585 286

Como funciona uma sessão de as Barras de Access®?

As crianças são acompanhadas pelos pais ou pessoa responsável pela criança. O Practitioner (terapeuta praticante certificado na técnica de Barras de Access®) explica como funciona o método, quais os seus benefícios, o que será passado à criança e a forma como os pais podem contribuir no dia-a-dia do seu filho. Ainda, os pais poderão expor ao terapeuta, qual ou quais os aspetos da criança que se devem ter maior atenção durante a sessão, o que esperam ter como resultado, ou quaisquer outras informações que entendam como relevante partilhar com o profissional. Tudo sempre com a maior transparência possível.

Bebés - A sessão dura apenas 30 minutos, tempo suficiente para que as Barras de Access® sejam corridas e seus resultados sejam alcançados.

Crianças / Adolescentes - A sessão dura cerca de 1 hora, pois há uma conversa prévia antes das Barras de Access® serem corridas.

Caso optem por mais sessões para os seus filhos, então cada nova sessão terá a duração de menos de 1h, pois as Barras de Access® nas crianças são corridas em menor tempo do que nos adultos, durando até no máximo 30 minutos. O restante do tempo é ocupado com uma conversa de acompanhamento entre o terapeuta e a criança.

Os pais podem e devem acompanhar os seus filhos durante este processo e observar as mudanças que neles ocorrerão. A partir daí, terão total condição de determinar o número adequado de sessões que desejam, com informação e apoio da terapeuta.

Adultos - Uma sessão de Barras de Access® dura em média 1h30m e começa com uma conversa de acompanhamento entre o Practitioner (terapeuta praticante certificado na técnica de Barras de Access®) e a pessoa, que receberá todas as informações necessárias sobre o fundamento das Barras de Access® e sobre os seus resultados, sobre algumas ferramentas que a ajudará a manter-se bem no dia-a-dia, ou quaisquer dúvidas que possa ter. E na sequência, hora de "correr" as Barras de Access®.

É importante referir que a quantidade de sessões é definida de acordo com o seu desejo e possibilidade. A recomendação da própria Access Consciousness é de 10 sessões para que a pessoa possa definitivamente firmar e se consciencializar de toda a mudança que ocorrerá, pois cada um tem o seu tempo, o seu modo de ser, ver e atuar na vida. Por isso, podem ser realizadas quantas sessões quiser, na frequência que quiser. O importante é saber que os benefícios são crescentes e infinitos, e a mudança é contínua e cumulativa.

Positive Mind BY MARISA FONTOURA

Terapias | Formações | Workshops | Massagens | Espaço Holístico

www.positivemindbymarisafontoura.com

info@positivemindbymarisafontoura.com | +351 937 585 286

Quais os efeitos das Barras de Access® na ansiedade e na depressão?

Terrie Hope, PhD, DNM, palestrante e pesquisadora especializada em Medicina Quântica, realizou em novembro de 2017, uma interessante e profunda pesquisa científica que revelou que os resultados de uma sessão de 90 minutos de Barras de Access® causaram uma diminuição significativa na gravidade da depressão e da ansiedade.

Dos resultados de quatro questionários padronizados cientificamente válidos e através de padrões de ondas cerebrais usando mapeamento cerebral (QEEG), a Dr. Hope descobriu no seu estudo que as Barras de Access® reduziram a gravidade dos sintomas de ansiedade em 84,7% (média), e dos sintomas depressivos em 82,7% (média).

Veja abaixo a síntese desta pesquisa.

Ansiedade e depressão são distúrbios altamente predominantes que resultam em sofrimento humano. As consequências para o indivíduo incluem o aumento da utilização de cuidados de saúde, bem como, deficiência e diminuição do rendimento. As Barras de Access®, uma técnica de terapia energética não invasiva, foram avaliadas quanto aos seus efeitos sobre a ansiedade e a depressão, utilizando tanto o autorrelato subjetivo das pessoas analisadas, quanto as medidas objetivas de investigação do cérebro de cada uma delas.

Método - Os testes tiveram a participação de 7 representantes, com idade média entre os 25 e os 68 anos, que foram avaliados como portadores de ansiedade leve até ansiedade grave e/ou depressão. Os métodos de avaliação foram medidas padronizadas de autorrelato: Inventário de Ansiedade de Beck (BAI), Inventário de Depressão de Beck-II (BDI-II), Inventário de Estado-Traço de Ansiedade (STAI) e Escala de Estado e Traço de Depressão de Maryland (MTSD). Dados de eletroencefalograma (EEG) foram adquiridos para análise objetiva da função cerebral via QEEG e SLORETA. As avaliações foram realizadas antes de uma sessão de Barras de Access® de 90 minutos e imediatamente após a sessão.

Positive Mind BY MARISA FONTOURA

Terapias | Formações | Workshops | Massagens | Espaço Holístico

www.positivemindbymarisafontoura.com

info@positivemindbymarisafontoura.com | +351 937 585 286

Quais os efeitos das Barras de Access® na ansiedade e na depressão?

Resultados

Índices mais baixos foram relatados em todas as medidas de autorrelato após a sessão. A pontuação média do BAI (Inventário de Ansiedade de Beck) caiu de 23,3 para 3,6 (-84,7%), $p=0.004$.

As pontuações médias do BDI II (Inventário de Depressão de Beck-II) foram reduzidas de 22,3 para 3,9 (-82,7%), $p = 0,02$.

A pontuação média do STAI-S (Inventário de Estado-Traço de Ansiedade) caiu de 38,9 para 25,9 (-33,5%), $p= 0.027$.

A pontuação do MTSD-S (Traço de Depressão de Maryland) foi reduzida de 23,6 para 4,7 (-80%), $p = 0.015$.

O mapeamento cerebral derivado do resultado do QEEG mostrou mudanças notáveis nas bandas de 6 Hz (ondas teta) a 21 Hz (ondas beta). Estas bandas de frequência nos resultados do pré-teste mostraram valores extremos de desvio padrão (SD), de -3 a -1 abaixo da norma, e mudaram para normal nos resultados pós-teste.

Conclusão

O tratamento com Barras de Access® foi associado a uma diminuição significativa na gravidade dos sintomas de ansiedade e depressão e um aumento na coerência do EEG. Estes resultados sugerem que as Barras de Access® podem ser úteis como tratamento para ansiedade e depressão.

Fonte: Energy Psychology Journal (tradução e adaptação: Villa do Bem)

Positive Mind BY MARISA FONTOURA

Terapias | Formações | Workshops | Massagens | Espaço Holístico

www.positivemindbymarisafontoura.com

info@positivemindbymarisafontoura.com | +351 937 585 286