

APRIL PFENDER

ODBLOKOWANIE I OCZYSZCZENIE

# CZAKR

ZA POMOCĄ REIKI



PROSTE ĆWICZENIA I PRAKTYKI SKUTECZNEGO  
UZDRAWIANIA ENERGETYCZNEGO



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

ODBLOKOWANIE I OCZYSZCZENIE

CZAKR

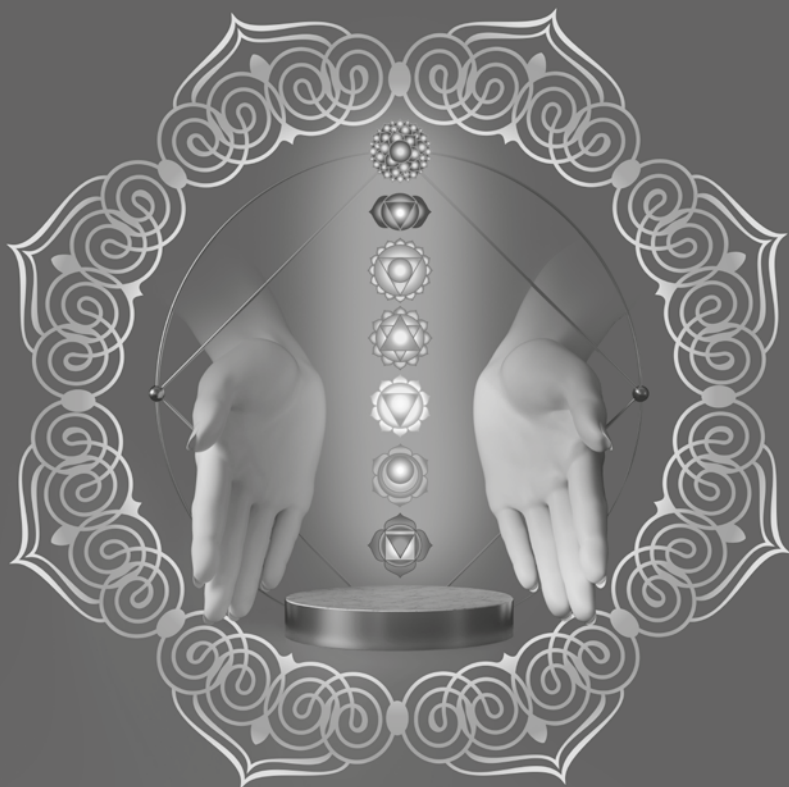
ZA POMOCĄ REIKI

APRIL PFENDER

ODBLOKOWANIE I OCZYSZCZENIE

# CZAKR

ZA POMOCĄ REIKI



PROSTE ĆWICZENIA I PRAKTYKI SKUTECZNEGO  
UZDRAWIANIA ENERGETYCZNEGO



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

REDAKCJA: Ewelina Kuryłowicz  
SKŁAD: Krzysztof Nierodziński  
PROJEKT OKŁADKI: Krzysztof Nierodziński  
TŁUMACZENIE: Agnieszka Rolka-Piotrowska  
ILUSTRACJE: Shutterstock.com

Wydanie I  
Białystok 2022  
ISBN 978-83-8301-212-4

Tytuł oryginału: *Reiki Healing for the Chakras: Techniques to Balance Your Mind, Body, and Spirit*

Copyright © 2021 by Rockridge Press, Emeryville, California

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2021  
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 jakiegokolwiek 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](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



**WSZYSTKIM MOIM UKOCHANYM UCZNIOM,**  
którzy wykazali się ciekawością  
i wielkim zaangażowaniem wobec własnego rozwoju.  
Niech ta książka stanie się błogosławieństwem  
na waszej drodze przebudzenia i niech służy wam,  
jak również każdemu, z kim macie kontakt  
w waszej pracy będącej służbą.

**MOJEMU UKOCHANEMU WILLOWI,**  
dziękuję ci za to, że jesteś biciem mego serca.  
Dozgonnie wdzięczna, April.



# SPIS TREŚCI

## WSTĘP 8

### CZĘŚĆ 1: POWIĄZANIE REIKI – CZAKRA 13

Rozdział 1:  
Czakry  
**15**

Rozdział 2:  
Uzdrawianie energią Reiki  
**31**

### CZĘŚĆ 2: UZDRAWIANIE ENERGIĄ REIKI 55



Rozdział 3:  
Czakra podstawy  
**57**



Rozdział 4:  
Czakra sakralna  
**73**



Rozdział 5: Czakra  
splotu słonecznego  
**89**



Rozdział 6:  
Czakra serca  
**105**



Rozdział 7:  
Czakra gardła  
**121**



Rozdział 8:  
Czakra trzeciego oka  
**137**



Rozdział 9:  
Czakra  
korony  
**153**



Rozdział 10:  
Uzdrawiająca podróż  
trwa dalej  
**169**

Źródła **174**

Bibliografia **176**

Podziękowania **178**

O Autorce **179**


## WSTĘP

# Świat energii wzbudził moje zainteresowanie już w młodości

Odkryłam, że jestem w sposób naturalny intuicyjna, zainteresowana kryształami i sposobem, w jakim rośliny do mnie przemawiają, spędzałam też nieskończenie wiele godzin na łonie natury, wygrzewając się na słońcu lub bawiąc się w lesie. Może w twoim przypadku było podobnie. Nasze nieodłączne połączenie ze światem przyrody ma swój sposób na ponowne podłączenie nas wprost do samych siebie – pozwalając nam intymnie doświadczyć naszej energii na nowe i nieodkryte sposoby.

Z Reiki jest bardzo podobnie. Ten starożytny sposób leczenia jest drogą do uzyskania dostępu do uzdrawiania na większą skalę twojego umysłu, ciała i duszy. Pozwala nam uzyskać dostęp do prostych sposobów przywracania zdrowia i witalności i na nowo odkryć naszą przyrodzoną, płynącą z wnętrza moc uzdrawiania. Umiejętność kierowania energią i tworzenia silnego pozytywnego wpływu z korzyścią dla innych, a także dla nas samych, jest ekscytująca i niezwykła, i jestem bardzo wdzięczna, że wybrałeś tę piękną, zmieniającą życie ścieżkę.

W międzyczasie, wkręcając się w ten cudowny sposób leczenia Reiki, dogłębnie zbadam czakry i objaśnię, dlaczego praca z systemem czakr jest komplementarna z praktyką Reiki. *Czakra* (słowo z sanskrytu) jako pojęcie było przekazywane w wielu kulturach w całym starożytnym świecie, a do jego rozpowszechnienia przyczynił się głównie hinduizm. Te „koła światła” rozciągają się w spiralnych wirach z tyłu i z przodu ciała i zarządzają tym,




czego doświadczasz fizycznie i emocjonalnie. Reiki i czakry mogą wywodzić się z odmiennych tradycji, lecz w tej praktyce dobrze komponują się ze sobą w zgodnej wspólnocie.

Jako Mistrzyni i Nauczycielka Reiki (RMT – Reiki Master Teacher), mam życiową misję i pracę polegającą na towarzyszeniu innym w ich osobistych uzdrawiających podróżach, aby dzięki tej praktyce mogli się wzmocnić. Ostatecznie prawdziwy uzdrowiciel cię nie „leczy”; on raczej pomaga utrzymać taką przestrzeń energetyczną, w której ty możesz siebie uleczyć. Prowadziłam tysiące uczniów podczas ich osobistych podróży uzdrawiania energią i przez lata pracy widziałam tysiące zmieniających życie transformacji. Można nawet nazwać te radykalne przemiany „cudami”. Wielu z tych uczniów ma teraz rzeszę własnych uczniów będących mistrzami i nauczycielami, którzy z nimi trenowali. Moje trzy ostatnie książki służą tej świadomej społeczności w dowiadywaniu się więcej na temat czakr i ogólnie leczenia. Jest dla mnie ogromnym zaszczytem, jako dla dydaktyka, że mogę się z tobą dzielić tą energią i że mogę tutaj być, by stać się inspiracją dla twojej podróży do świata medycyny energetycznej.

Dla mnie Reiki zawsze było szczególnie kuszącym polem zainteresowań. Odkryłam, że wszelkie uzdrawianie przychodzi falami i naprawdę znajduje nas dokładnie wtedy, gdy go potrzebujemy. W moim przypadku badanie czakr rozpoczęło się w czasie






wielkiego uzdrawiania mojego umysłu i ciała, kiedy byłam głodna sposobów nauczenia się naturalnego leczenia siebie, zarówno fizycznego, jak i emocjonalnego. Odkryłam, że dzięki nauczeniu się równoważenia czakr, zrównoważył się mój poziom energii, dzięki czemu mogłam pracować przez cały dzień, nie czując wyczerpania. Moje serce stało się bardziej otwarte, a ja zaczęłam otwierać w swoim życiu drzwi tam, gdzie przedtem były mury. Moje życie trwale zmieniło się na lepsze.

Ta książka przeprowadza cię przez to, jak używać Reiki do uzdrawiania i równoważenia czakr, aby uzyskać osobisty i duchowy rozwój. Przedstawiony tutaj materiał jest idealny dla rozpoczynających praktykowanie uzdrawiania, zarówno do gromadzenia wiedzy o systemie czakr, jak i poznawania technik i tradycji Reiki. Omawiam, czym one są i jak współpracują, by dopełnić medycynę energetyczną lub holistyczną praktykę uzdrawiania. Skorzystaj z informacji zawartych w tej książce, zapoznając się z nią od początku do końca (zalecane dla początkujących) lub zacznij od rozdziału, który cię najbardziej interesuje. Książka ma elastyczną strukturę pozwalającą wybrać to, czego w danej chwili potrzebujesz, byś przeskakując poszczególne rozdziały, nie miał poczucia straty.

Mam wielką nadzieję, że ta wiedza zainspiruje cię do skorzystania ze swojego połączenia z Reiki, ze swojego kanału Reiki, by poprawić swoje życie i rozwinąć cię duchowo z wdziękiem,



łatwością i pewnością. Dzięki zaangażowanej praktyce oraz odrobinie czasu i wysiłku spędzonego na używaniu swoich darów i łączeniu się z Duchem, każdy może nauczyć się tej praktycznej metody. Nauka, jaką jest fizyka kwantowa, potwierdziła obecność jednoczącej siły energii pomiędzy wszelką materią we Wszechświecie. Ta siła życiowa jednoczy ciało, umysł i Ducha z energią Źródła. Dlatego Reiki może być wykorzystane, by doświadczyć jedności ze wszystkim.

Dzięki tej pracy będziesz mógł dostarczyć sobie przestrzeni uzdrawiającej albo pomóc ludziom w gruntownym uleczeniu siebie samych. Niezależnie od tego, czy planujesz użyć Reiki dla własnego zdrowia i dobrej kondycji, czy też planujesz poszerzyć swoją praktykę jako Mistrz i nauczyciel Reiki, ta książka jest wspólnym punktem wyjścia. W czasie tego przebudzenia życzę wam wielu błogosławieństw miłości i światła. Niech wasze działanie i integracja treści tu zawartych będzie radością i iluminacją w waszym życiu.

## POWIĄZANIE REIKI - CZAKRA

**R**ozpoczynamy naszą podróż związaną z połączeniem Reiki i czakr, która obejmuje wiele fundamentalnych aspektów, aby uzyskać ogólną wiedzę, zarówno na temat praktyki Reiki, jak i połączenia Reiki z czakrami. Ta część wyjaśnia, czym są czakry i jak wpływają na nasze emocje, ciało i umysł. Badamy energetyczną naturę wszystkiego, co nas otacza, i zaczynamy widzieć, jak jest to związane z naszą boską i ludzką naturą.

Na końcu będziesz miał solidne rozeznanie we wszystkich podstawowych elementach praktyki Reiki. Odniesiemy się do samej praktyki i tego, jak ona działa, i przyjrzymy się tradycyjnym symbolom Reiki. Zostaniesz wprowadzony w różnorodność technik, które możesz łatwo zastosować, aby pomóc sobie w uzdrowieniu siebie i innych. Kiedy zdecydujesz się na pracę z Reiki, wybierasz ścieżkę pracy ze świadomością boskiego światła, aby pomóc w transmutacji wszelkiego rodzaju mroku i negatywności wewnątrz i wokół ciebie. Niech twoja podróż będzie błogosławiona, orędowniku światła!

# ROZDZIAŁ 1



# CZAKRY

**WITAM W ŚWIECIE UZDRAWIANIA ENERGETYCZNEGO.** Gdy będziesz się uczył na temat Reiki, tego cennego sposobu leczenia zrodzonego ze wschodniej tradycji uzdrawiania, będziesz również prowadzony przez powiązania Reiki z czakrami. Kluczem do zrozumienia tego związku jest to, jak energia odnosi się do fizycznego i niefizycznego ja oraz uczenie się współdziałania z tą energią w celu uzdrawiania.

Ten rozdział zagłębia się w naturę energii oraz w to, jak ona wpływa i oddziałuje na nasze życie. Badam w nim biopole i aurę człowieka, aby następnie zajrzeć w portale energetyczne, które nazywamy czakrami. Dowiesz się, czym są czakry, jak wpływają na nasze ciała fizyczne i emocje oraz co to znaczy, że nasze czakry są zablokowane, a co, że są w równowadze. W końcu dojdziemy do twojej zdolności uzdrawiania swoich czakr poprzez różnorodne powszechne sposoby leczenia.

## ENERGIA JEST WSZĘDZIE

Słowo *Reiki* odnosi się do „energii uniwersalnej”, która jest obecna dosłownie we wszystkim (*rei* oznacza „Wszechświat”, *ki* oznacza „energię”). Energia uniwersalna tworzy tkanę naszej egzystencji, podobnie jak świat materialny i wszystko, co w nim działa. Energia płynie absolutnie we wszystkim i wszystko otacza. Patrząc na otaczający nas świat, możemy zobaczyć i dotknąć gęstszych obiektów fizycznych – takich jak samochód czy krzesło. Mniej gęstych energii nie postrzegamy fizycznie, a raczej czujemy bądź wyczuwamy. Przykłady wskazują na emocje, odmienne temperatury czy zapachy. Wszystko niesie ze sobą własny niepowtarzalny wzór energetyczny czy sygnaturę częstotliwości. W rzeczywistości materia fizyczna i niefizyczna to tylko dwie formy tej samej rzeczy, wibrujące lub oscylujące różnymi częstotliwościami. Te wyróżniające czynniki to sposób, w jaki możemy naturalnie odróżnić rzeczy i wychwycić wszystkie subtelne niuanse odgradzające jedno doświadczenie lub doznanie od drugiego. Każda żyjąca istota, także ludzie, ma niepowtarzalny podpis energetyczny, podobny do charakterystycznych dla każdego odcisków palców czy kodu genetycznego.

Ta uniwersalna, podtrzymująca życie energia znana jest we wschodniej medycynie jako *ki* (Japonia) albo *chi* (Chiny). To jest *prana* albo energia podstawowej siły życiowej, która przepływa przez wszystko. Wszystkie żyjące organizmy niosą w sobie praną. Począwszy od jedzenia, które spożywamy, poprzez drzewa rosnące na podwórku, wodę płynącą w strumieniu, po zwierzęta i ludzi; wszyscy jesteśmy częścią większego ciała energetycznego, które obejmuje tę rzeczywistość. Subtelne energie przepływają przez nas, ożywiając nasze ciała, ułatwiając oddychanie i pozwalając nam odczuwać nasze stany emocjonalne. Energie te wchodzą i wychodzą z ciała poprzez system czakr.

Zanim dojdziemy do tego, czym dokładnie są czakry, ważne jest zrozumienie różnych warstw, które mieści w sobie ciało energetyczne i naczynie ciała fizycznego. Tuż poza twoim ciałem fizycznym istnieje pole aury. Wyróżnia się siedem warstw aury, a aura zawiera czakry. Każda warstwa aury odpowiada jakiejś czarce w ciele. Zarówno twoja aura, jak i czakry zawierają twoje pole energetyczne, jak również pole energetyczne wszystkiego, co żyje. To właśnie te warstwy reagują na ludzką myśl czy uczucie, które mogą sprawić, że pole się poszerza lub kurczy. Na ogół twoja aura (zwana również biopolem lub matrycą eteryczną) jest odpowiedzialna za wyczuwanie energii wokół ciebie i regulowanie twojego osobistego pola magnetycznego. Niektóre warstwy są nawet odpowiedzialne za pobieranie wyższych poziomów niematerialnych informacji do twojego ciała fizycznego.

Pomyśl o tych warstwach jak o kocach okrywających twoje ciało i poruszających się wokół niego jak pierścienie. Wiele osób, w tym niektórych z moich uczniów Reiki, zaskakuje to, że rozmiar ludzkiej aury może być całkiem duży. Aury mogą mieć szerokość średnio od 1 do 2 metrów, a największe mogą sięgać nawet do 20 metrów! Możliwe jest również gwałtowne przesunięcie aury do przodu lub do tyłu twojego ciała energetycznego, jeśli się przestraszysz lub poczujesz się zagrożony; podobnie rozszerza się ona, gdy czujemy się podekscytowani, bezpieczni i kochani.

Chociaż rozpoczęcie wizualnego wyczuwania aury trzecim okiem (widzenie aury) wymaga bardzo dużej praktyki, można ją wyczuć dłońmi za pomocą prostej techniki zwanej skanowaniem ciała. Tej właśnie techniki uczę moich uczniów na pierwszym poziomie i dość łatwo jest ją ćwiczyć na innej osobie. Zaczynasz, stojąc w odległej części pokoju i powoli zbliżasz się do wybranej osoby, aż poczujesz lekką zmianę na poziomie energii albo odepchnięcie. W ten sposób można oznaczyć krawędzie biopola. Możesz poprosić

osobę, aby pomyślała o szczęśliwych chwilach i ponownie dokonać pomiaru, żeby dostrzec, jak zmienia się rozmiar i odczuwanie aury. Możesz także stać w obrębie aury i przesuwać rękami, odnotowując wszelkie zmiany temperatury lub odczucia fizyczne w celu uzyskania sprzężenia zwrotnego. Inną możliwością jest użycie różdżki lub zrobienie sobie różdżki ze starego wieszaka. Spróbuj – ani się obejrzyysz, a będziesz się świetnie bawić, odczytując aury!

## WIĘCEJ NA TEMAT CZAKR

Teraz, gdy już opowiedziałam o warstwach energii i ciałach fizycznych, objaśnię czakry. Wiemy, że wszystko, co istnieje, składa się z energii, co oznacza, że wszystko ma wibrację lub częstotliwość. Ciało ludzkie nie jest wyjątkiem. W ciele, powyżej niego i wokół ciała znajdują się centra energetyczne, które zarządzają energią wchodzącą i opuszczającą ciało w każdym czasie. Myśl o nich jak o niewidzialnych drzwiach, które pozwalają energii wchodzić i wychodzić. Uważa się, że te centra energetyczne są albo transpersonalne, subpersonalne lub cielesne, co oznacza, że znajdują się powyżej, poniżej albo na ciele fizycznym. Odpowiadają one różnym układom ciała, narządom, gruczołom i funkcjom, a niektóre mają nawet wspólne czakry połączone z wieloma układami. W dawnej tradycji hinduskiej słowo *czakra* tłumaczone było z grubsza jako „koło światła”. Każde koło jest rzutowane do przodu i do tyłu ciała fizycznego danej osoby i obraca się, wirując oraz otwierając się lub zamykając, kiedy zyskuje lub traci energię.

W kolejnych rozdziałach książki porozmawiamy o tym, jak poznać się z różnicami pomiędzy czakrami, jak również o tym, jakie poszczególne obszary reprezentuje dana czakra. Teraz wystarczy, że zrozumiesz, że te portale czy wiry są tak naprawdę

obszarami krzyżujących się punktów energetycznych, które łączą się wewnątrz. Nie możemy ich zobaczyć gołym okiem, ale możemy wyczuć, że są rzeczywiste, ponieważ możemy poczuć bezpośredni wpływ, jaki mają na ciało. Na przykład zamknięta czakra gardła daje określone objawy, które rejestrujemy na poziomie fizycznym, takie jak ból gardła, sztywność karku, niemożność komunikowania się bądź wyrażania jasnych opinii albo ból szczęki. Pojawienie się tych problemów może zająć trochę czasu, a niektóre z nich mogą wydawać się niefizyczne (takie jak uczucie bycia niesłyszczanym lub nierozumianym).

**CZAKRA KORONY**

**CZAKRA TRZECIEGO OKA**

**CZAKRA GARDŁA**

**CZAKRA SERCA**

**CZAKRA SPLOTU SŁONECZNEGO**

**CZAKRA SAKRALNA**

**CZAKRA PODSTAWY**



Jako że nasz układ jest holistyczny, wszystko jest ze sobą połączone i ma wpływ na inne części tej całości. Kiedy wszystkie czakry są otwarte, wyrównane i zharmonizowane, energia płynie przez ciało w sposób optymalny i właściwie funkcjonuje. Twoje ciało będzie się czuło zdrowe i będziesz potrafił pozostać obecny i emocjonalnie ustabilizowany. Możliwe jest odczuwanie bezpośredniego



wpływu na ciało i emocje, jako że ta subtelna energia może na nas wpływać całymi godzinami i dniami. Niektóre poważniejsze problemy, choroby i dolegliwości mogą gromadzić się w danym układzie całymi latami, zanim objawią się jako symptomy fizyczne, dlatego tak ważne jest, aby regularnie oczyszczać system energetyczny.

W tej książce omówimy siedem głównych centrów energetycznych: czakrę korony, trzeciego oka, gardła, serca, splotu słonecznego, sakralną i podstawy. Uznawane są one za podstawowe czakry w ciele, jako że znajdują się na ciele i odpowiadają określonym obszarom w ciele fizycznym. Moja książka *Czakry – kompletny przewodnik. Ćwiczenia i praktyki odblokowujące i aktywujące system energetyczny 12 czakr* skupia się na wszystkich ośrodkach energetycznych znajdujących się na ciele i blisko niego. Ta zaś książka podejmuje temat wszystkiego, co powinieneś wiedzieć jako początkujący w Reiki i czakrach, a jeśli szukasz bardziej zaawansowanej teorii i informacji, śmiało sięgnij po *Czakry – kompletny przewodnik*.

W tym systemie energetycznym wyróżnia się także mniejsze punkty czakr, meridiany i nadi. W tej książce omówimy te główne mniejsze punkty czakr, ale pamiętaj, że w niektórych kulturach na ciele wyróżnia się setki (aż do 365!) mniejszych punktów czakr. Nie jest konieczne, by indywidualnie pracować z każdym z tych punktów, zwłaszcza że Reiki to inteligentna energia, która wie, dokąd ma płynąć, kiedy już skierujesz ją tam swoją intencją. Ważne, by teraz zwrócić uwagę na dwa inne ważne kanały energetyczne, które istnieją w ciele: meridiany i nadi.

W TMC (Tradycyjnej Medycynie Chińskiej) meridiany biegną jak autostrada łącząca określone punkty akupresurowe na ciele. Mamy 14 głównych kanałów meridianów, a większość z nich biegnie przez siedem głównych czakr. Następnie są *nadi* – oznacza to „przewód” lub „kanał” – które są dwoma podstawowymi kanałami energetycznymi biegnącymi w górę i w dół ciała.



ŚWIATOWE BESTSELLERY DLA CIEBIE – SPRAWDŹ:



www.studioastro.pl

## MEDYTACJA CZAKRALNA

April Pfender

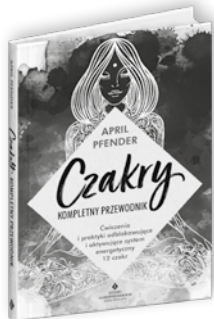


Czy wiesz, że blokada energii w czakrze korony może wywoływać bóle głowy i depresję! Energia zablokowana w czakrze gardła oznacza problemy z komunikacją, choroby tarczycy i układu oddechowego! Poznaj serię autorskich medytacji, które pomogą ci otworzyć każdą czakrę, odblokować energię, która w nich zalega 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 – 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



## UZDRAWIANIE CZAKR MOCĄ KRYSZTAŁÓW

Karen Frazier



Czakry to centra energetyczne, które mają duży wpływ nie tylko na twoje zdrowie fizyczne i psychiczne, ale również na rozwój duchowy. Kiedy coś wytrąca cię z równowagi, czakry potrzebują niewielkiej pomocy, by ponownie zharmonizować płynącą w nich energię. Dzięki tej książce dowiesz się, jak odblokować i oczyścić czakry. Autorka, ceniona uzdrowicielka energetyczna i medium, pokaże ci, jak wykorzystać do tego kryształy i kamienie szlachetne. Dowiesz się, w jaki sposób te kamienie uzdrawiające rezonują z twoimi czakrami. Poznasz szczegółowe profile kilkudziesięciu kryształów i nauczysz się wykorzystywać je w medytacjach czakralnych, wizualizacjach i wielu innych terapiach, które uzdrowią twoje czakry. Kryształy – skuteczna pomoc w odblokowaniu czakr!

## CZAKRY BEZ TAJEMNIC

Ambi Kavanagh



Czym są czakry? Jak odblokować czakry i użyć ich ogromnej siły do przemiany swojego życia? Dzięki tej książce zdobędziesz wiedzę o narzędziach, które możesz wykorzystać, aby rozpocząć swoją podróż z uzdrawianiem energii. Ta książka to swoiste kompendium wiedzy o czakrach dla początkujących. Autorka, bazując na medycynie naturalnej, własnym doświadczeniu i praktyce mistrzyni Reiki, przygotowała praktyczny zestaw najskuteczniejszych terapii, medytacji, afirmacji, ćwiczeń oddechowych i ćwiczeń umysłu. Dzięki nim z łatwością rozpoczniesz pracę z czakrami, zadbasz o zdrowie i rozwój duchowy. Szczególnie przydadzą ci się codzienne ćwiczenia i medytacje na oczyszczanie czakr. Praktyki i rytuały na harmonizację i oczyszczanie czakr. Zadbaj o swoją równowagę energetyczną już dziś!

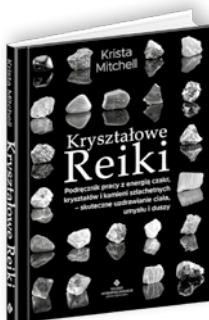
ZAMÓW JUŻ TERAZ TO TAKIE PROSTE

www.talizman.pl tel. 85 654 78 35



## KRYSZTAŁOWE REIKI

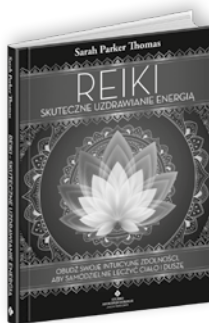
Krista Mitchell



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. Autora przygotowała też wiele praktycznych rad na oczyszczanie kamieni, aury i przestrzeni. Pełnia zdrowia dzięki kryształom i energii Reiki.

## 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!

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**
- ✓ **MISTRZOWSKA SZTUKA WRÓŻENIA**
- ✓ **ODNOWA PSYCHOBIOLOGICZNA**
- ✓ **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](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



AMULETY, TALIZMANY, RYTUAŁY

●  
SPEŁNIANIE MARZEŃ, POZYTYWNE MYŚLENIE

●  
KSIĄŻKI EZOTERYCZNE I O ROZWOJU DUCHOWYM

●  
KARTY ANIELSKIE, RUNICZNE, TAROT, WRÓŻENIE

●  
KAMIENIE NATURALNE, LAMPY SOLNE

●  
KSIĄŻKI I PRODUKTY PROZDROWOTNE

●  
E-BOOKI I AUDIOBOOKI

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

Wybierz szczęście z dostawą do domu

**www.talizman.pl   tel. 85 654 78 35**



**POLECAMY:**



**APRIL PFENDER** to mistrzyni i nauczycielka Reiki, a także instruktorka medytacji. Jest założycielką Santa Monica Healing, ośrodka specjalizującego się w praktykach Reiki, uzdrawianiu kwantowym, poradach medytacyjnych, leczeniu dźwiękiem, a także duchowych warsztatach i wycieczkach.

Mimo że czakry i Reiki wywodzą się z różnych tradycji, są ze sobą ściśle powiązane. Zarówno czakry, jak i Reiki skupiają się na uzdrawianiu i sterowaniu energią, która przepływa przez twoje ciało.

Ta książka jest jedynym w swoim rodzaju przewodnikiem po łączeniu mocy czakr z uzdrawiającą energią Reiki. Nauczysz się z niego, jak pozwolić swojej energii swobodnie płynąć, by twój umysł i ciało mogły się prawidłowo rozwijać. Dowiesz się, jak odblokować i oczyścić każdą z 7 czakr, wykorzystując do tego Reiki, mantry oraz proste ćwiczenia energetyczne. Ilustracje zawarte w książce pomogą ci zlokalizować czakry, a także zobrazują symbole Reiki oraz proste układy rąk. Dzięki temu będziesz mógł stosować tę terapię nie tylko do samoleczenia, ale również uzdrawiania swoich bliskich.

### ZADBAJ O ZDROWIE SWOICH CZAKR DZIĘKI MOCY REIKI!

„Jako lekarz i mistrz Reiki uważam, że ta książka jest przemyślana, przejrzysta i przystępna dla czytelników na wszystkich poziomach. Poszerza naszą wiedzę na temat czakr i Reiki jako narzędzi do poprawy zdrowia umysłu, ciała i ducha. Polecam tę książkę każdemu, kto szuka mądrości w dziedzinie energii, Reiki i uzdrawiania”.

**- DR WILLIAM COWARD, MISTRZ REIKI**

**PATRONI:**



靈氣