

SHIVA SINGH

# OPOWIEŚCI BUDDYJSKIE

KTÓRE UCZĄ I BAWIĄ



SPÓJRZ NA ŚWIAT Z OTWARTYM UMYŚLEM I SERCEM



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

OPOWIEŚCI  
BUDDYJSKIE  
KTÓRE UCZĄ I BAWIĄ

SHIVA SINGH

OPowieści  
BUDDYJSKIE  
KTÓRE UCZĄ I BAWIĄ



SPÓJRZ NA ŚWIAT Z OTWARTYM UMYŚLEM I SERCEM



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*Jeszcze lepsze jutro*

REDAKCJA: Natalia Paszko  
SKŁAD: Krzysztof Nierodziński  
PROJEKT OKŁADKI: Krzysztof Nierodziński  
TŁUMACZENIE: Maria Stożek-Dahl

Wydanie I  
Białystok 2024  
ISBN 978-83-8301-712-9

Tytuł oryginału: *Der Mann, der Glück verschenken wollte:  
Buddhistische Geschichten über Glück, Zufriedenheit und Selbstliebe*

Copyright © 2022 Shiva Singh  
All rights reserved

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2023  
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](http://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
Stary człowiek i koń . . . . .	10
Rybak i bankier inwestycyjny . . . . .	20
Ćwiczenie uważności nr 1 . . . . .	28
Księżyc i wiatr . . . . .	30
Mistrz zen Hakuin i niemowlę . . . . .	38
Ćwiczenie uważności nr 2 . . . . .	44
Ogród króla . . . . .	46
Dwóch synów i ich matka . . . . .	54
Ćwiczenie uważności nr 3 . . . . .	60
O człowieku, który chciał <i>rozdawać</i> księżyc . . . . .	62
Dwóch mnichów i rzeka . . . . .	68
Ćwiczenie uważności nr 4 . . . . .	76
Opuszczony mężczyzna . . . . .	78

O profesorze żądnym wiedzy . . . . .	84
Ćwiczenie uważności nr 5 . . . . .	90
Żabie zawody . . . . .	92
Ciężar z powodu ziemniaków . . . . .	98
Ćwiczenie uważności nr 6 . . . . .	104
Budda i wściekły mężczyzna . . . . .	106
Ćwiczenie uważności nr 7 . . . . .	114
Stara kobieta i zaginiona igła . . . . .	116
Bądź swoim szefem! . . . . .	122
Ćwiczenie uważności nr 8 . . . . .	126
Dwaj akrobaci . . . . .	130
Czas na śmierć . . . . .	136
Posłowie . . . . .	143
Naucz się odpuszczać . . . . .	145
Wszystko jest dobre takie, jakie jest . . . . .	147
Nie oceniaj i akceptuj każdego . . . . .	149

# PRZEDMOWA

Opowieści buddyjskie towarzyszyły mi od dzieciństwa i stanowiły istotny filar mojego wychowania. Moja matka jest rodowitą Syngalezką i zawsze kładła duży nacisk na nauki i mądrości zawarte w tych opowiadaniach. Nauczyły mnie one wiele o życiu i również dzisiaj ciągle przypominają mi o tym, że powinienam skupić się na sobie i swojej istocie, aby rozpoznać, co tak naprawdę jest ważne.

W coraz bardziej zabieganym świecie, gdzie społeczeństwa odczuwają rosnącą presję wyników, dla naszego dobrego samopoczucia najlepszym rozwiązaniem będzie wykonanie czasami również kroku w tył i zadanie sobie pytania, czego tak naprawdę oczekujemy od życia i co sprawia, że jesteśmy szczęśliwi.

Niestety, ta autorefleksja zbyt często zostaje stłamszona przez pośpiech, który towarzyszy nam każdego dnia. Oczekiwania ludzi – znajomych, pracodawcy czy innych

bliskich osób, utrudniają nam w wielu sytuacjach całościowe spojrzenie na świat.

Opowieści, zawarte w tej książce, posiadają swoje korzenie w kulturze buddyjskiej, ale mają niewielki związek z religią buddyjską.

Każdy zainteresowany może przeczytać tę książkę z otwartym sercem – niezależnie od własnej religii – i znaleźć w niej porady, które będą wskazówkami w jego życiu. Z tego powodu wciąż zachęcam wyznawców różnych religii lub prowadzących odmienny styl życia, aby skonfrontowały się z tą książką i przekazanymi w niej wartościami.

Opowieści, na których opiera się ta książka, różnią się od opowieści świata zachodniego nie tylko pod względem treści, ale również struktury i sposobu pisania. W ten sposób czytelnik zdobywa możliwość spojrzenia nowymi oczyma na znany mu do tej pory świat – aby następnie stwierdzić, że wartości, takie jak szczęście i zadowolenie, wyglądają nagle inaczej niż do tej pory przez nowy sposób spojrzenia na świat. Nabierają one nagle nowego znaczenia i mogą w najlepszym przypadku wpłynąć pozytywnie na naszą świadomość.

Nie wszystkie opowieści, które znajdziesz w tej książce, pochodzą ze Sri Lanki. Niektóre z nich mają swoje korzenie w buddyzmie zen, stanowiącym kierunek buddyzmu mahajana, który rozwinął się w Chinach w V w. Niemal 70% społeczeństwa Sri Lanki wyznaje buddyzm Theravada.



Opowieści, które mają swoje korzenie w różnych kierunkach buddyzmu, różnią się od siebie – przede wszystkim z powodu różnic kulturowych, występujących w poszczególnych krajach. Mimo to – a może również z tego powodu – nie zdecydowałam się na podzielenie opowieści według ich pochodzenia, ale umieściłam w tej książce wszystkie historie, które mnie zainspirowały – niezależnie od odmiany buddyzmu, do której należą. Celem tej książki nie jest opowiadanie historii, mających korzenie w określonym kierunku buddyzmu, ale przede wszystkim przekazanie ci – jako czytelnikowi – rad, które posłużą za drogowskazy i umożliwią wyciągnięcie pewnych wniosków.

Z całego serca życzę sobie, żeby te opowieści odkryły przynajmniej jednemu człowiekowi nową perspektywę życia i pomogły wnieść do niego coś nowego. Dużo i często myślałam o tych historiach i mam nadzieję, że zainspirowują cię one w tym stopniu, co mnie. Przyjemnej lektury!

# Stary człowiek i koń



*Opowieść o uprzedzeniach*

Niegdyś w pewnej wiosce żył stary mężczyzna. Nie posiadał zbyt wiele – miał tylko konia. Było to jednak zwierzę tak piękne, że zewsząd wzdychali do niego bogaci ludzie, a nawet królowie. Mężczyzna nie sprzedał jednak swojego konia – niezależnie od sumy, jaką mu za niego oferowano.

Pewnego dnia stary człowiek zauważył, że jego konia nie ma w stajni. Cały wioska od razu dowiedziała się o zaginięciu zwierzęcia i odwiedzała jego właściciela, żeby wyrazić mu swoje współczucie:

– O, nieszczęśniku. Miałeś takiego wspaniałego konia a teraz nie masz ani konia, ani pieniędzy. Mogłeś go sprzedać i wziąć pieniądze. Ale że byłeś głupi, to teraz nie masz nic.

Kiedy stary człowiek usłyszał te słowa, zaśmiał się tylko serdecznie i odpowiedział – Nie bądźcie nierozsądni! Jedyne, co teraz wiemy, to to, że koń zniknął ze stajni.

Tylko przyszłość pokaże, jakie konsekwencje będzie miało to zniknięcie. Teraz tego nie wiemy.

Stary mężczyzna wykonywał dalej swoją codzienną pracę i żył swoim życiem. Kilka dni później usłyszał odgłosy swojego konia, dobiegające ze stajni. Kiedy się tam udał, zobaczył jak jego własny koń wraca z lasu z wieloma innymi końmi. Teraz miał ich całą gromadę.

Wiść o tym wydarzeniu znowu szybko rozeszła się po wiosce i znowu wszyscy przychodzili do starego człowieka, aby pogratulować mu szczęścia z powodu tego, co się stało. Mówili – Niesamowite, że ten koń wrócił z całym stadem pięknych koni. On może teraz sprzedać jeszcze więcej koni i stać się bogatszym od nas wszystkich.





# Rybak i bankier inwestycyjny



*Opowieść o byciu szczęśliwym*

Rybak siedział na plaży z wędką. Było bardzo wcześnie rano i już udało mu się złowić wiele ryb – a że był już zadowolony z połowu, spakował swoje rzeczy, aby odpłynąć łodzią do domu. Młody człowiek, bankier inwestycyjny, zauważył pakującego się rybaka i podbiegł do niego ze słowami – Dlaczego Pan już się pakuje? Jest wcześnie. Może Pan złowić jeszcze więcej ryb!

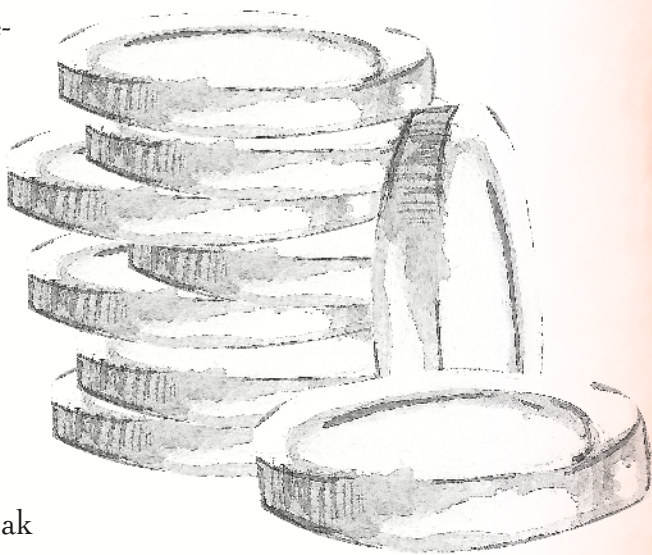
Rybak odpowiedział – Oczywiście, że mógłbym tak zrobić. Ale zaplanowałem na dzisiaj jeszcze parę fajnych rzeczy. Najpierw chcę spędzić czas z moją rodziną. Potem chciałbym posłuchać muzyki z przyjaciółmi i napić się z nimi wina. A pod koniec dnia chcę samotnie cieszyć się tym dniem, siedząc i obserwując świat wokół siebie.

Bankier inwestycyjny uśmiechnął się i powiedział do rybaka – Powiem Panu teraz, jak może Pan w najlepszy sposób cieszyć się życiem. Niech Pan pracuje każdego dnia o parę sekund dłużej, aby móc złowić więcej

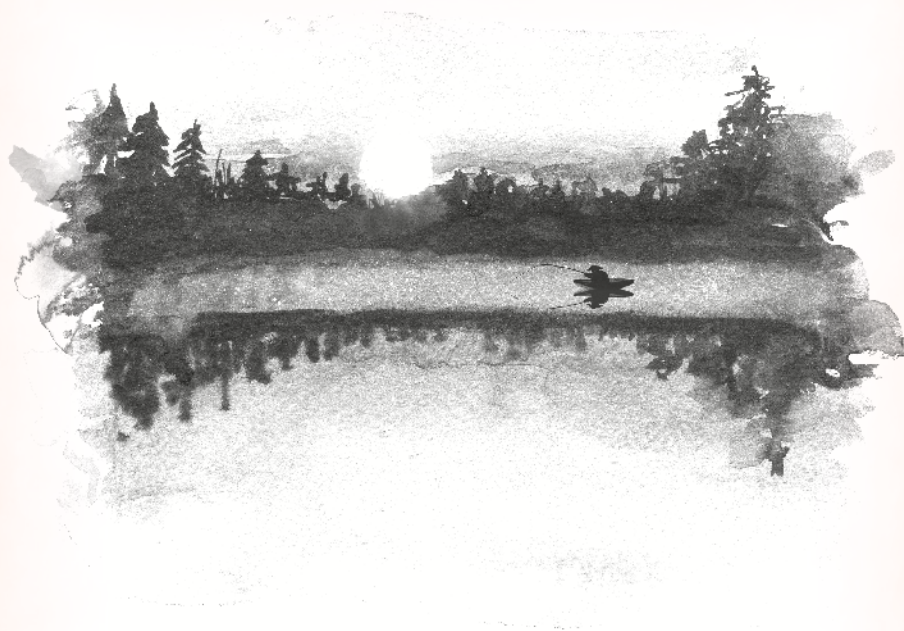
ryb, zamienić je na pieniądze, które zaoszczędzi. Dzięki nim może Pan kupić większą łódź i dzięki niej złowić dużo więcej ryb. Będzie je Pan sprzedawał do hurtowni, przez co osiągnie Pan dużo większy zysk. Potem założy Pan za te pieniądze własną fabrykę i zostanie członkiem giełdy. Będzie Pan mógł sprzedawać swoje akcje i zostać milionerem. Kiedy już tak stanie się, będzie Pan mógł cieszyć się szczęśliwym życiem.

Rybak odpowiedział na to jednym pytaniem – Jak długo będzie to mniej więcej trwało? Młody mężczyzna odpowiedział – Jeśli będzie miał Pan szczęście, to około 20 lat.

Następnie rybak spytał – Co się potem stanie? Co się stanie po tym, jak sprzedam swoją fabrykę? Młody mężczyzna odpowiedział nieco zmieszany – No, będzie Pan mógł cieszyć się czasem spędzonym z rodziną. Będzie Pan mógł spotykać się ze swoimi przyjaciółmi, cieszyć się z wina i muzyki,







a wieczorami spędzać czas sam. Dodatkowo będzie Pan mógł nawet łowić ryby.

Na te słowa rybak zaśmiał się życzliwie i powiedział – Ale przecież to jest to, co już robię.

---

W naszym społeczeństwie w widocznym stopniu przejawia się sposób myślenia zorientowany na osiągnięcie jak najlepszych wyników. Ma on wpływ na ideały i wyznaczone cele. Wydaje się, że od dzieciństwa nasze życie przebiega według wzorców wyznaczonych przez społeczeństwo. Nasza wartość w społeczeństwie jest mierzona według tego, czy osiągnęliśmy te cele. W ten sposób

zatracamy się w naszych ideałach, które opierają się na osiągnięciu jak najlepszych wyników i sukcesu, wierząc, że sprawi, iż ostatecznie będziemy szczęśliwi.

Powinniśmy jednak zaryzykować i zastanowić się, czy ten sukces naprawdę uczyni nas lub społeczeństwo szczęśliwymi. Najlepszy uczeń, student czy pracownik cieszy się dużym uznaniem, lepszymi możliwościami i przez to osiąga największy sukces. Jeśli dokładniej przyjrzymy się temu zjawisku, nie będziemy zaskoczeni, że jesteśmy tak bardzo zorientowani na osiągnięcie wyników i chcielibyśmy odnieść największy sukces, aby być szczęśliwymi. Jak już wcześniej wspomniałam, powinniśmy zadać sobie w tym miejscu pytanie, czym właściwie jest sukces i dla kogo okaże się on na końcu prawdziwym sukcesem.

Wydaje się, że w tym przypadku na końcu będzie on oznaczał tylko posiadanie możliwie największej sumy pieniędzy, uznania i wysokiego statusu w społeczeństwie.

Dlaczego tak więc uparcie dążymy do osiągnięcia sukcesu? Kto szuka odpowiedzi na to pytanie, znajdzie zwykle tylko prostą i jednocześnie paradoksalną odpowiedź – Dążenie do szczęścia – ponieważ ten, kto odnosi sukcesy, w końcu będzie też szczęśliwy. Takie jest przynajmniej założenie, funkcjonujące w społeczeństwie. Jeśli jednak spytamy osoby, które (z punktu widzenia społeczeństwa) odniosły sukces, wówczas okaże się, że nie twierdzą one jednoznacznie, iż są szczęśliwsze niż kiedyś.

Nasz problem polega na tym, że jesteśmy tak bardzo skupieni na osiągnięciu rzekomego sukcesu, iż zupełnie zapominamy przy tym o byciu szczęśliwymi. I na tym właśnie polega paradoks.



ŚWIATOWE BESTSELLERY DLA CIEBIE – SPRAWDŹ:



www.studioastro.pl

## 77 OPOWIEŚCI BUDDYJSKICH Z MORAŁEM

Shiva Singh



W coraz bardziej szalonym świecie, który wywiera ogromną presję na osiągnięcie sukcesów, najlepszym sposobem na zachowanie spokoju i dobrego samopoczucia jest spytanie siebie – czego tak naprawdę oczekuję od życia i co sprawia, że jestem szczęśliwy. Dzięki 77 inspirującym opowieściom buddyjskim, które zostały zaczerpnięte z buddyzmu zen – filozofii Wschodu, będziesz mógł wpłynąć na duchowość i zmienić sposób myślenia o życiu. Z ich pomocą odnajdziesz drogę do swojego serca i otrzymasz wiadomości wykraczające daleko poza proste znaczenie słów. Ich przesłania będą ci towarzyszyć na ścieżce rozwoju duchowego i osobistego. Pogłębią twoją świadomość, stając się źródłem natchnienia i ponadczasowymi lekcjami życia. Opowieści buddyjskie, dzięki którym odkryjesz, czym jest doskonałość życia.

## BĄDŹ SWOIM SZCZĘŚCIEM

Tina Turner



Autobiografia Tyny Turner odsłania nieznane fakty z życia amerykańskiej wokalistki. O wielu z nich nie wiedzieli nawet najwierniejsi fani. Oprócz opisu perypetii życiowych piosenkarki książka wprowadza w pełen uniwersalnych mądrości świat buddyzmu i filozofii Wschodu. Pokazuje siłę pozytywnego myślenia i drogę prowadzącą ku prawdziwemu rozwojowi duchowemu. Dzięki tej lekturze dowiesz się, jak praktyki duchowe, takie jak czantowanie czy medytacje, pomogły Tinie Turner poradzić sobie z wieloma problemami życiowymi i osiągnąć światowy sukces. Nic nie stoi na przeszkodzie, byś wykorzystał jej doświadczenia w staraniach o spokojny umysł czy wzmocnienie poczucia własnej wartości. Odkryj i wykorzystaj moc buddyjskiej duchowości!

ZAMÓW JUŻ TERAZ  TO TAKIE PROSTE

www.talizman.pl tel. 85 654 78 35



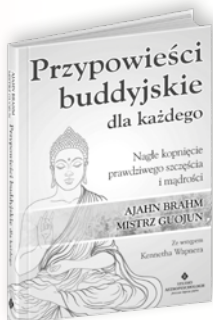
ŚWIATOWE BESTSELLERY DLA CIEBIE – SPRAWDŹ:



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

## PRZYPowieści BUDDYJSKIE DLA KAŻDEGO

Ajahn Brahm, Mistrz Guojun



Większość z nas żyje z dnia na dzień, nie bacząc na zachodzące wokół zmiany i relacje. Kiedy stracimy pracę, ukochaną osobę, motywację czy radość do życia, a także zdrowie oraz szczęście w związku, często doświadczamy silnego wstrząsu. Zastanawiamy się wówczas, co teraz? Dzięki Autorom, nauczycielom buddyzmu, filozofii, rozwoju duchowego i medytacji, nauczysz się rozumieć swoją karmę i żyć pełnią życia. Nawet wtedy, kiedy ścieżka, którą podążasz, wydaje się stroma. Zaprezentowane w książce piękne przypowieści są nie tylko mądrościami buddyjskimi, które motywują do prawdziwego rozwoju osobistego. Ale również odzyskania pozytywnej energii, oczyszczenia świadomości i wzmocnienia duchowości. Dotyczą wszystkich dziedzin życia i zawierają w sobie ukryty sens. Do szczęścia potrzeba naprawdę niewiele!

## OPOWIEŚCI BUDDYJSKIE DLA MAŁYCH I DUŻYCH

Ajahn Brahm



Oto przed tobą wspaniały zbiór motywujących opowieści buddyjskich. Opierają się one na filozofii buddyzmu, karmie i duchowości ukazując drogę do szczęścia i radości. W książce znajdziesz zarówno przypowieści o nadziei, miłości, przebaczeniu jak również o wolności od strachu i przezwycięzeniu bólu. Opowiadane z dozą inteligentnego humoru bawią, a także skłaniają do refleksji i medytacji. Wpływają na zmianę świadomości, rozwój duchowy i osobisty, a także pozytywną energię. Bajki buddyjskie czytane dzieciom uczą nie tylko współczucia dla innych, ale rozwijają w nich dobroć, miłość oraz wzmacniają poczucie własnej wartości i relacje z innymi. Dorośli natomiast odnajdują w nich zrozumienie, spokój, jak również pomoc w rozwiązywaniu codziennych problemów. Otwórz wrota swojego serca.

ZAMÓW JUŻ TERAZ TO TAKIE PROSTE

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



## MĄDROŚĆ BUDDYJSKIEGO MNICHA

Ajahn Brahm



Autor książki to buddyjski mnich, który z powodzeniem wykłada nauki Wschodu w sposób zrozumiały dla ludzi Zachodu. W tym intrygującym i napisanym w zabawnym stylu podręczniku wyjaśnia, jak radzić sobie z problemami, jakie napotyka każdy medytujący: niepokojem i trudną do powstrzymania gonitwą myśli, a także atakami paniki i strasznymi wyobrażeniami, które pojawiają się w głowach osób poszukujących wyciszenia. Wyjaśnia również, czym jest medytacja chodzona, metty czy miłującej dobroci. Choć większość nauczycieli zachęca swoich uczniów do rozwijania czystej świadomości, Autor uczy świadomości niedźwiedzia, czyli uważności, która pomoże czytelnikowi zauważyć pełnię dobrodziejstw płynących z praktyki medytacyjnej oraz poradzić sobie z atakami paniki i depresją. Udana medytacja – szczęśliwe życie.

## MEDYTACJA BUDDYJSKIEGO MNICHA

Ajahn Brahm



Czy można uzyskać spokój, pozytywną energię i szczęście, pomimo intensywnego planu dnia i nawału problemów? Odpowiedzi udziela Autor bestsellerów, buddyjski mnich Ajahn Brahm. To specjalista od medytacji, który doskonale potrafi przełożyć buddyjskie mądrości tak, aby były dostosowane do współczesnego życia mieszkańców Zachodu z deficytem duchowości. Wiele osób, inwestując w rozwój duchowy, praktykuje medytację. Interesują się buddyzmem. Jednak ich problemem jest to, że nie potrafią się wyciszyć, a ich pełne emocji umysły pracują na wysokich obrotach. Autor zachęca, by wypróbować pełną miłości praktykę, która stanowi fundament jego podejścia do życia i filozofii, czyli użyźnienie. Buddyjska recepta na lepsze życie.

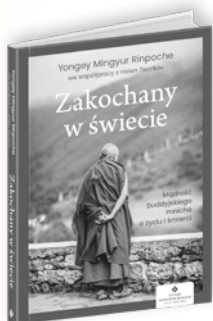
ZAMÓW JUŻ TERAZ  TO TAKIE PROSTE

www.talizman.pl tel. 85 654 78 35



## ZAKOCHANY W ŚWIECIE

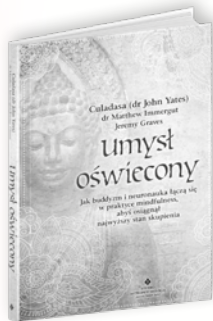
Yongey Mingyur Rinpoche, Helen Tworok



Jeden z największych nauczycieli buddyzmu, szanowany opat trzech klasztorów i wschodząca gwiazda wśród tybetańskich mistrzów, opuścił w tajemnicy swój klasztor, by udać się na wędrownie odosobnienie. Porzucił wygodne życie i zamienił bezpieczeństwo na anonimowość, której nigdy wcześniej nie zaznał. Wkrótce, na skutek zatrucia pokarmowego, śmiertelnie zachorował, a jego podróż przybrała zaskakujący obrót. Ta niezwykle szczerza i inspirująca historia odkryje przed tobą życie wewnętrzne jednego z największych nauczycieli buddyzmu. Poznasz jego emocje, przekonania i wątpliwości, odkryjesz bezcenne nauki płynące z filozofii buddyjskiej, a także medytacje, które stanowią będą bezcenną pomoc w twojej duchowej transformacji. Buddyjska mądrość we współczesnym świecie!

## UMYSŁ OŚWIECONY

Culadasa (dr John Yates),  
dr Matthew Immergut, Jeremy Graves



Culadasa to mistrz medytacji i buddyzmu, a także neuro naukowiec. W książce wyjaśnia, jak zachować spokojny umysł dzięki praktyce uważności (mindfulness). Podpowiada, jak pogłębić swoją świadomość, rozwój duchowy, osobisty i praktykę medytacji. Prezentuje skuteczną terapię, czyli praktyki duchowe oraz proces treningu umysłu składający się z 10 etapów medytacji filozofii Wschodu. Szczegółowo opisuje każdy z nich i wyjaśnia ich charakterystyczne cechy. Podaje konkretne techniki radzenia sobie z wyzwaniami, które pojawiają się na każdym etapie medytacji. Wyjaśnia ich przyczyny i metody ich rozwiązania, czyli skuteczne ćwiczenia umysłu. Uczy doskonalić swoje umiejętności i przenosić medytacje na zupełnie nowy poziom wtajemniczenia. Dzięki medytacji twój umysł osiągnie stan najwyższego skupienia.

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

- 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  
przynosi szczęście,  
miłość i bogactwo

KSIĄŻKI EZOTERYCZNE I O ROZWOJU DUCHOWYM

PROFESJONALNE HOROSKOPY

SPECJALISTYCZNA LITERATURA ASTROLOGICZNA

AMULETY, TALIZMANY, RYTUAŁY

KARTY ANIELSKIE, RUNICZNE, TAROT, WRÓŻENIE

KAMIENIE NATURALNE, LAMPY SOLNE

KSIĄŻKI I PRODUKTY PROZDROWOTNE

E-BOOKI I AUDIOBOOKI

SPEŁNIANIE MARZEŃ, POZYTYWNE MYŚLENIE

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

Wybierz szczęście z dostawą do domu

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





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



## ODKRYJ SEKRET BEZGRANICZNEGO SZCZĘŚCIA! TA KSIĄŻKA TO KLUCZ DO ŚWIATA PEŁNEGO GŁĘBOKIEJ MĄDROŚCI I DUCHOWEGO BOGACTWA.

Czytając te opowieści, odkryjesz historie pełne życiowej mądrości i humoru. Poznasz buddyjskie przypowieści o ludziach i ich codziennych dylematach, które nauczą cię patrzeć na życie z większym dystansem i akceptacją. Dowiesz się, jak prosty rybak mądrze rozwiązuje życiowe problemy oraz jak starszy mężczyzna radzi sobie ze stratą. Odkryjesz również, w jaki sposób ćwiczenia uważności mogą przekształcić twoje podejście do życia codziennego.



Opowieści bawią, zaskakują rozwiązaniami i przemyśleniami bohaterów, jednocześnie skłaniają do przeanalizowania własnego życia i swoich wyborów. Dzięki nim nauczysz się odpuszczać, doceniać teraźniejszość i znajdować radość w prostych rzeczach. Zrozumiesz, jak wielką wartość mają empatia i otwartość na innych.

## HISTORIE, KTÓRE OTWIERAJĄ SERCE I UMYŚŁ – TWOJA CODZIENNA DAWKA INSPIRACJI

PATRONI:



SZTUKATER.PL

