

pod redakcją  
*Cyndi Dale*

# CZAKRA SPLOTU SŁONECZNEGO



**Połącz się z centrum wewnętrznej mocy  
dzięki medytacjom, afirmacjom, wizualizacjom,  
pozycjom jogi, diecie i uzdrawiającym mantrom  
dopasowanym do trzeciej czakry**



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

# **CZAKRA SPLOTU SŁONECZNEGO**

pod redakcją  
*Cyndi Dale*

# CZAKRA SPLOTU SŁONECZNEGO



**Połącz się z centrum wewnętrznej mocy  
dzięki medytacjom, afirmacjom, wizualizacjom,  
pozycjom jogi, diecie i uzdrawiającym mantrom  
dopasowanym do trzeciej czakry**



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

REDAKCJA: Magdalena Kuźmiuk  
SKŁAD: Krzysztof Nierodziński  
PROJEKT OKŁADKI: Krzysztof Nierodziński  
TŁUMACZENIE: Anna Jurga

Wydanie I  
Białystok 2025  
ISBN 978-83-8301-804-1

Tytuł oryginału: *Solar Plexus Chakra: Your Third Energy Center Simplified and Applied*

“Translated from”  
Solar Plexus Chakra:  
Your Third Energy Centre Simplified and Applied  
Copyright © 2024 Cyndi Dale  
Published by Llewellyn Publications  
Woodbury, MN 55125 USA  
[www.llewellyn.com](http://www.llewellyn.com)

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2024  
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Bez uprzedniej pisemnej zgody wydawcy żadna część tej książki nie może być powielana w jakimkolwiek procesie mechanicznym, fotograficznym lub elektronicznym ani w formie nagrania fonograficznego. Nie może też być przechowywana w systemie wyszukiwania, przesyłana lub w inny sposób kopiowana do użytku publicznego lub prywatnego – w inny sposób niż „dozwolony użytek” obejmujący krótkie cytaty zawarte w artykułach i recenzjach.



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

Informacje zawarte w tej książce nie są przeznaczone do diagnozowania ani leczenia dolegliwości medycznych, emocjonalnych czy behawioralnych. W przypadku problemów medycznych, behawioralnych lub innych, wymagających jakiegokolwiek terapii, należy skonsultować się z lekarzem.

Autorzy ani wydawnictwo nie ponoszą odpowiedzialności za jakiegokolwiek dolegliwości wymagające specjalistycznej pomocy. Zachęcamy do konsultacji z lekarzem w razie wszelkich pytań dotyczących stosowania lub skuteczności technik i porad przedstawionych w tej książce. Materiały źródłowe zawarte w poniższej publikacji są zaprezentowane wyłącznie w celach informacyjnych i nie są wyrazem ich propagowania.

Tożsamość osób przedstawionych we wszystkich omówionych poniżej studiach przypadków została zmieniona w celu zachowania ich anonimowości. Jakiegokolwiek podobieństwo do osób rzeczywistych, żyjących lub zmarłych jest przypadkowe.



Cyndi Dale to znana na świecie autorka, prelegentka i uzdrowicielka. Napisała ponad trzydzieści książek, w tym bestsellery, takie jak *Biblia energetycznej anatomii człowieka* i *Czakry dla zaawansowanych*. W ramach swojej działalności oferuje roczny program Essential Energy pomagający ludziom rozwijać naturalne intuicyjne i uzdrawiające zdolności. Cyndi Dale prowadzi również intensywne kursy za pośrednictwem The Shift Network. Odwiedź jej stronę [CyndiDale.com](http://CyndiDale.com).

# SPIS TREŚCI

<i>Lista ćwiczeń</i> . . . . .	9
<i>Wprowadzenie</i> . . . . .	13

## CZĘŚĆ 1: TRZECIA CZAKRA - FUNDAMENTY TEORII [26]

<b>1:</b> Podstawy . . . . .	31
<b>2:</b> Aspekt fizyczny . . . . .	69
<b>3:</b> O psyche i duszy . . . . .	81

## CZĘŚĆ 2: TRZECIA CZAKRA - TEORIA W PRAKTYCE [104]

<b>4:</b> Duchowi sprzymierzeńcy . . . . .	109
MARGARET ANN LEMBO	
<b>5:</b> Joga . . . . .	127
AMANDA HUGGINS	

<b>6:</b> Mądrość ciała . . . . .	143
<b>LINDSAY FAUNTLEROY</b>	
<b>7:</b> Samoleczenie i uziemienie . . . . .	161
<b>AMELIA VOGLER</b>	
<b>8:</b> Medytacja . . . . .	175
<b>AMANDA HUGGINS</b>	
<b>9:</b> Uzdrawiające wibracje . . . . .	189
<b>JO-ANNE BROWN</b>	
<b>10:</b> Kryształy, minerały i kamienie . . . . .	207
<b>MARGARET ANN LEMBO</b>	
<b>11:</b> Uzdrawianie mantrą . . . . .	221
<b>BLAKE TEDDER</b>	
<b>12:</b> Kolory i kształty . . . . .	237
<b>GINA NICOLE</b>	
<b>13:</b> Przepisy kulinarne . . . . .	253
Część 1: <b>ANTHONY J. W. BENSON</b>	
Część 2: <b>SUSAN WEIS-BOHLEN</b>	
<i>Zakończenie</i> . . . . .	271
<i>O Autorach</i> . . . . .	275



# ĆWICZENIA

Dźwięk wszechświata	
z biją czakry splotu słonecznego . . . . .	43
Bądź czerwony jak żywioł ognia . . . . .	51
Połącz się ze swoim	
witalnym oddechem . . . . .	56
Rozpalenie i ukojenie kundalini	
w trzeciej czakrze . . . . .	63
Nawiązanie połączenia	
poprzez splot słoneczny . . . . .	91
Przymierz archetypy	
swojej trzeciej czakry . . . . .	95
Empatia mentalna:	
jak interpretować wgląd . . . . .	100
Ustalenie intencji trzeciej czakry . . . . .	108
Oddychanie kapalabhati . . . . .	129
Pełna sekwencja pozycji jogi	
aktywująca trzecią czakrę . . . . .	134
Akupresura dla dynamicznych	
portali energii . . . . .	145

Wysłuchaj się w ciało	
poprzez swoje wewnętrzne słońce . . . . .	149
Zaczerpnij oddech lwa . . . . .	151
W jednej drużynie z mniszkiem	
i ze słonecznikiem . . . . .	152
Mudra hakini – wersja dla słonecznika . . . . .	157
Równoważenie trzeciej czakry	
i jej pola aury . . . . .	164
Oczyszczenie spłotu słonecznego	
podczas spaceru w słońcu . . . . .	166
Uziemienie w integralności swojej istoty:	
afirmacja spłotu słonecznego . . . . .	170
Uwolnienie gniewu	
i dostąpienie do siły woli . . . . .	172
Oczyszczenie, otwarcie	
i naładowanie trzeciej czakry . . . . .	178
Zatwierdzenie własnej siły	
i poczucia zaufania . . . . .	182
Medytacja słonecznego dnia	
i połączenie z własną siłą . . . . .	185
Dźwięki uzdrawiające	
czakrę spłotu słonecznego . . . . .	203
Stwórz własne remedium wibracyjne	
dla trzeciej czakry . . . . .	204

Kamienie wspomagające pewność siebie, jasność umysłową i trawienie . . . . .	218
Zacznij skromnie od esencji . . . . .	227
Praca z tradycyjną mantrą . . . . .	229
Intuicyjnie określ własną mantrę . . . . .	232
Synchronizacja z aktywowanym ogniem . . . . .	243
Aktywacja siły i uwolnienie lęku . . . . .	244

# WPROWADZENIE

Wyobraź sobie, że patrzysz prosto w słońce. Jest jasne i błyszczący jaskrawą śmiałością. Świat wygląda tak, jakby za moment miał eksplodować i rozprysnąć się na tysiące drobinek światła. To, jak ta jasność promieniuje migoczącymi, rozpalonymi klejnotami, jest wizerunkiem wszechświata – oraz twoim – widzianym przez pryzmat twojej trzeciej czakry. Odnoszę się do tej czakry, używając następującego kodu: „klejnot ognia”.

Termin ten łączy w sobie wiele innych nazw trzeciej czakry. Przypomnę, że czakry są definiowane jako centra subtelnej energii zarządzające niemal każdym aspektem naszego życia.

Trzecia czakra leży w okolicy brzucha, dlatego jest nazywana czakrą splotu słonecznego lub pępka. „Słoneczny” to bardzo trafna etykieta dla czakry klejnotu ognia, ponieważ jej pierwotna nazwa pochodzi z sanskrytu – kolebki większości tradycyjnej wiedzy o czakrach – to *manipura*. Termin ten oznacza „świejące słońce” lub „lśniący klejnot”, co jest

na ogół wszystkim tym, co ta czakra – żółte słońce (jakżeby inaczej) – reprezentuje. Kiedy to centrum energii jest zdrowe, promieniuje twoim prawdziwym ja na cały świat i wytwarza osłepiającą gamę dodatkowych korzyści, w tym doczesny sukces, pocieszające myśli, dostęp do wrodzonej inteligencji, zdolność do świadomego dążenia do celu, zdrowe procesy trawienne i wiele innych.

Na szczęście to trzecie centrum subtelnej energii jest tematem tej książki – trzeciej pozycji z ośmiotomowej serii o czakrach.

Wzorem każdej dobrej fabuły ta krótka seria o czakrach została zapoczątkowana książką skupiającą się na pierwszym centrum energii zwanym *muladhara*, czakrą korzenia lub podstawy. Ta pierwsza czakra znajduje się w okolicy bioder, błyszczący czerwonym światłem i jest naładowana mocą wspomagającą zdrowie fizyczne oraz zapewniającą bezpieczne życie. Tuż nad nią, w podbrzuszu, leży druga czakra – *svadhisthana*, czyli sakralna. Ma elegancką pomarańczową barwę i służy kreatywności oraz emocjom za różdżkę do dywinacji. Każda kolejna książka z serii dołoży inną barwę do kolekcji czakr, aż do ostatniego, ósmego tomu omawiającego czakry

znajdujące się poza obrębem ciała fizycznego zwane nadzwyczajnymi. (Więcej na ten temat przeczytasz w kolejnych sekcjach o wyjątkowych czakrach).

To, czy przeczytasz tę czy inną książkę z serii jako pierwszą, nie ma znaczenia – każda jest wszechświatem sama w sobie, ponieważ każda z twoich czakr jest światem sama w sobie.

Dla kontekstu należy zwrócić uwagę, iż każda istota ludzka (głównie żywa) ma siedem czakr zakotwiczonych w centralnym układzie nerwowym składającym się z rdzenia kręgowego biegnącego wzdłuż kręgosłupa i połączonego z mózgiem. Kolejność rozpoczyna się pierwszą czakrą (leżącą u podstawy kręgosłupa) i pnie się w górę do siódmej czakry (przy czubku głowy). Na ogół czakry są kanałami wszelkich aktywności życiowych, łączącymi również umysł, ciało i duszę. Istnieje pewien bardzo specyficzny rodzaj duchowej materii zwany *kundalini*. Wznosi się ona z pierwszej czakry i płynie w górę wraz z pozostałymi centrami energii oraz połączonymi z nimi nerwami. Ta boska energia zapewnia lepsze zdrowie i zbliża nas do oświecenia. Czakra splotu słonecznego zawiera trzeci etap procesu

przebudzenia się kundalini, co zostanie niebawem omówione w pierwszej części książki.

Bez względu na to, czy ta elektrycznie naładowana i uświęcona „potęga węża” – jak często określa się kundalini – już wije się przez twoje ciało czy jeszcze czeka na rozbudzenie, twoja trzecia czakra jest bardzo ważną wyspą operacyjną. Na podstawowych poziomach czakra klejnotu ognia to centrum trawienia zarówno fizycznego, jak i mentalnego. Spieszę z wyjaśnieniem.

W głębi wirującego kotła manipury mieści się większość twoich narządów układu pokarmowego. Mają tam swoją siedzibę również liczne funkcje neurologiczne i immunologiczne. Organizm korzysta z procesów trzeciej czakry do podziału i wchłaniania składników odżywczych, a także do sortowania i przechowywania pomysłów. Na ogół wierzenia i przekonania – zarówno te korzystne, jak i szkodliwe czy też neutralne – są katalogowane i użytkowane w obrębie trzeciej czakry. Te programy w dużej mierze wpływają na określanie twojego poczucia wartości tudzież jego braku, co stanowi fundament siły na płaszczyźnie zarówno prywatnej, jak i zawodowej. Niedziwne zatem, że innym

terminem stosowanym do określania trzeciej czakry jest „mózg ciała”. Poprzez pracę z teorią i praktyką przedstawionymi w tej książce polepszysz nie tylko cielesne funkcje swojej trzeciej czakry, lecz również swoją zdolność inteligentnej finalizacji najbardziej cennych życiowych przedsięwzięć.

Termin *czakra* zawdzięczamy starożytnym Hindusom. Pierwotnym językiem, jakim posługiwano się w dolinie Indusu, był sanskryt, z którego pochodzi słowo *czakra*. Oznacza ono „wirujący krąg światła”. Czakry to światło – światło jedności zawartej w nas oraz jedności z „Duchem” lub innym bytem w zależności od tego, jaką nazwę stosujesz do określania wyższej świadomości. Ten koncept jest obecny nie tylko w hinduizmie. Wiele innych kultur, w tym czirokeska, hopijska, hebrajska, majańska, aztecka, berberyjska oraz kemetyzm, mówią o centrach energii podobnych do czakr oraz o dodatkowych (choć niewidzialnych) strukturach jako środkach do ucieleśniania żywej energii miłości.

Chciałabym w tym miejscu zwrócić uwagę, że czakry są przede wszystkim centrami energii. Energia to informacje, które się przemieszczają, przy czym mistrzowie duchowi od zawsze podkreślają,



że człowiek (i wszystko inne) składa się z energii. To ekscytujące, że współczesna nauka się z tym zgadza. Najlepszym sposobem zobrazowania energetycznego działania czakr jest wyobrażenie sobie ich jako komputerów wzajemnie połączonych jedynie siecią. Wewnętrzne oprogramowanie każdej czakry daje dostęp do zasobów jej pamięci i zezwala mózgowi na odszyfrowanie zachodzących tam procesów. Różniamy dwa rodzaje energii i ten podział tłumaczy wagę nauki o czakrach oraz interakcji z nimi.

Fizyczna energia tworzy to, co mierzalne w naszym świecie. W obrębie ciała te konkretne energie są zarządzane fizycznymi narządami, kanałami i polami. Tymczasem ponad 99,999 procent każdego przedmiotu, w tym twojego ciała, składa się z subtelnej energii\*. Oczywiście komunikacja z naszymi fizycznymi strukturami oraz usprawnianie ich funkcjonowania są bardzo ważne, lecz prawda jest taka, że te układy są w dużej mierze organizowane przez subtelne energie i odpowiadające im struktury.

---

\* Ali Sundermier, „99.9999999% of Your Body Is Empty Space”, *ScienceAlert*, 23 września 2016, <https://www.sciencealert.com/99-9999999-of-your-body-is-empty-space>.

Istnieją trzy główne struktury zarządzające zarówno subtelnymi, jak i licznymi fizycznymi energiami. Przede wszystkim są to czakry, które wobec fizycznych narządów funkcjonują jak szefowie. Ponadto są też subtelne kanały i pola, które tworzą pozostałe dwa układy w obrębie anatomii subtelnej energii często nazywanej subtelnym ciałem.

To całkiem sporo informacji na początek. Niemniej ze względu na to, iż zrozumienie trzeciej czakry nakłada się na wiedzę dotyczącą subtelnych kanałów i pól, zamierzam kontynuować tę naszą lekcję o subtelnej anatomii przez kilka kolejnych akapitów.

Rozróżnia się dwa główne rodzaje subtelnych kanałów. Są to meridiany i nadi.

Meridiany przenikają przez tkankę łączną i transportują subtelne energie w całym ciele. Termin *meridian* wywodzi się z Tradycyjnej Medycyny Chińskiej, chociaż kanały te występują również w innych tradycjach na całym świecie. Z kolei korzeni słowa *nadi* można doszukać się w języku hindi. Te kanały są odpowiednikami nerwów. Znaczna część tysięcy nadi, tak jak meridiany, bezpośrednio reaguje z siedmioma czakrami ciała.



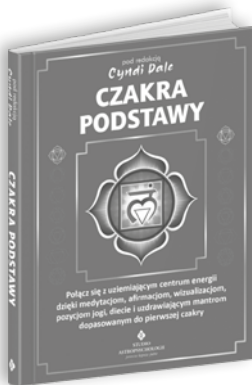
ŚWIATOWE BESTSELLERY DLA CIEBIE – SPRAWDŹ:



[www.studioastro.pl](http://www.studioastro.pl)

## CZAKRA PODSTAWY

pod redakcją Cyndi Dale



Interesujesz się medycyną naturalną, terapiami holistycznymi, a może odkrywasz tajemnice czakr? Chciałbyś zgłębić techniki uzdrawiające związane właśnie z centrami energii? Co powiesz na wyjątkową serię książek o każdej z czakr? Dzięki pierwszemu tomowi serii odkryjesz potencjał pierwszej czakry, czyli czakry korzenia lub inaczej – podstawy. Autorzy przygotowali afirmacje, medytacje, wizualizacje, mantry, pozycje jogi, a nawet dietę, które pozwolą ci nie tylko odblokować, ale też zrównoważyć czakrę podstawy. A to będzie kluczem do rozwoju w każdej sferze twojego życia. Praca z czakra podstawy pozwala czerpać energię Ziemi, rozwijać się fizycznie, zwiększyć bogactwo materialne i stworzyć solidny fundament dla dobrego samopoczucia. Samouzdrawianie z uziemiającą czakrą podstawy.

**ZAMÓW JUŻ TERAZ**  **TO TAKIE PROSTE**

[www.talizman.pl](http://www.talizman.pl) tel. 85 654 78 35



## CZAKRA SAKRALNA

pod redakcją Cyndi Dale



Czakra sakralna to klucz do emocji, kreatywności i życia intymnego. Poznaj tajemnice czakry sakralnej i sposoby jej odblokowania z drugim tomem serii *Uzdrawiające czakry*. Praca nad tą czakrą pozwoli ci uwolnić stare wzorce emocjonalne, prowadząc do samouzdrawiania i spełnienia. Aktywacja czakry wymaga holistycznego podejścia i zastosowania technik uzdrawiających, które obejmują medytacje, jogę i techniki oddechowe. Z pomocą przychodzą Autorzy tej książki, specjaliści terapii holistycznych. Odkryj medytacje dla na czakry sakralnej, które pomogą ci przywrócić równowagę emocjonalną. Joga wzmocni połączenie z ciałem. Poznasz też inne metody harmonizacji czakry sakralnej, takie jak medycyna naturalna i dieta, afirmacje, wizualizacje i mantry. Czakra sakralna – klucz do kreatywności, emocji i harmonii.

ZAMÓW JUŻ TERAZ ❖ TO TAKIE PROSTE

www.talizman.pl tel. 85 654 78 35

## CZAKRY DLA ZAAWANSOWANYCH Cyndi Dale



Bóle, rak, choroby serca, alergie, bakterie, lęk, depresja... Jeśli zawiódł się na alopатыcznym leczeniu, powinieneś zainteresować się holistycznymi technikami uzdrawiającymi. Czy wiesz, że twoje zdrowie zależy od kondycji czakr? Czakry a choroby – zrozum tę zależność i osiągnij uzdrowienie. Ekspertka od uzdrawiania i pracy z energią powraca z nową ideą! Przedstawia system czterech ścieżek uzdrawiania. Ta metoda, oparta na medycynie naturalnej, łączy pracę z czakrami z pracą z energią kundalini, intuicją, aurą, wysokimi wibracjami i oczyszczaniem energetycznym. Autorka porusza też kwestie związane z kwantowością, świadomością, a informacje zawarte w książce wykorzystasz w rozwoju duchowym i osobistym. Usuń blokady energii i osiągnij prawdziwe uzdrowienie poprzez cztery ścieżki.

ZAMÓW JUŻ TERAZ ❖ TO TAKIE PROSTE

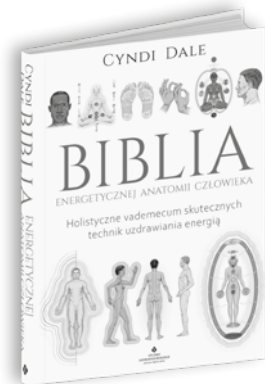
www.talizman.pl tel. 85 654 78 35

❖ ŚWIATOWE BESTSELLERY DLA CIEBIE – SPRAWDŹ: ❖

[www.studioastro.pl](http://www.studioastro.pl)

## BIBLIA ENERGETYCZNEJ ANATOMII CZŁOWIEKA

Cyndi Dale



Kiedy chorujesz, możesz zaobserwować namacalne objawy choroby – ból, brak apetytu, zmęczenie, wysypkę czy katar. Ale czy wiesz, że twój pełny powrót do zdrowia nie jest uzależniony tylko od pozbycia się fizycznych symptomów? Aby najskuteczniej pomóc sobie lub komuś wyzdrowieć i ulżyć w cierpieniu, trzeba poznać i pracować z subtelnymi energiami, które wywołują brak równowagi i chorobę. Ta książka to nieocenione źródło, które umożliwi ci poznanie fizycznych, energetycznych i duchowych elementów zdrowia. Poznasz wszystkie najważniejsze techniki uzdrawiania, subtelną anatomię, zrozumiesz, w jaki sposób integracyjne połączenie medycyny konwencjonalnej z alternatywną przyniesie optymalne efekty dla twojego zdrowia. Znajdź swoją technikę energetycznego uzdrawiania.

ZAMÓW JUŻ TERAZ ❖ TO TAKIE PROSTE

[www.talizman.pl](http://www.talizman.pl) tel. 85 654 78 35

## TERAPIA CZAKR

Margaret Ann Lembo



Równoważenie czakr i meridianów stanowi podstawę medycyny energetycznej i wielu wschodnich terapii naturalnych. Dzięki lekturze tej książki poznasz proste i skuteczne techniki uzdrawiające, które odblokują i usprawnią przepływ pozytywnej energii w twoim ciele. Dowiesz się, jak w praktyce i bezpiecznie wykorzystać kryształy, kolory (chromoterapię), dźwięki i zapachy (aromaterapię) w procesie uzdrawiania energią. W ten sposób poprawisz stan swojego zdrowia i polepszysz samopoczucie. Twój rozwój duchowy osiągnie wyższy poziom, a przebudzona intuicja nada właściwy kierunek transformacji. A to dopiero początek pozytywnych zmian, jakich doświadczysz, osiągając energetyczną harmonię i stan wyższej świadomości po odblokowaniu czakr. Równoważenie czakr – zdrowe i szczęśliwe życie.

ZAMÓW JUŻ TERAZ ❖ TO TAKIE PROSTE

www.talizman.pl tel. 85 654 78 35

❖ ŚWIATOWE BESTSELLERY DLA CIEBIE – SPRAWDŹ: ❖

[www.studioastro.pl](http://www.studioastro.pl)

## ODBLOKOWANIE I OCZYSZCZENIE CZAKR ZA POMOCĄ REIKI

April Pfender



Skorzystaj nie z jednej, a z dwóch potężnych metod uzdrawiania energetycznego! Dzięki temu rewolucyjnemu poradnikowi odkryjesz terapeutyczny wpływ energii Reiki na zdrowie i pracę twoich czakr. Autorka, mistrzyni i nauczycielka Reiki, przedstawia praktyczne ćwiczenia, które pomogą ci przywrócić właściwy przepływ energii we wszystkich centrach energetycznych twojego ciała. Poznasz charakterystykę 7 głównych czakr, a także objawy braku równowagi w każdej z nich. Zyskasz odpowiedź na pytanie, jak odblokować czakry, oczyścić je i naładować. Pomogą ci w tym proste ćwiczenia Reiki, mantry, a także przejrzyste ilustracje, które dokładnie zobrazują pozycje ułożenia rąk, symbole Reiki, lokalizację czakr i nie tylko. Zadbaj o zdrowie swoich czakr dzięki mocy Reiki!

ZAMÓW JUŻ TERAZ ❖ TO TAKIE PROSTE

[www.talizman.pl](http://www.talizman.pl) tel. 85 654 78 35



## BIBLIA CZAKR

dr Anodea Judith



Dzięki tej książce nauczysz się korzystać z dobrodziejstw medycyny naturalnej, poznasz skuteczne terapie alternatywne i doświadczysz mocy uzdrawiającej energii. Otrzymasz szczegółowe opisy poszczególnych czakr (m.in. czakra serca), a także zrozumiesz ich wzajemne powiązania oraz wpływ na swoją codzienność. Będziesz wiedział, jak odblokować czakry i samodzielnie wykorzystać afirmacje, medytacje i ćwiczenia oddechowe do osiągnięcia wysokich wibracji i wzmocnienia duchowości. Dzięki nim oczyszczanie czakr stanie się proste. Co zyskasz w ten sposób? Lepsze zdrowie, prawdziwsze relacje i wyraźne wytyczone kierunki rozwoju osobistego. Odblokuj swoje czakry, by uzdrowić ciało, umysł i duszę.

ZAMÓW JUŻ TERAZ ❖ TO TAKIE PROSTE

[www.talizman.pl](http://www.talizman.pl) tel. 85 654 78 35



## STUDIUM PSYCHOLOGII PSYCHOTRONICZNEJ

BIAŁYSTOK ● WARSZAWA ● KATOWICE



Wiesz, jak ważny jest dla Ciebie rozwój duchowy (osobisty).

Masz chęć pomagania sobie i innym.

Zależy Ci na pogłębieniu wiedzy,  
którą zdobyłeś wcześniej z książek lub kursów.

Zapraszamy na kierunki:

- ✓ **TERAPIE NATURALNE**
- ✓ **PSYCHOLOGIA PSYCHOTRONICZNA**
- ✓ **MISTRZOWSKA SZTUKA WRÓŻENIA**
- ✓ **ODNOWA PSYCHOBIOLOGICZNA**

- Rozwiniesz intuicję, zdolność jasnowidzenia i nawiązywania kontaktów z duchowymi przewodnikami;
- Nauczysz się stosować w praktyce astrologię, numerologię, runy, Tarot, hipnozę;
- Otrzymasz z rąk mistrzów umiejętności korzystania z najważniejszych działów wiedzy ezoterycznej;
- Stworzysz zdrowe warunki życia dla siebie i swoich bliskich zgodnie z medycyną energetyczną i feng shui;
- Poznasz nowych, wspaniałych ludzi, którzy idą podobną DROGĄ.

## Twój czas na rozwój!

[www.studiumzycia.pl](http://www.studiumzycia.pl), tel. 609 602 624

15-762 Białystok, ul. Antoniuk Fabryczny 55/19

Białystok, Warszawa, Katowice





Talizman.pl  
SKLEP ZE SZCZĘŚCIEM



Talizman  
przynosi szczęście,  
miłość i bogactwo



KSIĄŻKI I PRODUKTY PROZDROWOTNE

PROFESJONALNE HOROSKOPY

SPECJALISTYCZNA LITERATURA ASTROLOGICZNA

AMULETY, TALIZMANY, RYTUAŁY

KARTY ANIELSKIE, RUNICZNE, TAROT, WRÓŻENIE

KAMIENIE NATURALNE, LAMPY SOLNE

E-BOOKI I AUDIOBOOKI

SPEŁNIANIE MARZEŃ, POZYTYWNE MYŚLENIE

KSIĄŻKI EZOTERYCZNE I O ROZWOJU DUCHOWYM

**Bogata oferta – błyskawiczna wysyłka**  
**Atrakcyjne ceny, promocje**

Wybierz szczęście z dostawą do domu

www.talizman.pl tel. 85 654 78 35



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
www.studioastro.pl



**Cyndi Dale** – jest światowej sławy autorytetką w dziedzinie anatomii energetycznej. Uzdrowicielka i badaczka, autorka bestsellerowych książek o uzdrawianiu energią, które zostały przetłumaczone na kilkanaście języków. Studiowała międzykulturowe systemy uzdrawiające i energetyczne oraz prowadziła zajęcia i warsztaty w wielu krajach świata. Posiada mistrzostwo czwartego stopnia w Reiki.

## TRZECI TOM Z SERII UZDRAWIAJĄCE CZAKRY CZAKRA SPLOTU SŁONECZNEGO

Takiej serii jeszcze nie było! Afirmacje, wizualizacje, medytacje, techniki uzdrawiające, mantry, joga, a nawet dieta dla każdej z siedmiu czakr! Tom o czakrze splotu słonecznego, czyli trzeciej czakrze, to wyjątkowa część tej serii. Ta książka odkryje przed tobą potężną energię związaną z pewnością siebie, siłą woli i motywacją. Światowa ekspertka od pracy z energią, Cyndi Dale, oraz dziewięciu innych specjalistów nauczą cię, jak odblokować czakrę splotu słonecznego i połączyć się z wewnętrzną mocą poprzez dziesiątki sprawdzonych praktyk, medycynę naturalną i terapie holistyczne. Praca z czakrą splotu słonecznego, położoną nad pępkiem, pomoże ci zbudować pewność siebie, wzmocnić siłę działania i przywrócić harmonię w życiu codziennym.

**Aktywuj czakrę splotu słonecznego –  
zyskaj pewność i wewnętrzną siłę**

Patroni:

