

VADIM TSCHENZE

# 100 rytuałów szeptuch



Wzmacniające praktyki duchowe  
na spełnienie, ochronę i zdrowie



100 rytuałów  
szeptuch



VADIM TSCHENZE

*100 rytuałów*  
*szeptuch*

Wzmacniające praktyki duchowe  
na spełnienie, ochronę i zdrowie



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

REDAKCJA: Mariusz Warda  
SKŁAD: Robert Kempisty  
PROJEKT OKŁADKI: Robert Kempisty  
TŁUMACZENIE: Monika Gadzina

Wydanie I  
Białystok 2019  
ISBN 978-83-8171-234-7

Tytuł oryginału: *Meine 100 Seelenschützer. Spirituelle Praktiken, die uns stark machen*  
by Vadim Tschenze  
Copyright © 2018 by Wilhelm Goldmann Verlag  
a division of Verlagsgruppe Random House GmbH, München, Germany.

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2018  
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej publikacji nie może być powielana ani rozpowszechniana za pomocą urządzeń elektronicznych, mechanicznych, kopiujących, nagrywających i innych bez pisemnej zgody posiadaczy praw autorskich.

Książka ta zawiera porady i informacje odnoszące się do opieki zdrowotnej. Nie powinny one jednak zastępować porady lekarza ani dietetyka. Jeśli podejrzewasz u siebie problemy zdrowotne lub wiesz o nich, powinieneś skonsultować się z lekarzem zanim rozpoczniesz jakikolwiek program poprawy zdrowia czy leczenia. Dołożono wszelkich starań, aby informacje zaprezentowane w tej książce były rzetelne i aktualne podczas daty jej publikacji. Wydawca i autor nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za jakiegokolwiek skutki dla zdrowia mogące wystąpić w wyniku stosowania zaprezentowanych w książce metod.



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.  
[www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii](https://www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii)



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

15-762 Białystok  
ul. Antoniuk Fabr. 55/24  
85 662 92 67 – redakcja  
85 654 78 06 – sekretariat  
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt  
85 654 78 35 – [www.talizman.pl](http://www.talizman.pl) – detal  
strona wydawnictwa: [www.studioastro.pl](http://www.studioastro.pl)

Więcej informacji znajdziesz na portalu [www.psychotronika.pl](http://www.psychotronika.pl)

PRINTED IN POLAND

## SPIS TREŚCI

|  |     |
|--|-----|
| Przedmowa .....                            | 7   |
| Podziękowania .....                        | 9   |
| <b>Tajemnica duszy</b> .....               | 11  |
| Dusza, umysł i ciało .....                 | 13  |
| Miłość jako pokarm dla duszy .....         | 31  |
| Siedem rocznych cykli duszy .....          | 51  |
| Jak korzystać z tej książki .....          | 57  |
| <b>100 rytuałów szeptuch</b> .....         | 59  |
| Ja z samym sobą .....                      | 61  |
| Ja i moi najbliżsi .....                   | 109 |
| Ja i moja praca .....                      | 129 |
| Ja i mój świat .....                       | 149 |
| Ja i nasz świat .....                      | 181 |
| <b>Załącznik</b> .....                     | 221 |
| Duchowe inspiracje i medytacje .....       | 223 |
| Tabele. Siedem cykli rocznych duszy .....  | 243 |
| <b>Postowie</b> .....                      | 275 |
| Seminaria w Akademii Vadima Tschenze ..... | 276 |
| Literatura .....                           | 277 |







## PRZEDMOWA

Drodzy Czytelnicy,  
żyjemy w niezwykle szybkich czasach. Za bardzo się spieszymy i często zapominamy o tym, po co przyszliśmy na tę Ziemię. Przybywamy tu, aby rozszerzyć swoją duszę i pozwolić swojemu umysłowi dojrzeć. Dusza i umysł są częścią nas, nawet jeśli nie możemy uchwycić ich dłońmi.

Pomysł napisania tej książki pojawił się u mnie bardzo spontanicznie. Siedziałem z przyjaciółmi i rozmawialiśmy o pokoju we wnętrzu i na zewnątrz – o pokoju jako pokarmie dla duszy. Temat był niewyczerpany. Przez trzy godziny rozprawialiśmy o tym, co jest najważniejsze na tym świecie – o miłości do nas samych i do ludzi, o ludzkich losach i o tym, co wzbogaca naszą duszę. Rozmawialiśmy o sensie życia i różnych duchowych zagadnieniach. Prowadziło to nas do coraz głębszych kwestii – tematów żywotnych dla każdej duszy i takich, które powinny dotrzeć do wielu ludzi. Dlatego też postanowiłem napisać niniejszą książkę o ochronie duszy.

Wśród szamanów duszę określa się jako dar, który został nam dany. Dla nich jest ona najważniejszą częścią człowieka. Wobec powyższego: co ty sam robisz dla swojej duszy? Jak możesz sprawić, że twoja dusza zacznie śpiewać? Właśnie o tym jest ta książka; ma być dla ciebie źródłem wielu duchowych przemyśleń i doświadczeń.

Życzę ci przyjemnej lektury i powodzenia przy testowaniu nauki o energii nowych czasów.

*Twój Vadim Tschenze*





## PODZIĘKOWANIA

Dziękuję mojej rodzinie i duchowemu światu za tak liczne doświadczenia, które już w trakcie swojego życia zdobyłem, i za te, które jeszcze nastąpią.

*Vadim Tschenze*



# TAJEMNICA DUSZY







## DUSZA, UMYŚŁ I CIAŁO

Ta nowa książka poświęcona jest zagadnieniu ochrony duszy. Do duszy przynależą umysł i fizyczne ciało. Elementy te tworzą jedność. Również czakry i aura są częścią człowieka. Pole energetyczne ciała, negatywne energie i ich oddziaływania, a także przenoszenie pozytywnych częstotliwości energii z zewnątrz do duszy to istotne aspekty naszej codzienności. Zwłaszcza w czasach przesunięcia energii, którego obecnie każdy doświadcza na własnym ciele, ważne jest, aby nie tylko utrzymać energetyczny kostium w czystości, ale również go poszerzać. Niniejsza książka ma na celu pokazanie, jak się to robi i jak można wzmacniać i chronić duszę.

Kostium energetyczny (aura) jest połączony z czakrami, pobiera energię z zewnątrz i rozdziela ją na ciało i duszę. Tym samym aura chroni duszę przed energetycznymi atakami. Czakry dostarczają energię do aury oraz do fizycznego ciała. Można je sobie wyobrazić jako wiry. Oprócz głównego systemu składającego się z siedmiu czakr (czakra korzenia, sakralna, splotu słonecznego, serca, gardła, czoła i ciemieniowa lub korony) istnieją również dalsze „subczakry”. Jednak większość uzdrowicieli w swojej pracy korzysta tylko z siedmiu głównych czakr, które powinny być zawsze aktywne. Jeśli są zablokowane, człowiek choruje.

Czakry to „bramy wejściowe” dla energii i siły życiowej, prowadzące do duchowego ciała. Dostarczają mu żywotnej kosmicznej energii i tworzą centra energetyczne, które odpowiadają za równowagę ciała, umysłu i duszy. Czakry kontrolują organy i doprowadzają do nich energię, a gdy działają nieprawidłowo, ważne

dla życia narządy oraz psychika nie są w nią dostatecznie zaopatrzone i mogą zachorować. Czakry są zatem odpowiedzialne za prawidłowe funkcjonowanie organizmu. Pozostają wprawdzie niewidoczne, jednak można nauczyć się wyczuwać każdą z nich.

Po następującym teraz szczegółowym opisie siedmiu głównych czakr znajdziesz dwa ćwiczenia dotyczące tego zagadnienia. Nie dziw się, że kolory czakr stały się bardziej nasycone. Wszystkie czakry aktywnie ze sobą współpracują i w międzyczasie wymieniają się barwami. To jednak subiektywne spostrzeżenie, dlatego osobiście uważam, że znaczenie kolorów czakr jest raczej przeceniane.

Pierwsza czakra (**czakra korzenia**) to obszar uziemienia i bezpieczeństwa. Znajduje się na wysokości kości ogonowej. Jest czerwonopomarańczowa. Energię uziemienia nazywa się także mocą kundalini. Stopy służą jako dodatkowe miejsce jej pobierania. Uchodzą za czakrę poboczną i są brązowe. Moc kundalini rozchodzi się po ciele. U wielu ludzi śpi w korzeniu, z kolei u innych jest bardzo aktywna. W korzeniu ma swą siedzibę również ziemskie myślenie (karma).

Czakra korzenia jest prawdopodobnie jedną z najważniejszych czakr w ogóle. Tak jak drzewo ma korzeń, człowiek ma czakrę korzenia, która go wzmacnia, odżywia i uziemia. Przez nią przyjmuje energię od Matki Ziemi i jest z nią połączony. Aktywna, zdrowa czakra korzenia wskazuje na dynamicznego człowieka. Przez określone doświadczenia, takie jak żałoba lub strata, może dojść do zaburzeń w obszarze korzenia. Czakra ta jest odpowiedzialna przede wszystkim za mięśnie, kości i tkankę łączną. Zapewnia siłę fizyczną. Gdy jest sprawna, twardo stąpasz po ziemi i promieniujesz siłą oraz witalnością. Twoja dusza jest pewna i spokojna. Gdy czakra korzenia ma za mało energii, nie





pozostawiasz po sobie u innych ludzi trwałego wrażenia. Ignorują cię lub nie zauważają. Bardzo często wiosną po długiej zimie czakra ta jest osłabiona. Można ją jednak wzmocnić świeżymi ziołami i przebywaniem na słońcu. Agat w połączeniu z czerwonym jaspisem i odrobiną kukurydzy pomogą dobrze odnaleźć się w realiach życia. Włóż te kamienie i kilka ziaren kukurydzy do bawełnianego woreczka i noś go przy sobie.

Druga czakra (**czakra sakralna**, zwana też seksualną) jako skarbiec energii życiowej reprezentuje instynkty i pamięć komórkową. Przez nią energie są przekazywane dalej do góry do innych czakr. Tutaj rodzi się seksualność i kreatywność. Czakra ta jest pomarańczowożółta. Stanowi centrum uczuciowe i znajduje się tuż pod pępkiem. Jest bezpośrednio związana z czakrą gardła, a ponadto reguluje jakość miłości. Ma także wpływ na miłość własną. Aktywna czakra pozwala zaspokajać fizyczne i seksualne żądze. Jej zablokowanie z kolei sprawia, że seksualna moc i potencja słabną. Człowiek jest apatyczny i nie okazuje żadnych potrzeb seksualnych. Na tym cierpi dusza. Zawieść z zewnątrz może powodować blokady w czakrze sakralnej lub w czakrze gardła. Obie te czakry z energetycznego punktu widzenia są ze sobą zawsze powiązane. Tego rodzaju blokady mogą być przyczyną zahamowań. Co więcej, uszkodzona czakra sakralna może mieć nawet negatywny wpływ na kreatywność. Zatory energii szybko rozładowuje przeżywanie seksualności. Blokady da się również usunąć za sprawą ćwiczeń jogi lub medytacji. Pomagają w tym także kamienie szlachetne. Polecam pić wodę z jaspisu i opalu. Aby ją przygotować, potrzebujesz po 50 gramów obu tych kamieni. Włóż je do szklanki z wodą. Po sześciu godzinach możesz wypić wodę. Innym sposobem jest wykonanie woreczka czakry seksualnej: do bawełnianego woreczka włóż karneol i kilka ziaren ryżu i noś go przy sobie.

W trzeciej czakrze, czakrze **splotu słonecznego**, zapisane są zadania karmiczne. Moc kundalini płynie do niej, aby aktywować różne uczucia. Splot słoneczny reprezentuje przede wszystkim karmę, podświadomość (wewnętrzne dziecko) i świat uczuć. Wewnętrzne dziecko tutaj żyje. Ta czakra jest żółtozielona. Ważne, aby pozostawała aktywna. Negatywny wpływ na nią mogą mieć problemy rodzinne lub problemy w związku. Również ucisk może powodować blokady. U osób duchowionych możliwe jest zablokowanie w niej uczuć na skutek stresu lub nadmiernego wysiłku. Gdy czakra ta funkcjonuje dobrze, naprawdę cieszysz się życiem i możesz odczuwać związek z całym światem. Gdy jest zamknięta, twoje uczucia są zablokowane i mogą u ciebie wystąpić objawy depresji. Obszar pępka ma duże znaczenie dla relacji z innymi ludźmi. W każdej relacji między dwiema osobami powstają więzy pomiędzy ich czakrami splotu słonecznego. Im silniejszy związek, tym mocniejsze i liczniejsze są te energetyczne więzy. Bardzo często jesienią lub zimą czakra ta ma obniżoną wydajność. Mówi się wtedy o zimowej depresji. Dusza cierpi. W takim przypadku nie pozostawaj sam ze swoim cierpieniem. Rozmawiaj z bliźnimi. Za pomocą kamieni szlachetnych możesz otworzyć tę czakrę: zdobądź bursztyn, tygrysie oko, kalcyt i szczyptę suszonej zielonej herbaty. Włóż wszystko do bawełnianego woreczka i noś go przy ciele.

W czwartej czakrze, **czakrze serca**, która reprezentuje środkową część ciała, przetwarzana jest energia. Czakra ta znajduje się w centrum klatki piersiowej. Serce można sobie wyobrazić jako swego rodzaju fabrykę, która pobiera lub wytwarza energię życiową. W nim zlokalizowane są najważniejsze duchowe energie. Ta czakra jest zielononiebieska. Jej zamknięcie sprawia, że nie potrafisz kochać i tracisz pieniądze. Czakra serca łączy energie



pochodzące z kosmosu i Ziemi i jest punktem, w którym te energie się mieszają. Osoba z zamkniętą czakrą praktycznie nie otrzymuje impulsów czy informacji z zewnątrz. Z kolei otwarte serce odbiera wszystkie potrzebne promienie. Czakra serca to miejsce serdeczności. W niej zmagazynowane jest wszystko, co dobre i złe. Nie bez kozery pytamy: „Co ci leży na sercu?”. Wszystkie nasze doświadczenia są zgromadzone właśnie tutaj. Jest to czakra, przez którą kochamy i żyjemy. Dziś zyskuje coraz bardziej na znaczeniu. Jej energia łączy nas z Matką Naturą, a gdy jest otwarta, możemy dostrzegać samą istotę innych ludzi. Pierwszą oznaką zamkniętego serca jest niewytłumaczalny smutek. Człowiek nie jest wówczas traktowany poważnie przez innych i staje się niepokorny, w związku z tym otwarcie tej czakry jest szczególnie ważne. Najłatwiej zrobić to przez bezwarunkową miłość dawaną innym lub od innych otrzymywaną. Dlatego staraj się co najmniej raz dziennie kogoś uszczęśliwić. Nie muszą to być drogie podarunki. Najlepszym prezentem jest poświęcenie uwagi. Dziękuj ludziom za ich obecność.

Bardzo często występuje krótkotrwałe zaburzenie działania tej czakry w wyniku stresu. Można je jednak usunąć za sprawą awenturyonu w połączeniu z jademitem lub malachitem i kilkoma ziarnami gorczycy. Włóż je razem do bawełnianego woreczka i noś go przy sobie. Sporządź również listę osób z twojego otoczenia i podziękuj im za to, że są tu dla ciebie. Zapisz po prostu ich imiona, a obok słowa wdzięczności za piękne godziny, które razem spędziliście. Następnie spal listę. Od czasu do czasu sprawiaj sobie prezenty. W ten sposób otworzysz swoje serce.

Czakra piąta (**czakra gardła**, zwana też czakrą krtani) to centrum komunikacji. Znajduje się na wysokości gardła. Jest jasnoniebieska. Czakra gardła odpowiada za kreatywność. U artystów,

autorów, nauczycieli i moderatorów prawie zawsze jest silnie rozwinięta. Stale współpracuje z czakrą sakralną. W obu tych czakrach zmagazynowane są nasze doświadczenia z inkarnacji, które nam przysłowiowo „uwięzły w gardle”. W czakrze gardła tkwi również nasz lęk – z tego życia, jak i z wielu poprzednich żyć. Każdy człowiek żywi jakieś obawy i to też jest ludzkie. Poprzez usunięcie blokad występujących w tej czakrze można przezwyciężyć stare lęki.

Jej nieprawidłowe działanie jest często powiązane z fizyczną chorobą tarczycy. W każdym przypadku powinien to zbadać lekarz. Gdy czakra ta jest zablokowana, brakuje nam poczucia własnej wartości albo mamy zbyt wiele dumy lub panicznego strachu. Pociąga to za sobą kompleksy, za mało osobistych przyjaźni lub nawet samotność, co może ranić duszę. Człowiek unika wtedy kontaktów z ludźmi i całkowicie się wycofuje. Krótkoterminowe zaburzenie działania czakry gardła może regularnie powracać. Da się temu jednak zaradzić za sprawą amazonitu w połączeniu z turkusem i garścią gryki. Włóż je razem do bawełnianego woreczka i noś go przy sobie. Również ćwiczenia językowe (mantry) szybko usuwają tego typu blokady. Przez pięć minut wypowiadaj mantrę om, om, om... Czakra szósta (**czakra czoła**) stanowi trzecie oko. Znajduje się na środku czoła, odrobinę ponad brwiami. Jej barwa sięga od indygo do fioletu. Jest to czakra jasnowidzenia. Przez nią możemy poznać i jasno czuć to, co ukryte. Otwarta czakra czoła może być bardzo pomocna na co dzień, ponieważ pozwala zaglądać do świata duchowego. Jest powiązana z intelektem, do którego należą fantazja, wyobrażenia i realia. Przez tę czakrę odczuwamy energie i działamy intuicyjnie. Jej zablokowanie sprawia, że jesteśmy zdezorientowani lub negatywnie nastawieni. Prowadzi to do zniekształcenia



rzeczywistości, na czym cierpi dusza. Trzecie oko można otworzyć przykładowo przez medytację. Również lapis lazuli, sodalit lub larimar są w stanie osiągnąć ten efekt. Wybierz jeden z tych kamieni i kładź go codziennie na dziesięć minut na środku czoła.

Czakra siódma (**czakra korony**) jest centrum naszej mądrości. Znajduje się na czaszce, na samym czubku głowy. Jej kolor sięga od fioletowego do białego. Ta czakra tworzy połączenie z wszechświatem i miejscem naszego pochodzenia. Może być zablokowana przez negatywne przeżycia w tym lub we wcześniejszym życiu. Wówczas kanał prowadzący w górę jest zamknięty. Usuwając blokady, można ponownie nawiązać kontakt z istotą boską. Czakra ta jest siedzibą uczuć i umysłu. Łączy człowieka z jego duchowością. Gdy jest zamknięta, nie zaznajemy naszej duchowości. Jesteśmy wówczas nastawieni zbyt materialistycznie, co z kolei może zranić duszę. W przypadku blokad w obszarze tej czakry nie potrafimy pojąć, co inni ludzie rozumieją przez określenie „duchowy”. Bardzo często dochodzi do krótkotrwałego zaburzenia działania tej czakry. Można temu jednak zaradzić, pracując z ametystem w połączeniu z kryształem górskim lub heliodorem i kilkoma ziarnami soczewicy. Włóż je razem do bawełnianego woreczka i noś go przy sobie.

Istnieją jeszcze ósma i dziewiąta czakra. Ósma służy świadomości ja, a dziewiąta – świadomości my. Obie znajdują się ok. 15-25 centymetrów nad właściwym centrum głowy i są utworzone ze światła. Wychodzący z nich słup światła przebiega środkiem ciała przez wszystkie czakry aż pod stopy.

Nasze czakry obracają się w prawo podczas pobierania energii i w lewo podczas jej oddawania. Oba kierunki obrotów są więc normalne. Każda czakra ma dokładnie określone duchowe i fizyczne obszary wykonywania swoich zadań. Zatkanie którejś

z nich skutkuje typowymi zaburzeniami i symptomami natury cielesnej lub duchowej. Większość ludzi widzi lub odczuwa czakry jako promieniujące, obracające się kręgi energii. Mają one jednak wielowymiarową strukturę wewnętrzną. Wzajemnie się odżywiają. Gdy działanie jednej z nich jest zaburzone, odbija się to na wszystkich pozostałych centrach. Czakry zdrowego człowieka są częściowo otwarte. Od około godziny 20 wszystkie całkowicie się otwierają i ponownie zamykają do połowy około godziny 5. Jednak jeśli tak nie jest i jedna z czakr zamknie się całkowicie, trzeba ją oczyścić i dostarczyć jej nową energię. Wykonaj w tym celu następujące ćwiczenie: potrzyj dłonie. One również uchodzą za czakry i są turkusowe; poza tym w dzisiejszych czasach z powodu nasilającego się oddziaływania energii Wenus są bardzo aktywne. Połóż dłonie na czakrze korzenia, przesuwaj je tam i z powrotem zgodnie i przeciwnie do ruchu wskazówek zegara, a następnie przejdź do kolejnej czakry. Wyobraź sobie, że do każdej czakry posyłasz światło. Turkusowe światło płynie do nich i wypełnia je. To ćwiczenie energetyczne usuwa blokady i otwiera czakry.

Teraz przedstawię oba wcześniej obiecane ćwiczenia, za pomocą których możesz nauczyć się odczuwać swoje czakry: połóż dłonie na obszarze którejś czakry i wyobraź sobie dowolny kolor, na przykład połóż dłonie na kości ogonowej i wyczuj jej jaśniejącą czerwoną lub pomarańczową barwę. Przejdź przez wszystkie czakry. Zamiast kolorów możesz wyobrażać sobie kwiaty, które powoli rozkwitają.

Aby nauczyć się odczuwać swoje centra energetyczne, możesz również wykonać następującą czynność: stań prosto i lekko rozstaw nogi. Złóż dłonie i trzymaj je przed sercem. Poruszaj dłońmi do przodu i do tyłu przed ciałem, nie dotykając go. Już po



dwóch minutach będziesz w stanie poczuć swoją czakrę serca. Zwracaj przy tym uwagę na pojawiające się emocje i odczucia.

W tej książce znajdziesz jeszcze wiele innych ćwiczeń na co dzień, które pomogą ci dopasować swój energetyczny kostium do nowych energii. Wypróbuj je – twoja dusza na tym skorzysta.

Teraz chcę jeszcze pokrótce omówić system czakr i aury, który jest nazywany również auralnym układem odpornościowym. Chroni on trzy nasze ciała (ciało, umysł i duszę) przed atakami i obciążeniami oraz reguluje gospodarkę energetyczną. Do tego systemu należą aura i czakry. Organizm człowieka składa się z widzialnego ciała i niewidzialnego ciała energetycznego. Aura jest swego rodzaju kokonem ochronnym, świecącym ciałem energetycznym, które przenika widzialne ciało fizyczne i wykracza poza nie. Aura i ciało fizyczne są ze sobą bardzo ściśle powiązane. Aura jest płaszczem energetycznym, który chroni trzy nasze ciała. Jest on połączony z organizmem i wpływa na jego witalność. Aura człowieka jest kształtowana już w łonie matki. Składa się z karmicznych energii rodziców i przodków. Energie te w nienarodzonym ciele są zmagazynowane w nerkach. Po narodzinach aura absorbuje kolejne energie z wszechświata (np. pranę), jak również różne energie z otoczenia. Do siódmego roku życia aura dziecka jest kształtowana przede wszystkim przez członków rodziny. Jest bardzo przepuszczalna. Od ósmego do piętnastego roku życia aura jest uszczelniana i zakotwiczana. Od szesnastego do dwudziestego trzeciego roku życia przetwarzamy nasze karmiczne wzorce, co kształtuje naszą aurę i coraz bardziej ją uszczelnia. Od dwudziestego czwartego roku życia aura jest całkowicie ukształtowana i wpływa na dalszy rozwój duszy i ciała.

Każdy człowiek jest inny. Jeden jest silniejszy fizycznie, inny jest większym intelektualistą. Każdy opanowuje swoje wrodzone

zdolności i wnosi do nich pewne impulsy. Nie można jednak otrzymać wszystkich impulsów lub zagadnień życiowych w trakcie jednej inkarnacji. Dlatego powinieneś zawsze kontaktować się z innymi ludźmi i pobierać brakujące impulsy. Gdy mówisz „sam poradzę sobie ze wszystkim” – przy czym sam nigdy nie będziesz miał wszystkich cech – niszczysz swoje ciało eteryczne i blokujesz swoją duszę. Naucz się więc przyjmować impulsy z zewnątrz. Pracuj nad swoim nastawieniem! Nie bądź zbyt dumny i przyjmuj niezbędną pomoc.

Ludzie zawsze dążą do zakończenia i ograniczają wszystko w umyśle. Z tego powodu pojawia się wiele problemów. Ludzkość stworzyła tysiące systemów i samą siebie skrzepowała. Ale końca nie ma. Świat jest nieskończony. Przyglądając się ścianie, nikt z nas nie pyta, jak ona pachnie lub smakuje. Człowiek widzi tylko aspekty materialne i koncentruje się jedynie na tym, czego może dotknąć. Łatwo przychodzi mu życie w klatce i budowanie sobie struktur. Wielu ludzi mówi: „To mój dom, mój partner i mój jacht...”. Jednak dla osoby na wysokim stopniu rozwoju istnieje tylko „moja Ziemia, mój kosmos i moja galaktyka”. Jeśli chcesz zachować swoją duszę w nienaruszonym stanie, staraj się myśleć, że cały świat należy do ciebie. Jesteś jego częścią. Nie ograniczaj się. Wszystko jest możliwe, także to, co wydaje ci się niemożliwe. W ten sposób rozszerzysz swoją duszę, wzmacnianą dodatkowo przez kosmiczne promieniowanie, które dostaje się do ciała przez ciemność i płynie dalej do trzeciego oka. Tam, w mózgu, częstotliwości są przetwarzane i przez czakrę gardła kierowane do serca.

Zranienia ciała fizycznego i astralnego powstają z różnych powodów. Jednak na każde zranienie wyrosło jakieś zioło. Poniższe porady pomogą ci w pielęgnacji twoich trzech ciał – organizmu, umysłu i duszy:



**Ciało fizyczne:**

Zranienia powstają na skutek potraw, środowiska i przemocy. Można je uleczyć za pomocą ziół, soli i wody.

**Dusza (ciało astralne lub eteryczne):**

Zranienia powstają na skutek emocji, karmy, niskich myśli i zawiści. Można je uleczyć za pomocą muzyki, zapachów, kolorów, mandali, miłości i kamieni szlachetnych.

**Umysł (ciało mentalne lub przyczynowe):**

Zranienia powstają przede wszystkim na skutek trosk i myśli. Można je uleczyć za pomocą edukacji, pozytywnych myśli, medytacji i nowych idei.

W Rosji każdy uzdrowiciel pracuje z solą, która uchodzi za niszczyciela negatywnych energii. W związku z tym chcę ci w tym miejscu przedstawić metodę wykorzystującą tę przyprawę, zaczerpniętą z systemu uzdrawiania Baby Walji: weź kilo drobnoziarnistej soli kuchennej. Podziel tę ilość na siedem części i wsyp je do siedmiu woreczków, które oznaczysz cyframi od jednego do siedmiu. Codziennie po trzy minuty nacieraj nimi każdą ze swoich siedmiu czakr (pierwszym woreczkiem pierwszą czakrę – podbrzusze, drugim woreczkiem drugą czakrę – obszar pępka itd.). Siódmy woreczek potrzymaj przez minutę nad głową, nie opróżniając go. Po siedmiu dniach wymieszaj ze sobą sól ze wszystkich woreczków i zakop ją.

Może się zdarzyć, że co jakiś czas do twojej duszy będą chciały przeniknąć obce energie. Aby temu zapobiec, powinieneś regularnie poddawać się oczyszczaniu. Hamuje ono utratę energii duszy. W tym celu polecam oczyszczanie z wykorzystaniem soli

i wody, które bazuje na pięciu żywiołach. Weź szklanekę i wypełnij ją w jednej trzeciej solą kuchenną (żywioł metalu) i w jednej trzeciej wodą (żywioł wody). Górna trzecia część szklanki pozostaje pusta (żywioł powietrza). Sama szklanka stanowi stop substancji i symbolizuje żywioł ognia. Postaw szklanekę na 30 dni w miejscu, w którym śpisz, a następnie ją wyrzuć. Zwróć uwagę na reakcję soli. Pracuje ona autonomicznie i wiąże negatywne energie. Jeśli we wnętrzu szklanki utworzy się wiele kryształów, wskazuje to na średnie obciążenie duszy. Jeśli szklanka pokryje się kryształami z zewnątrz, obciążenie jest dość silne. W takim przypadku powtórz ten proces jeszcze raz. Następnie wyrzuć szklanekę lub postaw ją na ziemi (żywioł ziemi).

Powyższe słowa pozwalają stwierdzić, jak potężna i ważna może być praca z energią. Dlatego staraj się codziennie robić coś dla swojej duszy!

Jak wyobrażasz sobie swoją duszę? Gdzie jest jej siedziba? Co odróżnia duszę od umysłu? Postaram się wytłumaczyć ci te zagadnienia obrazowo: dusza jest materią energetyczną, sumą wszystkich doświadczeń zebranych w trakcie różnych wcieleń. Jest bardzo duża i wszędzie rozproszona, nie ma stałej formy – może ją nawet zmieniać. Tylko część z niej jest zakotwiczona w ciele.

Umysł tworzy nieśmiertelny rdzeń duszy. On w niej jest. Także nie ma stałej formy i zmienia się z dnia na dzień. Umysł, który tworzy duszę, jest zakotwiczony w mózgu. Wciąż się inkarnuje, w zależności od zagadnienia, w tym lub innym miejscu. Możesz go sobie wyobrazić jako substancję ognia. Co rusz pojawia się i musi wykonywać określone zadania. Tak więc przybyłeś na tę Ziemię i wykonywałeś życie po życiu konkretne zadania. Płodziłeś dzieci, kierowałeś ludźmi, buntowałeś się, wypełniając w ten sposób luki informacyjne duszy. Umysł jest nieśmiertelny.



Dusza jest mieszanką doświadczeń z poprzednich żyć, informacji, które zgromadził umysł. Wiele emocji jest w niej zakotwiczonych. Dusza przylega do świętego rdzenia, dlatego możesz ją sobie wyobrazić jako płaszcz dla umysłu. Jednak znajduje się ona nie tylko w ciele, ale również wokół niego. Jest wszędzie. Niektórym ciężko to sobie wyobrazić, a kilkoro z nich teraz pomyśli: „Jak to, wszędzie?”.

Zadaj sobie następujące pytanie: „Gdzie kończy się wszechświat?”. Trudno znaleźć odpowiedź? Nigdzie! Tego nie jesteśmy w stanie sobie wyobrazić, ponieważ ludzie zawsze muszą mieć granicę. Ale nie wszystko ją ma. Dusza nie przychodzi po raz pierwszy na tę Ziemię. Ona również jest nieśmiertelna. Umysł i dusza są nierozłączne i tworzą jedność. Podczas twoich narodzin zajęły one ciało (twój organizm).

Masz więc trzy ciała, które są ze sobą stopione i komunikują się z Matką Naturą. Masz pewną ilość energii określaną jako dusza i tak zwany umysł. Te trzy ciała – trzy światy człowieka – stanowią temat naszych rozważań.

### **1 – Ciało fizyczne (organizm)**

Tego ciała możesz dotknąć, poczuć je, zobaczyć, troszczyć się o nie. Robisz to codziennie. Twoje pierwsze ciało jest szczelne i składa się z komórek. Jest najbardziej powolne ze wszystkich i działa w swoim własnym tempie. Bardzo ociężale reaguje na różne akcje, np. na sport. Bóle przychodzą dopiero jeden lub dwa dni później, ponieważ reakcja ciała ma właśnie taki rytm – wynosi od kilku godzin do kilku dni. Organizm ma ograniczoną objętość i stanowi zamknięty system. Potrzebuje pożywienia i pracuje poprzez organy wewnętrzne. Ciało fizyczne ma trzy centra, które je regulują: obszar kości ogonowej, podbrzusze i splot słoneczny. Dolne czakry

nasycają się przez energię z pożywienia i energię seksualną. Zatem kto nie uprawia seksu, automatycznie próbuje wyrównać ten deficyt jedzeniem. Jeśli energia z dolnych czakr nie płynie, reaguje splot słoneczny. Należy on do obszarów karmicznych, w których zmagazynowane są energie i doświadczenia z poprzednich żyć.

## **2 – Dusza**

Możesz ją czuć i myśleć o niej. W niej zakotwiczone są wszystkie twoje uczucia. Określa się ją jako astralne lub eteryczne ciało, które jest odrobinę szybsze niż ciało fizyczne. Znajduje się w innym rytmie. Do niego należą emocje, barwy, fale i dźwięki. W duszy spoczywa wiele doświadczeń. Ta pamięć znajduje się z tyłu głowy. W przypadku bólów głowy od czasu do czasu daje o sobie znać. Przykład: ktoś cię obraził i się złościś. Jednak po kilku godzinach złość mija, ponieważ szybko radzisz sobie ze swoimi uczuciami. Czas reakcji ciała eterycznego wynosi od kilku minut do kilku godzin. Dusza jest więc szybsza niż ciało fizyczne.

## **3 – Umysł**

Umysłu nie możesz widzieć ani czuć, a mimo to on istnieje. Składa się z nieśmiertelnej substancji zwanej plazmą. Gdy twój umysł przychodzi na Ziemię, przyciąga do siebie pewne cząstki (cząstki duszy), które pochodzą z rozwoju poprzednich żyć twojego jęstwa. W ten sposób formuje się dusza. Umysł jest bardzo szybki i pozwala ci działać błyskawicznie. Do niego należą twoje myśli i idee, które są szybsze niż światło. To ciało reaguje natychmiast. Umysł tkwi więc w duszy jak palec w pierścieniu. Ciało eteryczne (dusza) powiązane z ciałem mentalnym i przyczynowym (umysłem) zmienia swą objętość i stanowi otwarty system. Jego pożywieniem są kolory, fale, dźwięki, miłość i wiedza.



Duszę i umysł łącznie można określić jako „ciało duchowe”. Jest ono połączone z naszymi czakrami, które z kolei są energetycznie powiązane z narządami. Gdy ciało duchowe jest wyczerpane, często odczuwasz dolegliwości żołądkowo-jelitowe. W takim przypadku powinieneś uleczyć swoje ciało duchowe. Następną oznaką niedoboru energii są choroby nerek i dróg moczowych. Te organy wskazują na dysharmonię eteru. Gardło jest kolejnym miejscem, poprzez które duchowe ciało może dać o sobie znać, ponieważ stale się komunikuje z ciałem fizycznym.

Wniosek: trzy ciała są ze sobą powiązane poprzez czakry. Gdy dusza nie zostaje usłyszana, natychmiast krzyczy fizyczne ciało. Gdy ignorowany jest umysł, ono również krzyczy. A gdy zaniedbywany jest fizyczny organizm, umysł i dusza wrzeszczą równocześnie. Ciało fizyczne jest ubraniem duszy, a dusza jest ubraniem umysłu, i wszystko jest jednym. Czakry i aura są powiązane ze wszystkimi trzema ciałami. Gdy zrozumiesz ten system, zauważysz, jak odmienia się twój byt. Dostrzeżesz pewne aspekty, których dotychczas nie widziałeś. Dzięki temu będziesz postrzegał rzeczywistość w nowy sposób i zmienisz swoje nastawienie do świata materialnego.

Jednak aby móc pracować z energią dla dobra swoich trzech ciał, musisz znać energetyczne procesy. Tylko wtedy możliwy będzie dalszy rozwój. Ciało duchowe jest zawsze mądrzejsze niż fizyczne, ponieważ wie wszystko i może sobie przypomnieć wszystkie poprzednie życia. Ciało fizyczne natomiast wcale tego nie chce ani nie potrafi! Ono nie wierzy w zmiany. Każde ciało duchowe ma swój własny rytm, nietrwałą formę i zmienną treść. Natomiast ciało fizyczne ma tylko jedną formę. Duchowe ciało wie zatem więcej niż ciało fizyczne.

Wszystkie trzy ciała potrzebują pożywienia. Fizyczne ciało odżywia się światłem, ciepłem, żywnością i napojami.

Z kolei ciało eteryczne (dusza) odżywia się emocjami, światłem, ciepłem i miłością. Bez miłości dusza doznaje traumy. To uczucie jest jej jedynym pożywieniem. Natura miłości jest tak różnorodna jak potrawy: istnieje miłość do samego siebie, miłość do ludzi – dzieci, partnera, rodziców – jak również miłość wszechogarniająca.

Umysł odżywia się ideami, wiedzą i wykształceniem. Bez wiedzy się nie rozwija. Ale odżywia go również kosmiczne promieniowanie. To pożywienie dostaje się przez czakry (centra energii) do wszystkich trzech ciał. Wpływa do aury i jest rozprowadzane po duszy i umyśle. Również pokarm, który dosłownie zjadamy, dostarcza energię do naszego fizycznego ciała, gdzie jest ona uwalniana w procesie trawienia. Wpływa do dróg energii (meridianów), a następnie czakr. Wyżej wymienione „produkty żywnościowe” zmieniają nasze myśli, energetykę i komórki. Nazywa się to transformacją.

Energie są przetwarzane przede wszystkim przez serce. Czakra serca to czakra miłości i najważniejsza czakra na poziomie ciała. Wygląda jak kolba. Miłość (mieszanka energii) stanowi jej zawartość. Jest substancją, która ma zalewać nasze otoczenie. Wraz z narodzinami poznajemy swoje fizyczne ciało. Struktury w ciele eterycznym uświadamiamy sobie dopiero później. Ważne, że w ogóle je sobie uświadamiamy. Moment, w którym to się wydarzy, nie ma większego znaczenia, ponieważ czas jest tylko naszym odczuciem.

Na zakończenie tego wprowadzenia w tajemnicę duszy mam dla ciebie jeszcze ćwiczenie z nią związane: zamknij oczy. Wyobraź sobie świeżo zerwany kwiat, który upuszczasz z góry do swojej aury. Przypatrz się temu spadającemu kwiatu. Narysuj



go na kartce i zinterpretuj ilustrację: jeśli kwiat jest przechylony w lewo lub w prawo, jesteś racjonalistą. Czy kwiat ma kolce? Jeśli tak, występują duchowe blokady. Liczba liści i ich pozycja na łodydze wskazują, jak wielu trudnościom musiałeś stawić czoła. Im niżej na łodydze, tym bardziej odległe w czasie są te wydarzenia. Korzeń (jeśli jest) pokazuje, jak pewnie stoisz w realnym życiu. Jeśli nie narysowałeś korzeni, jesteś raczej elastyczny. Jednak nieliczne korzenie oznaczają również chwiejność. Kwiat wskazuje, w zależności od stopnia otwarcia, jak wiele swojego potencjału obecnie wykorzystujesz. Im bardziej zamknięty kwiat, tym mniej go wykorzystywałeś. W takim przypadku próbuj rozwijać się za sprawą nowej wiedzy.

A oto jeszcze jedno ćwiczenie z kwiatem: usiądź naprzeciwko jakiejś osoby i zamknij oczy. Postaraj się skoncentrować na tej osobie i wczuć się w nią. Zajrzyj do jej czakry serca i wyobraź sobie piękny kwiat. Gdy go zobaczysz, kontynuuj ćwiczenie. Niektórzy ludzie są w stanie widzieć kwiat bardzo wyraźnie, inni być może ledwie go dostrzegają. Dokładnie przyjrzyj się temu kwiatu. Postaraj się poczuć, jak on pachnie. Następnie odpowiedz na poniższe pytania:

- ☞ Jak wygląda kwiat?
- ☞ Czy jest zamknięty, otwarty, czy też właśnie się otwiera na twoich oczach?
- ☞ Czy jest skierowany do góry, czy też zwisa w dół?
- ☞ Czy ma liście?
- ☞ Jakiego koloru są te liście?
- ☞ Czy ma więcej drobnych kwiatuszków?
- ☞ Czy ma łodygę? Jak ona wygląda?
- ☞ Jakie jest podłoże: grząskie czy suche? Czy w ogóle jest jakieś podłoże?

Prześledź kwiat okiem swojego umysłu w dół aż do korzenia. Postaraj się mu przyjrzeć. Czy ten korzeń otrzymuje wystarczająco dużo wody?

- ☞ Czy ziemia jest sucha czy mokra?
- ☞ Czy widzisz też otoczenie kwiatu? Jakie ono jest?

A oto znaczenie poszczególnych obrazów:

- ☞ Kwiat symbolizuje zadania duszy danego człowieka.
- ☞ W zależności od stanu kwiatu możesz zobaczyć, jak silnie są one rozwinięte.
- ☞ Jak działa na ciebie zapach kwiatu: jest przyjemny czy raczej nieprzyjemny? Zapach mówi, czy zadania „smakują” danej osobie.
- ☞ Liście oznaczają zadania, które człowiek już zrealizował.
- ☞ Łodyga oznacza drogę życia: jest prosta czy krzywa, wykręcona czy złamana?
- ☞ Korzeń oznacza powiązanie z rzeczywistością. Liczne korzenie pokazują, że człowiek poznał swoją rzeczywistość.
- ☞ Podłoże symbolizuje warunki początkowe twojego życia (karma rodzinna).
- ☞ Otoczenie dostarcza informacji o karmicznych ludziach w pobliżu, o okolicznościach, blokadach lub pomocy.
- ☞ Odebrane obrazy umożliwiają przeprowadzenie bardzo głębokiej analizy. W trakcie tego ćwiczenia można również zadać pytania, np. „Czy nowy partner jest dobry dla tej osoby?”. Jak teraz wygląda kwiat? Może się zmienić?





## MIŁOŚĆ JAKO POKARM DLA DUSZY

*Wystarczy obdarzyć chorobę miłością!*  
przysłowie

Jak mówi przysłowie: „Miłość jest jedyną rzeczą, jaką Bóg i diabeł stworzyli razem! Nie ma przy tym znaczenia, co rozumiemy przez słowo »Bóg« czy »diabeł«”. Miłość łamie i ożywia serca. Tylko ona skłania cię do tego, byś postępował tak, jak bez niej nigdy byś nie postępował. Wielu ludzi umiera z miłości, a mimo to jest ona jedynym, co trzyma cię przy życiu. Jest tak piękna, że nikt nie może bez niej żyć. Dlatego jak najczęściej mów swoim bliźnim, że ich kochasz, ponieważ przyjdzie taki dzień, w którym może być na to za późno.

Ludzie są przyzwyczajeni do bycia zdrowymi i zwracają uwagę na ciało dopiero wtedy, gdy zachoruje. Dokładnie to samo dzieje się z ludzką duszą. Mało kto może cieszyć się harmonią między ciałem a duszą. W naszym życiu jest zbyt wiele rzeczy, które nie mają żadnego znaczenia dla wzrostu duszy. Albo patrzymy na nasze ciała, które pielęgnujemy i kochamy, zapominając przy tym o naszych duszach, albo patrzymy na nasze dusze i zapominamy o naszych ciałach. Jednak razem stanowią jedność. Człowiek od samego początku powinien kochać swoje ciało i strzec go, ponieważ jest ono domem jego duszy. Gdy kochamy nasze ciała, zachowujemy zdrowie. Poświęćmy im więcej czasu, a będziemy zadziwieni. Jeśli pracujemy fizycznie, powinniśmy również zrobić coś dla naszej duszy. Dalszy rozwój zawsze jest dla niej istotny.

Jeśli pracujemy w głównej mierze duchowo, stale zwracajmy uwagę na wystarczającą ilość ruchu. Człowiek przeważnie rodzi się zdrowy. Bycie zdrowym to naturalny stan istoty żywej. Dlatego powinniśmy też zachować zdrowie. Życie nie potrzebuje zachorowań. Jesteśmy jednak konfrontowani z własnymi chorobami lub chorobami innych ludzi. Ciało nie pragnie dla człowieka niczego złego, zatem każdy ból jest tylko jego działaniem mającym na celu coś w sobie zniwelować. Ciało daje o sobie znać, gdy dusza została przeoczona lub zignorowana. Tym samym każda choroba jest oznaką powrotu do zdrowia. Lub ujmijmy to w ten sposób: zaburzenie jest działaniem równoważącym. Choroby są potrzebne, aby utrzymać stosunek równowagi na ziemi. Ludzkie ciało jest jak komputer: zostało wstępnie zaprogramowane na harmonijne funkcjonowanie. Jeśli takie funkcjonowanie nie zostanie utrzymane (jak w przypadku wirusa komputerowego), np. przez stare wzorce, włączają się określone geny. Zawierają one różne wzory zaburzeń, które chcą usunąć wirusa. W takim momencie komputer trzeba zrestartować.

Nasza dusza składa się z „komórek energii”. W środowisku szamanów są one określane jako cząstki duszy. W wyniku nierównowagi cząstki te szybko zanikają. Za pomocą różnych technik można je jednak przywrócić. Oto ćwiczenie, by tego dokonać: połóż się wygodnie. Przez dziesięć minut koncentruj się na swoim sercu i staraj się zrównoważyć energie za sprawą myśli. Widzisz harmonię lub zielone łąki i piękne plaże. Wdychaj i wydychaj głęboko. Poproś wszystkie blokady, aby cię opuściły. Lęki, stłumione uczucia i agresje opuszczają teraz twoje ciało. W wyniku harmonizacji duszy również twoja aura zostaje naprawiona. Jest jasna i okrągła. Teraz wyobraź sobie, że wokół ciebie unosi się kilka punkcików światła. Zaprosz je do swojego ciała. Są to