

HAE LEE

ILUSTROWANY PRZEWODNIK

REIKI

SEKWENCJE I WSKAZÓWKI
DOTYCZĄCE UZDRAWIANIA
ZA POMOCĄ REIKI



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

ILUSTROWANY PRZEWODNIK
REIKI

HAE LEE

ILUSTROWANY PRZEWODNIK
REIKI

SEKWENCJE I WSKAZÓWKI
DOTYCZĄCE UZDRAWIANIA
ZA POMOCĄ REIKI



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

REDAKCJA: Paweł Uklejski
SKŁAD: Krzysztof Remiszewski
PROJEKT OKŁADKI: Krzysztof Remiszewski
TŁUMACZENIE: Malwina Czernik
ILUSTRACJE: Natalie Foss
ZDJĘCIE AUTORKI © Shyanne Pozon
ZDJĘCIE ILUSTRATORKI © Rob Williamson

Wydanie I
Białystok 2024
ISBN 978-83-8301-775-4

Tytuł oryginału: *Reiki Illustrated. The Visual Reference Guide of Hand Positions, Symbols, and Treatment Sequences for Common Conditions*

Copyright © 2022 by Penguin Random House LLC
Published in the United States by Zeitgeist, an imprint of Zeitgeist™,
a division of Penguin Random House LLC, New York. penguinrandomhouse.com
Zeitgeist™ is a trademark of Penguin Random House LLC

© 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.

Książka ta zawiera informacje dotyczące zdrowia. Wydawca dołożył wszelkich starań, aby były one pełne, rzetelne i zgodne z aktualnym stanem wiedzy w momencie publikacji. Tym niemniej nie powinny one zastępować porady lekarza lub dietetyka, ani też być traktowane jako konsultacja medyczna lub inna. Jeśli podejrzewasz u siebie problemy zdrowotne lub wiesz o nich, powinieneś koniecznie skonsultować się z lekarzem, zanim samodzielnie rozpoczniesz jakikolwiek program poprawy zdrowia. Wydawca ani Autor nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za jakiegokolwiek negatywne 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



**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 – detal
strona wydawnictwa: www.studioastro.pl

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.psychotronika.pl

PRINTED IN POLAND

SPIS TREŚCI

Wstęp 6

CZĘŚĆ I. POZYCJE I SYMBOLE DŁONI

Rozdział 1. Kluczowe koncepcje i praktyki 11

Rozdział 2. Pozycje dłoni 43

Rozdział 3. Symbole Reiki 81

CZĘŚĆ II. SEKWENCJE UZDRAWIANIA

Rozdział 4. Typowe dolegliwości fizyczne 93

Rozdział 5. Przypadłości psychiczne,
emocjonalne i duchowe 155

ZAŁĄCZNIK 182

○ AUTORCE 183

○ ILUSTRATORCE 184

ROZDZIAŁ 1

KLUCZOWE KONCEPCJE I PRAKTYKI

W tym rozdziale dokonuję przeglądu podstawowych informacji i kluczowych pojęć - zasad Reiki, trzech filarów i ciała energetycznego w odniesieniu do Reiki. Podaję również pomocne techniki, sekwencjonowanie i wskazówki, o których należy pamiętać podczas przeprowadzania zarówno osobistych, jak i zdalnych zabiegów. W tym rozdziale opisuję konkretne kroki, w jaki sposób przeprowadzam zabiegi od początku do końca, aby zademonstrować to, co przyniosło przez lata korzyści mnie i moim klientom.

ZASADY REIKI

Reiki to nie tylko metoda uzdrawiania, ale także integralna część rozwoju osobistego i duchowego. Jeśli na to pozwolisz, może przeniknąć do każdego aspektu twojego życia. Mikao Usui Sensei stwierdził, że pięć zasad Reiki jest podstawą esencji duchowej praktyki Reiki. Jednak niezależnie od tego czy praktykuje się Reiki, czy nie, każda osoba może włączyć te zasady do swojego życia, aby było ono w pełni uduchowione i satysfakcjonujące.

Przekonasz się, że każda zasada zaczyna się od „właśnie dziś”. Dr Usui odkrył, że kluczem do szczęścia jest skupienie się na chwili obecnej i dawanie z siebie wszystkiego, co w naszej mocy. Pamiętaj, że każdy dzień jest nowym początkiem i możesz nim zarządzać gdziekolwiek jesteś. Oto wszystkie pięć zasad z kilkoma wskazówkami:

- 1. Właśnie dziś odpuszczę gniew.** Ludzką rzeczą jest być czasami złym; zastanów się jednak, czy nie stwarzasz sobie niepotrzebnego cierpienia. Pamiętaj, że odpuszczenie bycia złym na kogoś nie oznacza, że to, co zrobił, było w porządku. Odpuszczanie polega czasem na wybraniu wewnętrznego spokoju i akceptacji oraz zrobieniu miejsca na to, co nas czeka.
- 2. Właśnie dziś odpuszczę zamartwianie się.** Zaufaj rozwojowi swojego życia, nawet jeśli nie wiesz, co czeka Cię za rogiem. Pomyśl o wszystkich przypadkach, w których wszechświat działał na twoją korzyść.
- 3. Właśnie dziś okażę wdzięczność.** Kiedy jesteś w stanie wdzięczności i uznania, widzisz świat z innej perspektywy. To, na czym się skupiasz, rozszerza się.

- 4. Właśnie dziś uczciwie wykonam swoją pracę.** Szanowanie własnych wartości i moralności to sposób na życie z celem. Kiedy uczciwie wykonujesz swoją pracę i czujesz się dobrze z tym, jak pokazujesz się światu, osiągasz zadowolenie.
- 5. Właśnie dziś będę życzliwy dla każdego żywego stworzenia.** Każdy, kogo spotykasz, przechodzi przez własną bitwę i próbuje radzić sobie w życiu tak, jak potrafi, więc okazuj życzliwość i współczucie sobie i innym. Pamiętaj, że to, co dajesz innym, po stokroć do ciebie wraca.

TRZY FILARY

Dr Usui skupił się na trzech podstawowych filarach swojego systemu Reiki – medytacji Gassho, Reiji-ho i Chiryō. Przyjrzyjmy się każdemu z nich.

- 1. Medytacja Gassho.** Pierwszym filarem Reiki jest Gassho, co tłumaczy się jako „złączenie dwóch dłoni”. Jest to forma medytacji, której praktykujący Reiki używa do oczyszczenia umysłu lub uziemienia się przed rozpoczęciem leczenia.

Zalecam wykonywanie medytacji Gassho przez około 15 do 30 minut przed każdym zabiegiem Reiki, ponieważ jest to wspiana praktyka pomagająca wejść w bardziej uważny, skoncentrowany stan przed przekazaniem energii. Praktykowanie medytacji Gassho pomoże ci również oczyścić umysł i otworzyć serce przed zabiegiem uzdrawiania energią Reiki. Możesz powrócić do medytacji Gassho w dowolnym

momencie uzdrawiania, aby poczuć się bardziej uziemionym i połączonym.

Podczas tej medytacji zamknij oczy, zbliż dłonie jak do modlitwy na wysokości klatki piersiowej, kciukami dotykając serca i skup się na miejscu, w którym stykają się opuszki środkowych palców. Zrelaksuj się, wejdź w stan medytacyjny i pozwól energii przepływać przez ciebie.

- 2. Reiji-ho.** Drugim filarem Reiki jest Reiji-ho, co tłumaczy się jako „poddanie się przewodnictwu Reiki. Podczas Reiji-ho wzywasz energię Reiki i prosisz Ducha lub Źródło o wskazówki, aby twoje ręce i Reiki służyły najwyższemu dobru odbiorcy.

Możesz powiedzieć: „Proszę, aby Reiki było używane dla najwyższego dobra (imię odbiorcy)”. Możesz poprosić na głos lub w myślach, zapraszając przewodnictwo Ducha.

Po spędzeniu kilku minut w medytacji Gassho i gdy poczujesz, że połączyłeś się z energią Reiki poprzez Reiji-ho, przenieś ręce do czakry trzeciego oka, znajdującej się między brwiami. Wyraź wdzięczność za tę praktykę, zaufaj, że uzdrowienie trafi tam, gdzie jest najbardziej potrzebne i pozwól, aby twoje ręce były prowadzone intuicyjnie.

- 3. Chiryō.** Trzecim filarem Reiki jest Chiryō, co tłumaczy się jako „uzdrawianie”. Filar ten odnosi się do aktu nakładania dłoni na ciało. Reiki jest przekazywane przez praktykującego do odbiorcy poprzez dłonie.

Zalecam rozpoczęcie uzdrawiania podążając za wewnętrznymi wskazówkami, a następnie, w razie potrzeby, skorzystanie ze wskazówek dotyczących pozycji dłoni zawartych w rozdziale 2.

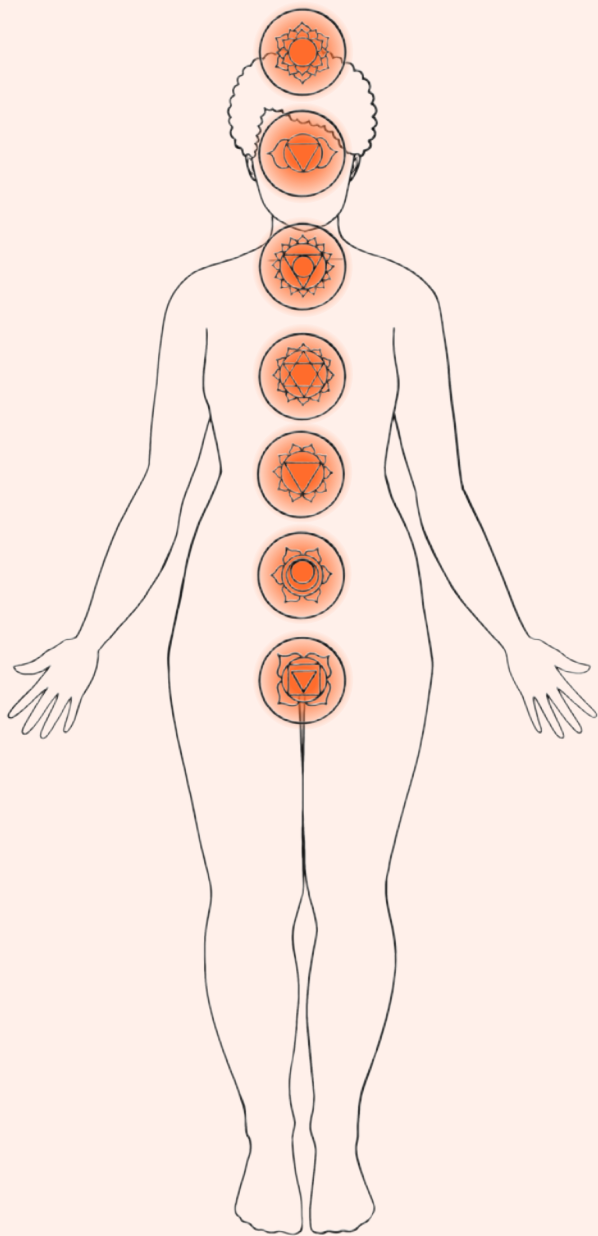
CIAŁO ENERGETYCZNE

Słowo *Reiki* tłumaczy się z języka japońskiego jako „uniwersalną energię życiową”. *Rei* oznacza „uniwersalny” lub „duchowy”, a *ki* oznacza „energię życiową”. *Ki* jest tym samym, co *chi* w medycynie chińskiej, *prana* w sanskrycie, *światło* w Biblii i *dosha* w medycynie ajurwedyjskiej. Jest to energia, która znajduje się w każdym z nas i jest odpowiedzialna za nasze codzienne funkcjonowanie i utrzymywanie nas przy życiu.

Nie musisz być uduchowiony ani praktykować alternatywnego uzdrawiania aby zrozumieć, że wszystko na świecie składa się z energii, w tym ludzkie ciało. Ciało ludzkie jest splotem subtelnej energii i szeregu złożonych systemów. Ciało energetyczne jest złożone i tak inteligentne, że nieustannie się zmienia aby utrzymać homeostazę – czyli przywrócić ciało do równowagi.

Nasze ciała mają wzdłuż kręgosłupa siedem głównych centrów energetycznych, które są znane jako czakry. *Czakry* oznaczają w sanskrycie „wirujące koła energii”, a ich celem jest przemieszczanie i przyciąganie *ki* tam, gdzie jest to potrzebne do utrzymania równowagi fizycznej, psychicznej, emocjonalnej i duchowej ciała.

Zablokowana lub skumulowana wokół czakr energia *ki* znacząco wpływa na nasze samopoczucie. W takiej sytuacji niezwykle pomocna jest Reiki, która usuwa taką blokadę energetyczną, przywracając ciało do równowagi. Poniższa ilustracja przedstawia układ siedmiu czakr, które następnie zostały omówione zgodnie z ich korelacjami.



Czakra korony – siódma czakra (fioletowa): Związana ze świadomością jedności, naszym połączeniem i relacją z Boskością. Związana z duchowym otwarciem na coś większego niż my sami i poczuciem połączenia z wszechświatem.

Czakra trzeciego oka – szósta czakra (indygo): Związana z intuicją, świadomością i wyobraźnią. Związana z możliwością wyraźnego widzenia siebie i postrzegania świata z pełniejszej perspektywy.

Czakra gardła – piąta czakra (niebieska): Związana z komunikacją i wyrażaniem siebie. Związana z naszą zdolnością do mówienia prawdy i autentycznej komunikacji.

Czakra serca – czwarta czakra (zielona/różowa): Związana z miłością, akceptacją, radością i współczuciem. Związana z jakością naszych relacji i miłością do siebie i innych.

Czakra splotu słonecznego – trzecia czakra (żółta): Związana z naszą samooceną, poczuciem własnej wartości i granicami. Związana z naszą mocą osobistą, tym, jak czujemy się sami ze sobą i jak oddziałujemy na świat.

Czakra sakralna – druga czakra (pomarańczowa): Związana z naszą seksualnością, przyjemnością i kreatywnością. Związana z naszą zdolnością do wyrażania naszych prawdziwych emocji i cieszenia się prostymi przyjemnościami w naszym życiu.

Czakra korzenia – pierwsza czakra (czerwona): Związana z naszymi fundamentami i podstawowymi potrzebami. Związana z naszym poczuciem przynależności do tego świata, w tym z kwestiami bezpieczeństwa i finansami.

ROZDZIAŁ 4

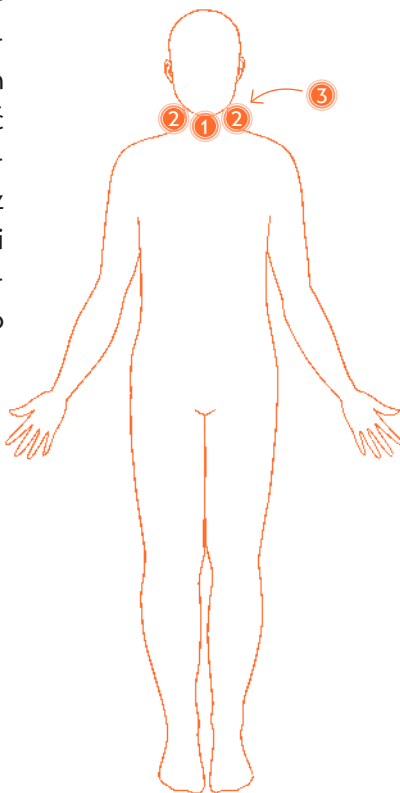
TYPOWE DOLEGLIWOŚCI FIZYCZNE

Poniższe dolegliwości to tylko niektóre z najczęstszych objawów fizycznych, w których Reiki okazało się pomocne w przyspieszeniu procesu uzdrawiania i powrotu do zdrowia. W razie potrzeby proszę odnieść się do ilustracji przedstawiającej anatomię człowieka i kobiecego układu rozrodczego, które są zamieszczone przy opisie dolegliwości.

Ból gardła

Ból gardła jest nie tylko nieprzyjemny, ale jest także prawdopodobną oznaką, że organizm walczy z wirusem. Aby odeprzeć najeźdźcę, niezbędny jest silny układ odpornościowy. Wraz z innymi środkami zaradczymi Reiki może działać jako wzmacniacz układu odpornościowego (patrz wskazówka poniżej).

1. Nad obszarem gardła
2. Boki gardła
3. Tył szyi

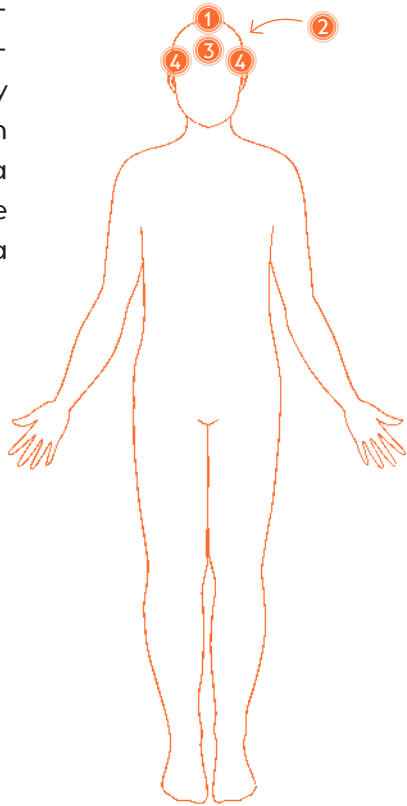


WSKAZÓWKA: Przy pierwszych objawach bólu gardła zaleca się picie dużo ciepłej herbaty z miodem. Doskonatymi sprzymierzeńcami w pokonaniu tej dolegliwości są między innymi imbir, korzeń lukrecji, prawoślaz lekarski i zielona herbata. Bardzo pomocne w walce z wirusami i bakteriami może być płukanie gardła przez około 10 sekund trzy razy dziennie. Potrzebujemy do tego pół szklanki ciepłej wody zmieszanej z połową łyżeczki soli.

Ból głowy

Bóle głowy mają różne przyczyny i są dość powszechne. Przesłanie energii Reiki do głowy daje naczyniom krwionośnym i nerwom odpowiedzialnym za ból szansę na jego złagodzenie i może być bardzo kojące dla odbiorcy.

1. Czubek głowy
2. Tył głowy
3. Czolo
4. Skronie



WSKAZÓWKA: Przez większość sesji układaj dłonie na bolącym obszarze głowy. Eksperymentuj z siłą ich nacisku. Czasami przetłaczanie się między mocnym trzymaniem głowy a zwolnieniem nacisku i na odwrót pomaga rozładować napięcie w głowie.



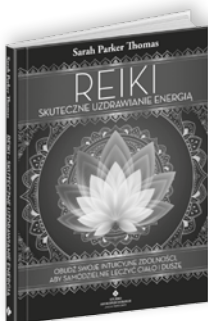
ŚWIATOWE BESTSELLERY DLA CIEBIE – SPRAWDŹ:



www.studioastro.pl

REIKI – SKUTECZNE UZDRAWIANIE ENERGIĄ

Sarah Parker Thomas



Zgodnie z zaleceniami medycyny alternatywnej zasadniczym celem terapii Reiki jest wspieranie ciała w procesie samouzdrawiania poprzez odpowiednie zarządzanie energią. Stan równowagi energetycznej jest korzystny zarówno dla zdrowia fizycznego, jak i duchowości. Lektura tej książki przybliży ci praktyczne aspekty uzdrawiania energią. Dzięki niej poznasz sprawdzone pozycje rąk i skuteczne techniki uzdrawiające. Będziesz wiedział, jak leczyć energią i na czym polega proces dostrojenia. Za sprawą uzdrawiania duchowego Reiki pomoże ci na dużo głębszym poziomie niż tylko fizycznym, oczyszczając kanały energetyczne, regenerując ciało i pozwalając połączyć się z intuicją oraz wyższą świadomością. Odkryj i zastosuj w praktyce uzdrawiającą moc Reiki!

REIKI – SAMODZIELNE UZDRAWIANIE

Karen Frazier



Książka przybliży ci podstawowe techniki energoterapii, dzięki którym będziesz potrafił złagodzić ponad sto najczęściej występujących schorzeń fizycznych i psychicznych. To przystępnie napisane, bogato ilustrowane kompendium wiedzy i praktycznych instrukcji okaże się idealnym podręcznikiem dla wszystkich adeptów sztuki Reiki, tak by mogli zaradzić szerokiemu spektrum problemów, od zmęczenia do nieumiejętności przebaczenia. Autorka opisuje historię, zasady i sposób działania Reiki. W publikacji zawarła zrozumiałe i czytelne instrukcje oraz pozycje dłoni, umożliwiające ustabilizowanie energii własnej i innych osób. Podzieliła się również wskazaniem energoterapeutycznymi na złagodzenie najczęściej spotykanych dolegliwości za pomocą energii. Reiki – zdrowie w twoich rękach!

ZAMÓW JUŻ TERAZ ✨ TO TAKIE PROSTE

www.talizman.pl tel. 85 654 78 35



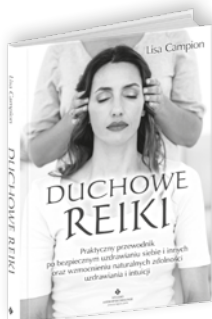
ŚWIATOWE BESTSELLERY DLA CIEBIE – SPRAWDŹ:



www.studioastro.pl

DUCHOWE REIKI

Lisa Campion

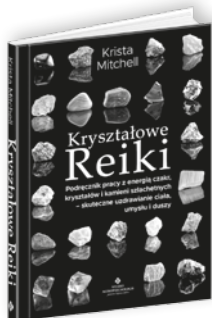


Czy kiedykolwiek wiedziałeś, że coś się stanie, zanim to się wydarzyło? Czy czasami widzisz coś kątem oka, a kiedy odwrócisz głowę, niczego tam nie ma? Możliwe, że jesteś osobą o talentach parapsychofizycznych, wrażliwą, z empatią i rozwiniętą intuicją. Cechy te posiadają uzdrowiciele Reiki. W tym przewodniku Autorka krok po kroku wyjaśnia, na czym polega nauka Reiki. To podręcznik dla doświadczonych uzdrowicieli, jak i tych, którzy dopiero poznają tę technikę uzdrawiającą. Autorka pokaże ci, jak w medycynie alternatywnej używać terapii uzdrawiania energią, aby pomóc sobie i innym, zadbać o rozwój duchowy, dbać o naturalną intuicję, rozwijać empatię. Dowiesz się też, jak przeprowadzić proces uziemiania i ochrony siebie jako praktykującego. Odkryj uzdrawiającą moc duchowego Reiki.



KRYSTAŁOWE REIKI

Krista Mitchell



Turmalin doda ciału chorego na nowotwór siły do walki. Karneol, rubin czy piryt pozytywnie wpływają na płodność. Kalcyt i jaspis, położone na czakrze podstawy, wzmocnią twoją odporność. Cytryn poprawi działanie flory bakteryjnej w żołądku. Jeśli odczuwasz napięcie – na przykład w ramionach – umieść na nich po dwa kawałki selenitu i różowego kwarcu. Wyeliminujesz ból i odzyskasz komfort. Przekonaj się, jak działa terapia holistyczna, jaką jest uzdrawianie energią za pomocą kryształów! W książce znajdziesz opisy uzdrawiających właściwości kryształów i kamieni szlachetnych, terapię czakr i protokoły na pozbycie się powszechnych chorób i dolegliwości. Autorka przygotowała też wiele praktycznych rad na oczyszczanie kamieni, aury i przestrzeni. Pełnia zdrowia dzięki kryształom i energii Reiki.



ZAMÓW JUŻ TERAZ  TO TAKIE PROSTE

www.talizman.pl tel. 85 654 78 35



ŚWIATOWE BESTSELLERY DLA CIEBIE – SPRAWDŹ:



www.studioastro.pl

ODBLOKOWANIE I OCZYSZCZENIE CZAKR ZA POMOCĄ REIKI



April Pfender



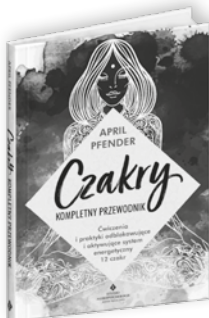
Skorzystaj nie z jednej, a z dwóch potężnych metod uzdrawiania energetycznego! Dzięki temu rewolucyjnemu poradnikowi odkryjesz terapeutyczny wpływ energii Reiki na zdrowie i pracę twoich czakr. Autorka, mistrzyni i nauczycielka Reiki, przedstawia praktyczne ćwiczenia, które pomogą ci przywrócić właściwy 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!

CZAKRY – KOMPLETNY PRZEWODNIK



April Pfender



Czy wiesz, że czakra podstawy odpowiada za twoje poczucie bezpieczeństwa, stabilizację i odwagę? Charakteryzuje się intensywnym rubinowym kolorem i położona jest u podstawy kręgosłupa. Energia zablokowana w czakrze podstawy może prowadzić do zaburzeń odżywiania, otyłości czy chronicznego zmęczenia. Dowiedz się, w jaki sposób oczyścić i zrównoważyć swoje czakry, by osiągnąć uzdrowienie duchowe, dobrobyt i dobre samopoczucie! W tym kompletnym przewodniku znajdziesz dokładne opisy 12 czakr, które znajdują się w twoim ciele i wokół niego. Tak! 12 czakr, ponieważ oprócz podstawowych 7 czakr, posiadasz jeszcze

5 czakr transcendentálnych! Dzięki tej książce poznasz skuteczne terapie, takie jak medytacje, mantry czy praktyki duchowe, które podpowiedzą ci, jak odblokować czakry i stanąć na ścieżce rozwoju duchowego! Zadbaj o zdrowie swoich czakr!

ZAMÓW JUŻ TERAZ  TO TAKIE PROSTE

www.talizman.pl tel. 85 654 78 35



ŚWIATOWE BESTSELLERY DLA CIEBIE – SPRAWDŹ:



www.studioastro.pl

MEDYTACJA CZAKRALNA

April Pfender



Czy wiesz, że blokada energii w czakrze korony może wywoływać bóle głowy i depresję! Energia zablokowana w czakrze gardła oznacza problemy z komunikacją, choroby tarczycy i układu oddechowego! Poznaj serię autorskich medytacji, które pomogą ci otworzyć każdą czakrę, odblokować energię, która w nich zalega i pokonać choroby! Dzięki tej książce nauczysz się diagnozować i usuwać blokady w czakrach, a także poznasz mantry i mudry dedykowane każdej z nich. Odkryjesz skuteczne terapie, afirmacje, wizualizacje, olejki eteryczne i zioła, które pomogą ci utrzymać harmonię energetyczną w czakrach. Ta książka oferuje wszystko, czego potrzebujesz, aby stworzyć wewnętrzną równowagę i wzbić się na szczyt rozwoju duchowego! Aktywuj każdą czakrę i otwórz się na nową energię!

CZAKRY DLA ZAAWANSOWANYCH

Cyndi Dale



Bóle, rak, choroby serca, alergie, bakterie, lęk, depresja... Jeśli zawiodłeś się na alopacyjnym 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

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 czakrą podstawy pozwala czerpać energię Ziemi, rozwijać się fizycznie, zwiększyć bogactwo materialne i stworzyć solidny fundament dla dobrego samopoczucia. Samouzdrawianie z uziemiaczą czakrą podstawy.

CZAKRA SAKRALNA

pod redakcją Cyndi Dale



Czakra sakralna to klucz do emocji, kreatywności i życia intymnego. Poznaj tajemnice czakry sakralnej i sposobu 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



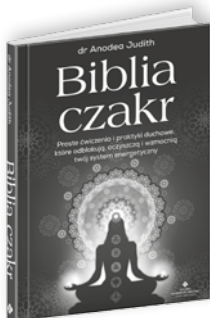
ŚWIATOWE BESTSELLERY DLA CIEBIE – SPRAWDŹ:



www.studioastro.pl

BIBLIA CZAKR

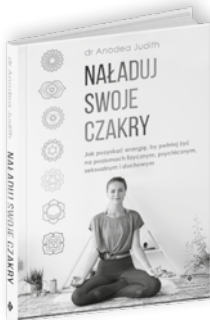
dr Anodea Judith



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. czakry 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 wyraźnie wytyczone kierunki rozwoju osobistego. Odblokuj swoje czakry, by uzdrowić ciało, umysł i duszę.

NAŁADUJ SWOJE CZAKRY

dr Anodea Judith



Energia nieustannie przepływa przez centra energetyczne, czyli czakry każdego z nas. Jest ona kluczowa, gdy musimy stawić czoła trudnym sytuacjom, leczyć wcześniejsze rany i traumy oraz radzić sobie z codziennym stresem. Nic więc dziwnego, że kluczowe jest opanowanie własnej siły życiowej by stać się najlepszą wersją siebie. Autorka wyjaśnia, w jaki sposób ładunek wpływa na twoje relacje z bliskimi, dziećmi czy współpracownikami. Analizuje, w jaki sposób możesz się „przeładować” lub „nie doładować” i osiągnąć stan równowagi dzięki tym praktykom. Każdy rozdział zawiera proste ćwiczenia pozwalające wprowadzić te zasady w życie. Zapewnisz sobie również holistyczne zdrowie i na dobre pozbedziesz się lęku i depresji. Naładuj się zdrowo!

ZAMÓW JUŻ TERAZ  TO TAKIE PROSTE

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:

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

- 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, 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



SPEŁNIANIE MARZEŃ, POZYTYWNE MYŚLENIE

AMULETY, TALIZMANY, RYTUAŁY

KARTY ANIELSKIE, RUNICZNE, TAROT, WRÓŻENIE

KAMIENIE NATURALNE, LAMPY SOLNE

KSIĄŻKI I PRODUKTY PROZDROWOTNE

E-BOOKI I AUDIOBOOKI

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



Hae Lee jest jedną z najbardziej rozchwytywanych uzdrowicielek i nauczycielek Reiki w Los Angeles w Kalifornii. Pomaga ludziom w uzdrawianiu ich umysłu, ciała i ducha. Jest głęboko przekonana, że prawdziwie dobre samopoczucie obejmuje równowagę i świadomość wszystkich tych trzech sfer. W swojej karierze przeszkoliła ponad 300 uczniów z całego świata. Do jej stałych klientów należą hollywoodzcy producenci, celebryci i potentaci biznesowi.

**W pełni ilustrowany przewodnik,
który przybliży ci niezwykle świat uzdrawiania Reiki!
Pozbądź się przewlekłych dolegliwości w prosty sposób
przy pomocy swoich dłoni i energii.**

Ta książka to doskonałe źródło wiedzy z zakresu medycyny naturalnej, terapii przy pomocy Reiki i uzdrawiania energią. Znajdziesz w niej dokładne opisy i znaczenie siedmiu czakr, które stanowią kluczowe centra energetyczne każdego człowieka. Poznasz sekwencje Reiki i metody oparte na holistycznych praktykach radzenia sobie z bólem, zmęczeniem, uzdrawianiem ciała i ducha. Co więcej, w publikacji znajdziesz **40 ilustracji**, dzięki którym w łatwy i szybki sposób nauczysz się odpowiednio układać dłonie w czasie swoich sesji terapeutycznych.

Moc i energia Reiki jest w twoich rękach!

Patroni:

