

Tanja Kohl

Uzdrowiające dłonie

REIKI W PRAKTYCE

Proste ćwiczenia
skutecznego uzdrawiania energią



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

Uzdrowiające dłonie

REIKI W PRAKTYCE

Tanja Kohl

Uzdrowiające dłonie

REIKI W PRAKTYCE

Proste ćwiczenia
skutecznego uzdrawiania energią



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

REDAKCJA: Paweł Uklejski
SKŁAD: Krzysztof Remiszewski
PROJEKT OKŁADKI: Krzysztof Remiszewski
TŁUMACZENIE: Krystyna Wójcik
Zdjęcia ćwiczeń na s. 66–76, s. 78, s. 82–84, s. 88, s. 90
i zdjęcie Autorki na s. 160: © Anja Kraft (www.foto-kraft.com)
Pozostałe zdjęcia: www.depositphotos.com

Wydanie I
Białystok 2025
ISBN 978-83-8301-857-7

Tytuł oryginału: *Heilende Hände – die Grundlagen der Energieheilung: Wie du deine Heilkraft für dich selbst und andere ganz einfach anwenden kannst*

© 2021 Schirner Verlag, Darmstadt, Germany
Original Title: Heilende Hände – die Grundlagen der Energieheilung
Wie du deine Heilkraft für dich selbst und für andere ganz einfach anwenden kannst

© 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 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



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	9
Od Autorki	10
Od Karla Gampera	13
PODSTAWY uzdrowiania dłońmi	17
Czym jest uniwersalna moc uzdrawiania?	18
NA MARGINESIE. Odkrycia naukowe dotyczące samouzdrawiania neurobiologa prof. dr. Geralda Hüthera	22
Jak nawiązałam kontakt z własną mocą uzdrawiania	26
Jak odkryć swoją uzdrawiającą moc	29
Właściwy sposób myślenia	30
Co powstrzymuje cię przed wykorzystaniem uzdrawiającej mocy swoich rąk?	39
ĆWICZENIE. Pisanie transformacyjne	44
ĆWICZENIE. Zmień swoje przekonania	47
NA MARGINESIE. Sześć wyższych zdolności człowieka według koncepcji Sabriny Scheuerling	49

PRAKTYKA uzdrowiających dłoni 55

Jak przygotować się do transferu energii	57
Jak naładować się uniwersalną energią	58
MEDYTACJA. Połączenie z Matką Ziemią i kosmosem (adaptacja koncepcji Marii Dieste)	58
Jak naenergetyzować dłonie	59
ĆWICZENIE. Kinezylogiczny test pierścienia	61
Różne opcje leczenia	62
Leczenie całego ciała	64
Leczenie całego ciała u siebie	66
Leczenie całego ciała u innej osoby	78
Krótka praktyka	88
Leczenie intuicyjne	89
Leczenie na odległość	89
Leczenie zwierząt	91
Czakry i równoważenie czakr	92
Równoważenie czakr	97
Często zadawane pytania	99

DZIAŁANIE uzdrowiającej mocy dłoni 105

Wpływ uzdrawiającej mocy na ciało, umysł i duszę	106
Pożądane efekty uboczne transferu energii	110
Jakie doświadczenia mają inni w kwestii przekazywania uzdrawiającej energii?	114
ĆWICZENIE. Skoncentruj się na swoim centrum	115

ĆWICZENIA I WSKAZÓWKI wzmacniające moc uzdrawiania 121

Jedzenie dla zdrowego ciała	123
WSKAZÓWKA dotycząca zmiany diety	124
Odpowiednia dawka ruchu	125
Jedzenie dla zdrowego umysłu	127
WSKAZÓWKI dotyczące higieny umysłu	128
Świadome oddychanie	131
ĆWICZENIE. Głębokie oddychanie brzuszne	132
Ćwiczenia fizyczne dla większej energii	133
ĆWICZENIE. Szybkie ładowanie baterii	133
ĆWICZENIE. Drzewo	134
Ćwiczenia umysłowe dla zwiększenia świadomości	137
ĆWICZENIE. Obserwowanie i transformacja myśli	137
ĆWICZENIE. Pisz dziennik wdzięczności	138
ĆWICZENIE. Pisz swój własny scenariusz	139
Pokarm dla duszy	141
ĆWICZENIE. Odnajdź swoje powołanie	143
ĆWICZENIE. Świadomy start w nowy dzień	145
DODATKOWA MEDITACJA. Przebudź swoje moce samouzdrawiania	147
MEDITACJA DODATKOWA. Aktywacja szyszynki i trzeciego oka	152

ZAKOŃCZENIE 157

O Autorce	160
-----------------	-----



WSTĘP

Od Autorki

Napisałam tę książkę, ponieważ przez pierwsze trzydzieści lat swojego życia szukałam uzdrowienia jedynie na zewnątrz, u lekarzy i terapeutów. Byłam wtedy przekonana, że moje uzdrowienie może rozpocząć tylko ktoś inny i że leki rozwiążą przyczynę choroby. Potem nastąpił punkt zwrotny, który zapoczątkowało bolesne doświadczenie. Podwójna przepuklina dysku w odcinku szyjnym kręgosłupa uświadomiła mi, że muszę coś zmienić w swoim życiu. Nie wiedziałam wtedy co, ale po raz pierwszy poczułam, że uzdrowienie mogę znaleźć tylko w sobie.

Zaczęłam więc szukać osoby, którą naprawdę jestem, i prawdziwych przyczyn swoich dolegliwości. Po drodze coraz bardziej uświadamiałam sobie, że mam już wszystko, czego potrzebuję, aby moje życie było szczęśliwe i zdrowe. Zdałam sobie również sprawę, że muszę zbadać pewne przekonania, które w sobie noszę, by sprawdzić, czy na pewno mi służą.

W poszukiwaniu siebie znalazłam wiele cennych opcji transformacji swojego życia i zmiany swoich przekonań. Te spostrzeżenia oraz spotkanie z własną uzdrawiającą mocą i jej magicznym działaniem obudziły we mnie pragnienie podzielenia się z tobą moją wiedzą, abyś również mógł samodzielnie zadbać o swoje życie i zdrowie oraz wziąć za nie pełną odpowiedzialność.

Dziś jestem przekonana, że każdy człowiek, kiedy przychodzi na ten świat, ma naturalną moc uzdrawiania i że z biegiem życia po prostu o niej zapomina. Celem tej książki jest przypomnienie ci, jakie magiczne moce drzemią w tobie, i pokazanie, jak możesz wziąć życie w swoje ręce, aby być szczęśliwym i zdrowym.

Dla mnie ta uzdrawiająca moc jest synonimem bezwarunkowej miłości, którą wszyscy w sobie nosimy. Dostęp do niej blokują na przestrzeni naszego życia przekonania, które przejmujemy od rodziców i osób z naszego otoczenia (nauczycieli, przyjaciół itp.), zapominając, że jesteśmy czystą świadomością i miłością. Nasze wewnętrzne światło staje się coraz bardziej przyćmione i w pewnym momencie nie pamiętamy już, że mamy w sobie tę moc i możemy ją wykorzystać z pożytkiem dla siebie i innych. Potem pędzimy przez życie i z roku na rok jest coraz trudniej. Stajemy w obliczu problemów i chorób i zastanawiamy się, dlaczego nasze życie jest takie trudne. Warto wtedy pamiętać, że tylko my możemy zmienić tę sytuację, a będzie to możliwe, kiedy zrozumiemy, co nasze problemy lub choroby próbują nam przekazać.

Aby ułatwić ci zrozumienie, co mam na myśli, posłużę się przykładem z mojego życia.

Do trzydziestych urodzin cierpiałam na nawracające co miesiąc infekcje pęcherza moczowego i regularne odmiedniczkowe zapalenie nerek. Kiedy pojawiła się u mnie podwójna przepuklina dysku w szyi, powiedziałam dość i postanowiłam sama poszukać przyczyny. Chciałam zrozumieć, dlaczego cierpię na te choroby. Nie zdecydowałam się na operację, zamiast tego zadałam sobie pytanie, co ta przepuklina dysku może oznaczać. Stopniowo uzyskiwałam odpowiedzi na swoje pytania i zaczęłam odpowiednio organizować swoje życie.

Jedno z pierwszych pytań, jakie sobie zadałam, brzmiało: Dlaczego leżę teraz tutaj z wypadniętym dyskiem?

Odpowiedź, która przyszła, brzmiała: Ponieważ nie możesz tak dalej żyć. Żebyś zdała sobie sprawę, że musisz zmienić swoje życie. To nie ma sensu, bo nienawidzisz tego, co robisz. Dlatego zachorowałaś. Przestań, bo nie przeżyjesz. Wybierz własną drogę i to, co kochasz.

Wszystko się zmieniło, gdy uświadomiłam sobie, że nie podążam właściwą ścieżką i muszę zmienić swoje życie, aby stać się lepsza. Ty także masz tę szansę na każdym etapie swojego życia i w każdym wieku. Ta droga nie jest łatwa, zwłaszcza na początku, ale warto nią podążać.

Chcę wykorzystać tę książkę, aby przypomnieć ci, że bycie szczęśliwym i zdrowym jest twoim prawem z urodzenia. Chcę ci przypomnieć, że jeśli zdecydujesz się wziąć za siebie pełną odpowiedzialność, możesz żyć życiem, na jakie zasługujesz. Jeśli weźmiesz wyłączną odpowiedzialność za wszystkie obszary swojego życia, będziesz w stanie wszystko zmienić.

.....
Podejmij decyzję już teraz i pamiętaj, że jesteś twórcą swojego życia. Uzdrawiająca moc żyje w tobie i to ty decydujesz, jak chcesz ją wykorzystać w swoim życiu. W tej książce będę ci raz po raz pokazywać, jak możesz wzmocnić swoją moc samoleczenia i zwiększyć energię, ponieważ tylko w ten sposób możesz korzystać z uzdrawiającej mocy swoich rąk. Tylko wtedy, gdy sam doznasz uzdrowienia, możesz używać swoich uzdrawiających rąk w służbie innym.
.....

Aby przygotować swój umysł na podróż ku mocy uzdrowienia, możesz zadać sobie pytanie, co czyni cię naprawdę szczęśliwym, co dla ciebie oznacza szczęście, w czym jesteś dobry i co przychodzi ci z łatwością. Jakie jest twoje powołanie, co chciałbyś robić, nawet gdyby ci za to nie płacono? Nie oznacza to jednak, że nie powinieneś brać pieniędzy za swoją pracę. Oznacza to jedynie, że powinieneś znaleźć pracę, która będzie sprawiać ci przyjemność, która pozwoli ci zapomnieć o czasie i w której

będziesz się spełniać. Z mojego doświadczenia wynika, że sukces przychodzi, gdy podążasz ścieżką radości. Wiem, że w większości przypadków jest inaczej i właśnie to musisz teraz zrozumieć. Jeśli ta książka choć trochę się do tego przyczyni, będzie to dla mnie najpiękniejszy prezent.

.....
Życzę ci życia w świadomości swojej prawdziwej natury.
.....

Z głęboką miłością i połączeniem
Tanja Kohl

Od Karla Gampera

Fascynującą rzeczą w tej książce jest rozwój. Poszerzanie własnych możliwości. Pogłębianie zrozumienia. Ekspansja naszej świadomości aż do kosmosu – z jednej strony. A z drugiej – w kierunku źródła w nas samych. W kierunku twórczej mocy, a tym samym aktywacji naszych mocy samoleczenia. W nas.

Poszerzamy także nasze rozumienie sztuki uzdrawiania – w kierunku medycyny energetycznej i informacyjnej. To przywraca słowu „medycyna” jego pierwotne znaczenie. Starożytni Rzymianie, mówiąc „medicamentę”, mieli na myśli uzdrawianie poprzez ducha. Uzdrawianie poprzez energię.

To, co szczególnie do mnie przemawia, to połączenie prostoty i skuteczności. Wydaje się, że to tajemnicza formuła, potwierdzona

tutaj w niezwykle subtelny sposób. Ćwiczenia są proste i skuteczne. Teksty są jasne i czytelne.

Tanja Kohl w wrażliwy, praktyczny i złożony sposób pokazuje, jak możemy aktywować nasze uzdrawiające siły. Błyskawicznie! A także to, jak możemy zmienić niezbyt korzystne przekonania i uwolnić blokady, czy też poprzez światło świadomości rozwiązać wątpliwości co do siebie i pożegnać się z lękami. Aby życie było satysfakcjonujące, trzeba opuścić wewnętrzne okopy i skierować życie na wyższy poziom, z którego możemy pracować w ciągłym przepływie.

Autorka podpira swoje rozważania mądrą teorią Geralda Hüthera, prawdopodobnie najbardziej znanego niemieckiego badacza mózgu. Ponieważ to, co nowe wymaga także nowych obwodów neuronalnych.

Pragnę również wspomnieć o Sabrinie Scheuerling, która w jasny i precyzyjny sposób opisała sześć naszych ludzkich zdolności. Ponieważ dokładnie o to właśnie chodzi w czasach wielkich zmian: o poszerzenie wewnętrznej wielkości.

Od siebie chciałbym dodatkowo uzupełnić te rozważania o poszerzenie sfery naszych zmysłów. Bowiem oprócz klasycznych pięciu zmysłów ciała istnieje wiele innych. Wspomnijmy choćby o naszym wyczuciu piękna, spójności, odpowiedniego momentu czy poczuciu harmonii. To z kolei przywraca nam zdolność, którą wszyscy posiadamy: możliwość leczenia na odległość. Ponieważ w żadnym momencie nie jesteśmy oddzieleni od siebie świadomością. Oddzielenie jest matką wszelkich iluzji. Z tego wyszły wszystkie inne. Czas to uleczyć.

Czym jest istota ludzka? To pytanie ma charakter egzystencjalny. I w zasadzie nie ma innej odpowiedzi niż własne źródło. Odpowiedź znajdziemy, gdy zanurzymy się we własnej głębi. A jednocześnie oprócz tajemnicy doświadczenia istnieje także forma, którą można opisać. W związku z tym człowiek jest istotą duchową.

Istotą duchową posiadającą zdolność inkarnacji w ciało. Również w twoje ciało. Blisko, bezpośrednio, natychmiast.

Jesteśmy istotami duchowymi, a nieodłącznym atrybutem ducha jest oczywiście energia. Energia porusza ducha. A teraz ten duch zamieszkał w ciele i w ten sposób się zmanifestował. Materia to skoagulowany duch. Nasze ciało, ta świątynia, ta cudowna rzecz, wyposażone jest w szereg otworów, które nieustannie ładują się tym duchem i tą energią życiową. Nasze ciało jest połączone z kosmosem. Posiada magiczne koła, które napędzają tę energię w całym ciele. Są to czakry.

W książce tej znajdziesz mapę wypełnioną praktycznymi ćwiczeniami najważniejszych czakr ciała. To niezwykle ważne. Bo w zasadzie każda choroba to zaburzenie swobodnego przepływu energii.

Z tej perspektywy uzdrawianie oznacza harmonizację przepływu energii – aby usunąć blokady, załatać pęknięcia, wyleczyć rany. Wszystko to dzieje się dzięki energii. Energia przepływa przez nasze ciało, może koncentrować się w dłoniach i w ten sposób leczyć.

Każdy z nas ma uzdrawiające dłonie. Ale wielu o tym zapomniało. W swoich dłoniach trzymasz wspomnienie. Książka jest formą. Twoje dłonie – darem.

Książka ta może wyzwolić magię uzdrawiania. To uwalniająca. Pociuszająca. Ludzkie. Boskie. I to wszystko w tym jednym momencie.

.....
Życzę ci dużo radości – i pełnego sukcesu.
.....

Karol Gamper
Autor wizji NeuLand



PRAKTYKA
uzdrawiających
dłoni

Istnieje wiele powodów, dla których możesz chcieć skorzystać z uzdrawiającej mocy swoich dłoni dla siebie lub innej osoby. Twoja uzdrawiająca moc wzmacnia dobre i naturalne zdolności, zaopatruje wszystkie poziomy bytu (ciało, umysł i duszę) w świeżą energię, dodaje zapału, odwagi i entuzjazmu. Energia ta łączy, podtrzymuje i utrzymuje wszystko, co jest ze sobą powiązane. Wspomaga również zdolności samoleczenia i uwalnia twój uśpio-ny wewnętrzny potencjał.

**PONIŻEJ ZNAJDZIESZ KRÓTKĄ LISTĘ SYTUACJI,
W KTÓRYCH MOŻESZ WYKORZYSTAĆ
SWOJĄ UZDRAWIAJĄCĄ MOC:**

- brak energii;
- wyczerpanie;
- złe samopoczucie;
 - ból;
 - drobne urazy;
 - napięcia;
- niepokój psychiczny (karuzela myśli);
 - stres fizyczny;
- lęk lub zmartwienie;
- trudności z zasypianiem.



Jak przygotować się do transferu energii

Aby odpowiednio przygotować się na przekazanie uzdrawiającej mocy, znajdź spokojne miejsce, w którym będziesz czuć się komfortowo i nikt nie będzie ci przeszkadzał. Stwórz przytulną atmosferę zapalając świeczkę i otaczając się ulubionym zapachem za pomocą lampki do aromaterapii. Jeśli lubisz, możesz także posłuchać relaksującej muzyki instrumentalnej. Upewnij się, że masz pod ręką kartkę i długopis na wypadek, gdybyś podczas transferu energii otrzymał informacje, które chciałbyś zapisać. Możesz też przygotować chusteczki na wypadek, gdyby pojawiły się emocje, ponieważ taka praktyka uwalnia blokady.

Zanim zaczniesz przekazywać uzdrawiającą moc, ważne jest, abyś świadomie nawiązał kontakt z Matką Ziemią i kosmosem. Możesz wykonać poniższą medytację, znajdziesz ją również na dołączonej do książki płycie CD o tym samym tytule. Jeśli jednak lepiej czujesz się, łącząc się w swojej własnej medytacji ze sobą



i ze wszystkim, co jest, to też dobrze. Poczuj się całkowicie swobodnie i pozwól, aby poprowadziła cię intuicja i wewnętrzny kompas.

Jak naładować się uniwersalną energią



MEDYTACJA

POŁĄCZENIE Z MATKĄ ZIEMIĄ I KOSMOSEM

(adaptacja koncepcji Marii Dieste)

Stań prosto. Rozluźnij się i trzykrotnie wykonaj głęboki wdech i wydech. Poczuj świadomie swoje ciało od stóp do głowy.

Teraz świadomie połącz się z kosmosem poprzez czakrę korony, tak jakbyś podłączał swoją energetyczną wtyczkę do uniwersalnego gniazdka.

Poczuj więź z kosmosem.

Pozwól sobie teraz świadomie doświadczyć tego połączenia.

Jesteś częścią kosmosu.

Poczuj połączenie i powiedz sobie:

Czuję, że jestem połączony z kosmosem.

Czuję, że jestem częścią kosmosu.

Mam świadomość, że jestem na zawsze połączony z energią kosmiczną.

Kosmiczna energia przepływa przez całe moje ciało i słytywa aż do moich stóp.

Czuję grunt pod stopami.

Czuję, jakby ziemia mnie unosiła.

Czuję, że mam stabilne oparcie.

Teraz łączę stopy z podłożem.
Wyobrażam sobie, jak korzenie wyrastają z podeszew
moich stóp, głęboko w ziemię.
Korzenie wrastają w ziemię i zakotwiczą się
w moim własnym kryształ.
Korzenie dosięgają serca Matki Ziemi.
Jestem głęboko zakorzeniony i mam dobry kontakt
z Matką Ziemią.
Pozwalam sobie teraz chłonąć energię Matki Ziemi.
Energia Matki Ziemi wpływa do mnie poprzez korzenie
w podeszwach moich stóp, przez całe moje ciało i łączy się
z energią kosmosu w moim sercu.
Czuję się teraz połączony z Matką Ziemią i kosmosem.
Jestem połączony ze wszystkim, co istnieje.
Jestem częścią wszystkiego, co istnieje.
Jestem.

Teraz połóż obie ręce na sercu i pomyśl o osobie lub zwierzęciu, które bezwarunkowo kochasz. Poczuj tę bezgraniczną miłość w sobie i świadomie odczuj ją w swoim sercu. To uczucie jest uniwersalną energią, twoją uzdrawiającą mocą.

Jak naenergetyzować dłonie

Istnieją dwa sposoby na przekazanie energii dłoniom. Po prostu sprawdź, która opcja będzie dla ciebie najlepsza.

Gdy już położysz dłonie na sercu i poczujesz w sobie uczucie bezwarunkowej miłości, możesz pozwolić, aby to uczucie (energia) popłynęło bezpośrednio do twoich dłoni lub by energia przepłynęła przez całe twoje ciało.

To, że uzdrawiająca moc dotarła do twoich rąk, rozpoznasz po tym, że **staną się one ciepłe lub zaczną mrowić**. Teraz możesz je wykorzystać z pożytkiem dla siebie lub innych.

Może się zdarzyć, że pomimo tych wszystkich przygotowań, nie poczujesz jeszcze uzdrawiającej mocy. Nie martw się, to przyjdzie z czasem! Dzieje się tak prawdopodobnie dlatego, że jeszcze nie czujesz się w pełni sobą i trudno ci wyczuć tę uzdrawiającą energię.

Co możesz zrobić? Skorzystaj z pisania transformacyjnego (zob. str. 44), aby dowiedzieć się, co się za tym kryje, jakie przekonania nadal ci to uniemożliwiają i je zmień. Znajdź ludzi, którzy wesprą cię w odzyskiwaniu uczuć i daj sobie na to pozwolenie. Dokonaj nowego wyboru. Podejmij świadomą decyzję, aby od tej pory odczuwać wszystko bez żadnych filtrów – niech to będą zarówno piękne, jak i bolesne emocje. Uświadom sobie, że możesz czuć tylko holistycznie. Wszelkie uwarunkowania i stare przekonania blokują twój czysty kanał energetyczny. To jak zatkany wąż doprowadzający wodę, w tym stanie nie nawiązesz kontaktu z energią uniwersalną i kosmiczną. Woda, a w twoim przypadku energia, płynie powoli i dociera do ciebie kropla po kropli. Usuważ blokady, sprawisz, że uniwersalna, kosmiczna energia życiowa znów będzie mogła swobodnie płynąć. Jeśli nadal masz trudności z odczuwaniem energii, ważne jest, abyś był szczerzy wobec siebie i przyznał przed sobą, że może minąć trochę czasu, zanim poczujesz w sobie uzdrawiającą moc. Nie bądź dla siebie zbyt surowy, daj sobie czas, aby znów poczuć swoje emocje.

Swobodny przepływ energii rozpoznasz po tym, że twoje dłonie zaczną mrowić lub staną się ciepłe, gdy tylko nawiązesz kontakt z uniwersalną energią, a także po tym, że po zabiegu będziesz miał więcej energii niż przed nim. Możesz również po prostu wykonać kinezyjologiczny test pierścienia, za pomocą którego sprawdzisz, czy twój dostęp do energii kosmicznej jest otwarty i czy możesz już użyć uzdrawiającej mocy swoich dłoni.



ĆWICZENIE

KINEZJOLOGICZNY TEST PIERŚCIENIA

Utwórz pierścien z palców wskazujących i kciuków prawej i lewej ręki. Wsuń oba pierścienie w siebie tak, aby były połączone niczym ogniwa łańcucha. Teraz spróbuj je rozdzielić. Poczuj, jaką masz moc. Powiedz na głos lub pomyśl swoje imię (np.: „Mam na imię Gabriela”) i spróbuj ponownie rozdzielić pierścienie. Potrafisz utrzymać palce razem, pomimo silnego ciągnięcia. Dlaczego? Ponieważ twoje imię nie powoduje stresu w twoim układzie nerwowym.

Teraz wypowiedz na głos lub pomyśl jakieś zmyślane imię (np.: „Mam na imię Karol”) i spróbuj jeszcze raz rozdzielić pierścienie. Zobaczysz, że nagle jest to możliwe. Dlaczego? Ponieważ błędne imię powoduje stres w układzie nerwowym. Impuls stresu przekazywany jest do mięśni, co oznacza, że nie dasz już rady świadomie napinać mięśni. Wymaga to trochę praktyki, a nie myślenia. Za pomocą tego testu możesz sprawdzić wiele różnych rzeczy i dowiedzieć się, co jest dobre dla ciebie i twojego ciała. Tak więc, jeśli podczas testu zapytasz, czy twój kanał jest wolny i otwarty na energię kosmiczną, na moc uzdrawiania, i będziesz mógł utrzymać pierścien, to znaczy, że tak. Jeśli nie możesz utrzymać pierścienia, odpowiedź brzmi: „nie”.

Z mojego doświadczenia wynika, że tzw. ludzie rozumu (jak ja dwadzieścia lat temu), czyli ludzie, którzy wszystko analizują i których myśli są w ciągłym ruchu, niczym na autostradzie wielopasmowej, na początku mają trudności ze zdaniem tego testu i zaufaniem własnym uczuciom. Jeśli i ty jesteś człowiekiem rozumu, powinieneś po prostu trochę więcej ćwiczyć. I nie poddawaj się zbyt łatwo.



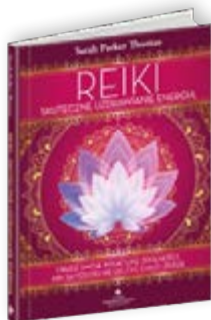
ŚWIATOWE BESTSELLERY DLA CIEBIE – SPRAWDŹ:



www.studioastro.pl

REIKI – SKUTECZNE UZDRAWIANIE ENERGIĄ

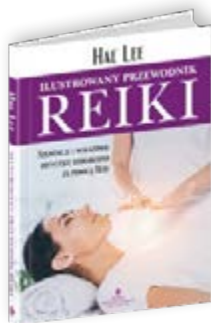
Sarah Parker Thomas



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!

ILUSTROWANY PRZEWODNIK REIKI

Hae Lee



Pragniesz pogłębić swoją wiedzę o technikach uzdrawiających? Poszukujesz sprawdzonej książki, która przedstawia symbole Reiki i ich znaczenie? A może interesujesz się szeroko rozumianym rozwojem duchowym? Publikacja Hae Lee to doskonałe źródło wiedzy z zakresu medycyny naturalnej, terapii przy pomocy Reiki i uzdrawiania energią. Znajdziesz w niej opisy i znaczenie czakr w naszym ciele, stanowiące kluczowe centra energetyczne każdego człowieka. Poznasz sekwencje Reiki i metody oparte na holistycznych praktykach radzenia sobie z bólem czy zmęczeniem, a także uzdrawiania ciała i ducha. Co więcej, w książce 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!

ZAMÓW JUŻ TERAZ  TO TAKIE PROSTE

www.talizman.pl tel. 85 654 78 35



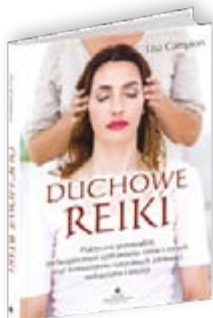
ŚWIATOWE BESTSELLERY DLA CIEBIE – SPRAWDŹ:



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 parapsychicznych, 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. Autora 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



ODBLOKOWANIE I OCZYSZCZENIE CZAKR ZA POMOCĄ REIKI



April Pfender

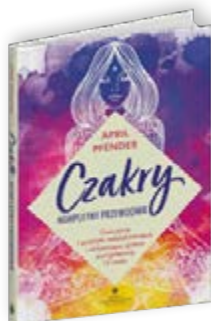


Skorzystaj nie z jednej, a z dwóch potężnych metod uzdrawiania energetycznego! Dzięki temu rewolucyjnemu poradnikowi odkryjesz terapeutyczny wpływ energii Reiki na zdrowie i pracę twoich czakr. Autorka, mistrzyni i nauczycielka Reiki, przedstawia praktyczne ćwiczenia, które pomogą ci przywrócić właściwy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



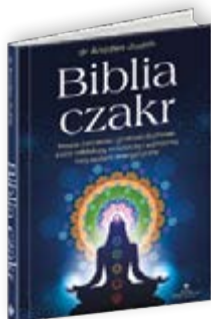
ŚWIATOWE BESTSELLERY DLA CIEBIE – SPRAWDŹ:



www.studioastro.pl

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 pozbędziesz się lęku i depresji. Naładuj się zdrowo!

ZAMÓW JUŻ TERAZ  TO TAKIE PROSTE

www.talizman.pl tel. 85 654 78 35



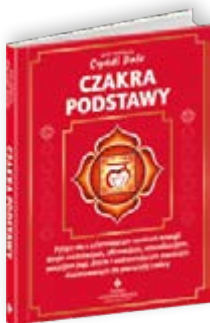
ŚWIATOWE BESTSELLERY DLA CIEBIE – SPRAWDŹ:



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

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 przychodzi 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



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**

- Rozwiniiesz 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, wspianiałych 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
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



Tanja Kohl – specjalistka z zakresu pracy z energią. Po intensywnej pracy i szkoleniach w tej dziedzinie, odnalazła nowe powołanie jako trenerka hipnozy i nauczycielka uzdrawiania energetycznego przy pomocy dłoni – Reiki. Od wielu lat porusza wiele osób swoimi publikacjami, dając im odwagę do podążania własnymi ścieżkami. Wraz z rodziną mieszka w Dolnej Saksoni.

Już teraz poznaj niezwykłą moc uzdrawiania energetycznego! Zastosuj proste metody na uzdrowienie ciała i duszy.

Jeśli pasjonujesz się technikami uzdrawiającymi – sięgnij po tę książkę. Dzięki niej poznasz proste i skuteczne metody na uzdrawianie dotykiem. Odkryjesz praktyki i ćwiczenia, które pogłębią twoją duchowość i poprawią przepływ energii.

Stosując się do zaleceń Autorki:

- nauczysz się kontrolować oddech, a także aktywujesz moc trzeciego oka poprzez ćwiczenia umysłu;
- zrównoważysz swoje czakry w ciele przywracając spokój i harmonię;
- poznasz sześć wyższych sfer człowieka, które rozwiną twoją intuicję;
- zastosujesz medytację połączenia z energią Matki Ziemi i kosmosu, która w znacznym stopniu poprawi twoją praktykę Reiki;
- zgłębisz wiedzę na temat pisania transformacyjnego, które usunie twoje blokady emocjonalne i doda pewności siebie na wielu płaszczyznach w życiu.

Podaruj sobie zdrowie uzdrawiającą energią Reiki!

Patroni:

