

GLENNIE KINDRED



Jak wykorzystać uzdrowiającą energię Ziemi



Praktyczne rytuały, medytacje,
mądrość serca, energia drzew



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

Jak wykorzystać
uzdrowiającą
energię Ziemi

GLENNIE KINDRED



Jak wykorzystać uzdrowiającą energię Ziemi



Praktyczne rytuały, medytacje,
mądrość serca, energia drzew

Z ilustracjami autorstwa Glennie Kindred

Słuchaj radia HAY HOUSE na:
www.hayhouseradio.com



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

REDAKCJA: Irena Kloskowska
SKŁAD: Dorota Sikora
PROJEKT OKŁADKI: Dorota Sikora
TŁUMACZENIE: Krzysztof Sołowiej
ILUSTRACJE: Glennie Kindred

Wydanie I
Białystok 2020
ISBN 978-83-8171-324-5

Tytuł oryginału: *Earth Wisdom: A Heart-Warming Mixture of the Spiritual and the Practical*

Copyright © Glennie Kindred 2004
Originally published in 2004 by Hay House UK Ltd.

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2019
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 porady i informacje odnoszące się do opieki zdrowotnej. Nie powinny one jednak zastępować porady lekarza ani dietetyka. Jeśli podejrzewasz u siebie problemy zdrowotne lub wiesz o nich, powinieneś skonsultować się z lekarzem zanim rozpoczniesz jakikolwiek program poprawy zdrowia czy leczenia. Dłożono wszelkich starań, aby informacje zaprezentowane w tej książce były rzetelne i aktualne podczas daty jej publikacji. Wydawca i autor nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za jakiegokolwiek 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



To MY jesteśmy zmianą

Nasza planeta jest Cudem

Kiedy czujemy dotyk Natury, unosimy się ponad czasem i przenosimy się do miejsca panowania wewnętrznego spokoju i cudownej Jedności z życiem, wykraczając poza domenę codzienności. Stajemy się częścią niewidzialnej jedni, która spaja wszystkie istoty żyjące. Nasz mózg doświadcza najgłębszych i jednocześnie najprostszych wrażeń, które trafiają następnie do serca. Kiedy pozwalamy pięknu Natury i jej aktywnej dobroci dotknąć naszego serca, nasza duchowa łączność z życiem pogłębia się.

Dawne cywilizacje rozumiały podstawową jedność wszelkiego życia i uważały wszystkich mieszkańców Ziemi za część samych siebie. Naszą planetę uznawano za obdarzoną inteligencją istotę żyjącą. W krainie Celtów obejmującej Wyspy Brytyjskie i Północną Europę, czczono ją jako życiodajną boginię, zapewniającą ludzkości dostęp do Pięciu Żywiołów, niezbędnych do zachodzenia procesu ewolucji: świeżego Powietrza, którym oddychamy, czystej Wody, żyznej Ziemi oraz odpowiedzialnych za zachodzenie

przemian Ognia i Ducha – Żywiółów łączących nas z niewidzialną siecią życia.

Nasza piękna Ziemia ofiarowuje nam wiele godnych podziękowania darów. Odczuwana przez nas wdzięczność pomaga nawiązać kontakt z duszą stanowiącą sam rdzeń naszego bytu. Napędza go Miłość, szacunek do Ziemi oraz do wszystkich ludzi, istot i każdego doskonałego mikro-systemu. Nasza dusza przypomina, że między nami a Naturą panuje jedność. Ziemia jest krwią naszego życia; każdy zaczerpnięty oddech jest współzależny zarówno od niej, jak i od nas samych – naszą powinnością jest pomaganie planecie w oczyszczaniu Powietrza i Wody oraz harmonizowaniu działania każdego ekosystemu. Właśnie na tym polega prawo i obowiązek każdego z nas.

Znajdujemy się w krytycznym momencie historii Ziemi. Właśnie teraz budzimy się do życia w globalnej społeczności, przyczyniając się do kształtowania przyszłości, której pragniemy dla siebie i przyszłych pokoleń. Każdy z nas jest odpowiedzialny za tworzenie się nowej kultury pokoju oraz upowszechnianie uniwersalnych praw człowieka, sprawiedliwego podziału dóbr i respektowania wszystkich mieszkańców planety.

Od niedawna uświadamiamy sobie istnienie naszej globalnej powinności oraz wzajemnego związku łączącego Ziemię i nas samych. Obecnie postrzegamy siebie w kategorii „My”. Właśnie na tym polega nowe stadium ewolucyjne naszej świadomości. Coraz więcej ludzi identyfikuje się z zaimkiem „My”, łącząc się poczuciem przynależności z globalną całością. Nasze życie zmierza w kierunku zrównoważonego i samoodnawiającego się systemu, który poprawia warunki panujące na Ziemi. Rozwijamy nowe gałęzie przemysłu, które nie niszczą przyrody, będąc w harmonii z naturalnym porządkiem i mądrością Natury.

Na świecie istnieje wiele zjawisk niepodążających tą drogą. Każdy, kto głęboko troszczy się o los Ziemi i jej mieszkańców, może odczuwać gniew, urazę i wielki smutek. Niezdolność do zatrzymania bezwzględnej maszyny władzy rodzi w naszych sercach rozpacz i bierność. Mentalność typu „my kontra oni” od wielu pokoleń utrzymywała nas w stanie separacji.

Kiedy zaczynamy postrzegać samych siebie w kategorii zbiorowego „My”, stajemy się wspólnotą umysłów zjednoczonych w wypływającym z serca postanowieniu. Potrafimy zasiać w ludziach wiarę głoszącą, że inny świat jest możliwy. W ten sposób stajemy się częścią ruchu zmieniającego nasze serca.

To my jesteśmy ludźmi, na których czekaliśmy

Jesteśmy ludźmi, którym zależy – ośmielamy się kwestionować zastane opinie i bronić naszej planety. Odczuwamy głębokie współczucie względem Ziemi i całego życia, któremu należy się bezwzględny szacunek. Nasze serca wiedzą czym jest dobro i prawda. Podążamy ścieżką intuicji i szukamy pozytywnych rozwiązań, mając zawsze na względzie Miłość, prostą dobroć i zdrowy rozsądek. Jednoczy nas promowanie pozytywnych zmian.

„Bądź zmianą, którą pragniesz zobaczyć”.

Mahatma Gandhi

Nasze serca zmieniają się w zgodzie z tym, na co odpowiadamy swoim „TAK!”. Kiedy budzimy się do życia i zaczynamy przebywać w duchowej rzeczywistości, podążając za naszym głośnym „Tak”, fale pozytywnego działania przebiegają przez całą zawiłą sieć Życia. Nawet najskromniejsze akty dobrej woli mogą nieść najgłębszy

potencjał. Nasze dzisiejsze działania nadają kształt przyszłym pokoleniom, mając ważne konsekwencje i tworząc środowisko sprzyjające zachodzeniu pozytywnych zmian.

Nie wolno nam dłużej żyć w odizolowanych grupach i nie uważać oczywistych faktów. Każdy z nas odpowiada za własne, podejmowane świadomie, wybory i działania.

Akty, których dokonujemy w codziennym życiu, mają wpływ na kondycję i kształt całego świata. Każdy uczynek wynikający z piękna i kochającej dobroci, który poprawia jakość życia, zmienia sytuację panującą na naszej planecie.

Naszym polem działania powinno być nasze najbliższe otoczenie, na które składa się społeczność, do której przynależymy, nasi przyjaciele, członkowie rodziny, współpracownicy i nasza rola konsumentów wspierających wybierane przez nas produkty i przedsiębiorstwa.

Nasze pozytywne i pełne nadziei działania inspirują innych do poznania siły zbiorowości i odkrycia głębokiego potencjału naszej kolektywnej tożsamości. Kiedy zrozumiemy tę prawdę, staniemy się innymi ludźmi. Uczymy się podążać zarówno za naszym sercem, jak i głową, działając w zgodzie z tym, co uznajemy za słuszne. Pokładając ufność w intuicji, zmieniamy się w jednostki zintegrowane z całością.

Właśnie na tym polega budzenie się świadomości typu „My”. Rozumienie naszego związku z całością nie jest narzucane z góry – to głębokie poczucie wypływa z wnętrza. Choć żyjemy jako jednostki, czujemy i poznajemy łączność z wszystkimi istotami zamieszkującymi Ziemię. W ten sposób stajemy się jednostkami zanurzonymi w zbiorowości.

Każde działanie prowadzi do zmiany

Nie postrzegamy już Ziemi jako rzeczy, która nam służy, lecz uważamy, że to my możemy jej pomagać. Ta prosta, ale znacząca zmiana świadomości jest niezbędnym warunkiem przetrwania naszej planety.

Właśnie teraz nadszedł czas dokonywania zmian trybu życia i podążania drogą serca. Kierując się intuicją i własnymi inspiracjami, urzeczywistniamy akty geniuszu i odwagi. Właśnie to sprawia, że czujemy się żywi i pełni witalności. Dążąc do wielkiego celu, robimy użytek z części nas samych, które mogły zostać zaniedbane lub z których istnienia nie zdawaliśmy sobie sprawy. Nie czujemy się już przytłoczeni sposobem korzystania z zasobów Ziemi, gdyż wiemy, że pozytywna zmiana znajduje się w zasięgu naszych rąk. Jej przebieg zależy od działań zwykłych i nadzwyczajnych ludzi o wielkiej determinacji, którzy dzięki własnej pracy znaleźli się na wyższym poziomie zrozumienia.

Stając się częścią rozwiązania, bierzemy udział w zmianie

Jako zaangażowani konsumenci mamy ogromną władzę. Możemy kształtować światową gospodarkę wraz z instytucjami sprawującymi władzę, oraz wspierać lokalną społeczność i drobnych producentów podnoszących jakość życia swoich pracowników. Naszym obowiązkiem jest dbanie o sprawiedliwy podział dóbr, recykling śmieci, wytwarzanie żywności wolnej od szkodliwych chemikaliów, pestycydów lub modyfikacji genetycznych, a także sprzyjanie rozwojowi spółdzielni i branży przemysłu, które nie szkodzą Ziemi. Na podstawowym poziomie jesteśmy konsumentami uczestniczącymi w wielkiej wymianie dóbr. Każdy nasz zakup zwiększa

dostępność danego produktu. Jeśli uważasz, że wykorzystywanie mężczyzn, kobiet i dzieci mieszkających w biedniejszych krajach jest nieetyczne, staraj się nabywać certyfikowane artykuły pochodzące od sprawiedliwych wytwórców. Twój wybór zwiększy popyt na tego typu produkty i pozwoli zbudować system oparty na dobroci i życzliwości. Jeżeli sprzeciwiasz się genetycznemu modyfikowaniu roślin, kupuj ekologiczną żywność. Poprawi to sytuację producenta, któremu ufasz i wzbogaci drobnych rolników niestosujących agrochemikaliów, które niszczą równowagę w przyrodzie.

Pieniądze też są rodzajem energii. Każdy zakup zwiększa dostępność danego produktu i legitymizuje sposób jego wytworzenia. Ponadto, twój wybór wpływa na życie ludzi zaangażowanych w proces produkcji i, o ile jego wytwórcą nie jest spółdzielnia lub sprawiedliwie zarządzane przedsiębiorstwo, wzbogaca osobę znajdującą się na szczycie organizacji. Konsumuj mniej oraz zwiększ świadomość tego, w jaki sposób każdy produkt trafia na półki sklepowe.

Żyj po to, aby czuć się dobrze! Stań się osobą, z której możesz być dumny! Każda jednostka, organizacja, przedsiębiorstwo i instytucja ma do odegrania ważną rolę. Kiedy osiągniemy masę krytyczną, będziemy mogli zapewnić Ziemi bezpieczną przyszłość.

Jeśli uda się nam zjednoczyć, wszystko będzie możliwe.

Ociąganie się, robienie sobie wymówek oraz strach przed zmianą, brakiem pieniędzy i opinią innych, to tylko niektóre przeszkody mogące powstrzymać nas przed podążaniem ścieżką serca. Należy się wystrzegać każdej z nich. Musimy poznać powody naszej bierności i ograniczenia, aby następnie znaleźć sposoby pozwalające na uwolnienie się od wszelkich blokad. Dzięki temu odnajdziemy naszą naturalną łączność z tym, co dobre i słuszne. Nie powinniśmy jednak skupiać się na naszych błędach. Musimy powrócić na

właściwe tory, znaleźć własną integralność i nieustannie dążyć do upragnionego celu. To, że czasami zdarzy nam się zawieść, nie ma większego znaczenia – liczy się podjęty wysiłek.

Każdy z nas daje coś światu, który jest naszym tworem. Uświadamienie sobie tego procesu zmienia nasze życie oraz sposób myślenia i interakcji z innymi.

To samo prawo, które stworzyło wszechświat, rządzi naszym życiem. Obecnie zaczynamy rozumieć prawdziwą naturę „energii” oraz to, że wszystko, co mówimy, robimy i myślimy, wiąże się z określonymi reperkusjami. Każdą myślą i aktem woli uruchamiamy nowy łańcuch zdarzeń. Energia, którą wysyłamy, w końcu do nas wraca. Wyrażanie dobrej woli mnoży dobroć. Wszystkie wydarzenia zataczają koło. Stwarzanie świata zachodzi z udziałem naszych darów i tego, co udaje nam się zabrać. Nasze ofiary poszerzają kanały będące nośnikami Miłości i pozytywnych zmian, których efekty odczuwamy na co dzień. Potrafimy tworzyć własne cykle energii, które mają głęboki wpływ na nasze szczęście i samopoczucie.

Myślenie w starym stylu wypływa z wojennej mentalności. Ten oparty na strachu, niedostatku, współzawodnictwie oraz potrzebie dominacji i kontroli stan umysłu, doprowadził do stopniowego wyczerpywania się zasobów Ziemi i jej mieszkańców. Myślenie tego typu jest głęboko zakorzenione w sposobie, w jakim zarządzamy państwem, edukacją i gospodarką. Jego celem jest zniszczenie konkurencji. Na szczęście od pewnego czasu obserwujemy zmianę. Zamiast zabijać, staramy się adaptować. Tworzymy nowy zestaw wartości opartych na szacunku, dzieleniu się, współpracy, tolerancji i kooperacji.

Kluczem do naszego przetrwania jest kooperacja. Kiedy udaje nam się dostrzec nasiona nadziei, musimy aktywnie wspierać zachodzące zmiany.

W sferze duchowej, odchodzimy od twardego przekonania lub wiary i udajemy się w stronę przeżywania rzeczywistości, która niesie ze sobą szacunek okazywany wszystkim mieszkańcom planety. Doświadczenie tego typu wyrasta z naszych wspólnych potrzeb, które dzielimy z Ziemią. Ta forma duchowości nie jest nam narzucana z góry – tworzymy ją sami. Ewoluuujemy i zmieniamy się wraz z rozwojem naszego wewnętrznego zrozumienia.

Kieruje nami głęboka mądrość, nasza integralność, intuicja i podszepty Ziemi. Ufamy, że nasze działania okażą się właściwe i zgodne z instynktowną pewnością. Właśnie na tym polega droga serca, Miłości, współczucia, przebaczenia, tolerancji, dzielenia się i wdzięczności. Nie jest ona ani wyszukana ani skomplikowana. Cechuje ją niezwykła prostota. Wszyscy wielcy nauczyciele należący do różnych religii świata mówili to samo: kiedy uda nam się nawiązać kontakt z sercem, odnajdziemy prawdziwą drogę.

Duchowość nie jest religią. Jest to podróż wiodąca ku wewnętrznej jedności. Choć dla niektórych z nas jest to naturalna część życia, u innych zmiana światopoglądu i zachowania wymaga doświadczenia kryzysu. Przykładowo, chorobę można postrzegać jako otwarte drzwi zapraszające nas do zaprowadzenia koniecznych zmian. Możemy skorzystać z tej okazji, porzucić stare wzorce myślenia oraz przyjąć nowe sposoby życia i nawiązywania relacji. Nie musimy jednak wyczekiwać momentu kryzysu. Dzięki zwiększeniu zaangażowania we własną duchową podróż, otrzymujemy dostęp do zupełnie nowego świata.

Każdy z nas dysponuje mocą wprowadzania zmian. Tylko od nas zależy to, czy wykorzystamy tę możliwość i zaczniemy inspirować innych do modyfikacji własnego sposobu postrzegania. Zmiany, których dokonujemy w naszym umyśle, przekładają się na obraz świata, w którym żyjemy. Wewnętrzna harmonia stwarza warunki

do zaistnienia jej zewnętrznego odpowiednika i znajduje odzwierciedlenie we wszystkim, co udaje nam się zrobić.

Niezwyczajnie ważną częścią naszego ja jest intuicja. Ta moc stanowi nieodzowny element każdego człowieka. Chociaż uczy się nas, by nie ufać instynktowi, jest on ważnym narzędziem przetrwania. Zbyt długo zaniedbywaliśmy ten dar życia, który przez dziesięciolecia panowania strachu, nieufności i braku zrozumienia stał się jedynie bezużytecznym dodatkiem.

Jeśli nie jesteś przyzwyczajony do słuchania własnej intuicji, prawdopodobnie nie dostrzegasz jej pracy lub lekceważysz jej podszepty. Jednak, patrząc z perspektywy czasu, czy chciałbyś postąpić zgodnie z jej przebiegami? Pomimo zawierzenia społecznemu tabu, dostęp do naszego szóstego zmysłu nadal pozostaje otwarty. Musimy tylko zauważyć, że od zawsze był on integralną częścią naszej osoby.

Doświadczenie głębokiej jedności naszego serca z Ziemią przybliży nas do zrozumienia samych siebie i pozwoli zaufać intuicji. Dzięki niemu będziemy mogli kultywować nasze poczucie przynależności do świata i objąć miłością całą ludzkość.

Aby żyć w harmonii z Ziemią, nie możemy zapominać o łączącym nas z nią związku. Niniejsza książka opisuje sposoby ponownego odkrywania miłosnej podróży oraz kultywowania szacunku żywionego względem Cudowności, którą jest nasza planeta. Przy pomocy serca potrafimy wyczuć obecność prawdziwych mieszkańców naszego wspaniałego i wyjątkowego domu. Doświadczamy jedności na wszystkich poziomach naszego istnienia. Na nowo odkrywamy świętość uobecniającą się w nas samych i we wszystkim, co nas otacza.

Duch przyrody



Na całym świecie można znaleźć święte miejsca naszych przodków. Dawnych ludzi cechował głęboki związek z Ziemią i jej życiową energią. Ich świat nie ograniczał się do namacalnej rzeczywistości, ale obejmował również świat Duchów zamieszkujących ziemię, skały, wodę, drzewa, rośliny, zwierzęta lądowe i ptaki. Sfera duchowa przenika wszystkie istoty – niezależnie od tego, czy można zaobserwować u nich oddychanie czy też nie. Wiele wieków temu życie miało wymiar cykliczny. Nasi przodkowie podążali za zmieniającymi się obliczami Ziemi, Słońca i Księżyca, rozumiejąc, że koniec to nic innego jak nowy początek, a po śmierci nastąpi wyczekiwane odrodzenie. Co ważne, ich duchowość wyrażała z bezpośredniego doświadczenia.

Kolektywna pamięć może funkcjonować za pośrednictwem tradycji ustnej, opowieści, pieśni i szczególnych rodzajów miejsc. Wiele historii przybrało postać przekazywanych z pokolenia na pokolenie, mitów i legend posiadających zakodowaną symbolikę, która potrafi połączyć nas z naszą zamierzchlą przeszłością.

Dawna ludność celtycka wiedziała o istnieniu świata wewnętrznego stanowiącego nieodłączny element widzialnej rzeczywistości. Uzyskiwali oni do niego dostęp czynnie podróżując w snach oraz podążając ścieżkami Duchów łączącymi umysł z Ziemią. Celtowie ustanawiali święte miejsca wzmacniające ich zdolność do transformacji.

Nawet obecnie święte miejsca naszych przodków nadal mogą nas przyciągać. Ich moc i obecność są do dziś wyczuwalne. Przebywając w ich pobliżu, uzyskujemy dostęp do innej rzeczywistości obecnej w nas samych oraz doświadczamy zmiany postrzegania umożliwiające głębsze poznanie Ducha Ziemi.

Choć wszyscy posiadamy naturalną zdolność wyczuwania innej „atmosfery”, nie zawsze w pełni ufamy naszym spostrzeżeniom, często ignorując zjawiska, które nie mieszczą się w granicach normalności. Dostęp do niezwykłości zamyka nam przekonanie o tym, że nasze fizyczne zmysły są najbardziej wiarygodnymi i godnymi zaufania środkami poznania. Tym niemniej, doświadczamy sytuacji, takich jak zbiegi okoliczności, przykłady synchroniczności, telepatii, jasnowidztwa, déjà vu oraz intuicyjnej komunikacji z ludźmi i zwierzętami. Potrafimy świadomie badać nasze ukryte zdolności, wsłuchując się w wewnętrzną ciszę i rozwijając „wrodzoną umiejętność słuchania”. Aby zwiększyć naszą stabilność i kontrolę, musimy praktykować proces „wyśrodkowania” bądź „uziemiania”.

Uziemianie

„Uziemianie” bądź „zakorzenianie” stanowi użyteczną technikę, którą należy praktykować na początku i po zakończeniu każdej głębokiej pracy angażującej nasze wnętrze. Co więcej, pomaga



ona osobom przepełnionym strachem, zdenerwowanym, żyjącym w ciągłym ruchu, znajdującym się w tłumie lub pozbawionym kontroli.

Najprostszym sposobem pozwalającym na uziemienie jest powolne i głębokie oddychanie. Pozwól, aby energia zgromadziła się w obszarze podbrzusza, a następnie przemieść ją w kierunku Ziemi. Uziemienie zapobiega słabnięciu i traceniu wigoru. Kiedy wykorzystujemy nieograniczone zasoby naszej planety, energia może swobodnie przepływać przez nasze ciała, które nabierają vitalności Ziemi.

Ćwiczenia uziemiające

- 🌲 Zawsze zaczynaj od połączenia się z własnym oddechem. Oddychaj głęboko, wykonując ruchy podbrzusza. W trakcie wydechu opróżniaj całe płuca. Oddychaj powoli. Poczuj jak wdychane Powietrze dodaje ci energii i wigoru. Kiedy robisz wydech pozbywaj się wszystkiego, co przeszkadza ci rozpląnąć się w Ziemi.
- 🌲 Kiedy nabierzesz odrobiny doświadczenia, możesz wykonać jedno z poniższych sposobów.
- 🌲 Wyobraź sobie, że jesteś drzewem. Twój tułów jest pniem, ramiona gałęziami, a stopy korzeniami wrastającymi w Ziemię i rozgałęziającymi się pośród ciemnej, żyznej gleby i skał. To za ich pośrednictwem otrzymujesz dobroć, stabilność i siłę.
- 🌲 Stań w lekkim rozkroku i zaprzyj się nogami o podłoże. Połóż otwarte dłonie na udach i wyobraź sobie energię spływającą w kierunku Ziemi.
- 🌲 Oddychaj głęboko. Powoli, z każdym wydechem, wydawaj głośne westchnięcie: „Haaaaaah”. Pozwól, aby przepływająca przez ciebie

energia wnikała w głąb podłoża, gdzie ulegnie oczyszczeniu i odnowie. Wykonując wdech, wciągaj moc Ziemi do płuc i wypełniaj całe ciało witalnością i siłą. To cykliczne ćwiczenie wzmacnia nasze związki z przyrodą i przynosi duchowe odrodzenie.

Duch miejsca i energia Ziemi

Wszyscy reagujemy w jakiś sposób na atmosferę pewnych miejsc, instynktownie wyczuwając ich gościnność, przyjazność, właściwości uzdrawiające, smutek, strach lub niepokój. Nasza reakcja nie zawsze ma charakter świadomy. Nasze subiektywne odczucia mogą podlegać zmianom w zależności od stanu naszego umysłu. W niektórych przypadkach te same wrażenia lub wizje są odbierane przez całą grupę ludzi. Oznacza to, że dane miejsce przechowuje pamięć o wydarzeniach z przeszłości. Wykorzystując ten efekt, możemy uzyskać dostęp do szczególnego rodzaju energii.

Aby móc znaleźć się w pobliżu miejsca, które emanuje innym typem energii, musimy dysponować szczególnego rodzaju wewnętrznym spokojem i odwagą. Jest to szczególnie ważne, gdy nie czujemy się w pełni komfortowo. Otwieraj się tylko wtedy, kiedy czujesz się bezpiecznie. Jeśli masz jakiegokolwiek wątpliwości, nie rób tego!

Pozostań w uziemieniu i wyobraź sobie spiralę białego światła unoszącą się wokół twojego ciała, która zapewni ci bezpieczeństwo. Jeżeli jesteś w kiepskim lub niestabilnym stanie emocjonalnym, nie zbliżaj się do takiego miejsca. Wyjątek stanowią okolice znane ze swoich uzdrawiających właściwości. Zawsze podążaj za własnymi myślami i nie ignoruj zaobserwowanych znaków! Mogą być nimi synchroniczne lub przypadkowe zjawiska zachodzące

w szczególnych momentach życia. Niewykluczone, że są to wiadomości pochodzące ze świata Ducha.

Aby poznać okolicę, zapoznaj się ze szczegółową mapą. Zwróć uwagę na wszelkiego rodzaju stare studnie, źródła, pagórki, kurhany, kopce, stojące głazy, wiekowe lasy, kościoły, wzgórza, jaskinie, ukryte doliny, ścieżki i drogi. To właśnie takie elementy krajobrazu mogą okazać się miejscami przejawiania się wyjątkowej energii pozwalającej na doświadczenie innej, pokrewnej snom, rzeczywistości.

Nie bój się eksperymentować, łącząc się z naturalną energią Ziemi. Twórz mentalne i symboliczne więzy przybliżające cię do obiektu twoich badań. Pomocą może okazać się instynktowne nucenie lub powtarzalny śpiew, dzięki któremu do głowy przyjdą ci nowe słowa i spostrzeżenia. Nawiązuj kontakt z Duchami Ziemi, drzew, rzek, zwierząt i ptaków. Po przedstawieniu własnej osoby, staraj dostrajać się do wibracji danego miejsca. Nie spiesz się. Ten proces pozwoli ci wymknąć się spod władzy czasu.

Choć komunikacja odbywająca się poza granicami widzialnej rzeczywistości wymaga odrobiny praktyki, jest ona czymś całkowicie naturalnym. Jeśli widziałeś bawiące się dzieci lub pamiętasz, jak zachowywałeś się we wczesnej młodości, wiesz, że granica między światem wyobrażonym a światem widzialnym jest rozmyta. Choć wszyscy rodzimy się obdarzeni tą naturalną zdolnością, społeczeństwo zniechęca nas do jej używania, karząc kurczowo trzymać się „prawdziwego świata”. Pierwszym krokiem do odzyskania utraconej sztuki jest zaufanie naszym subtelnyim spostrzeżeniom i intuicjom, których nie powinniśmy się obawiać.



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
www.studioastro.pl



GLENNIE KINDRED jest autorką kilkunastu książek o mądrości Ziemi, rodzimych roślinach i drzewach oraz o cyklach natury. Jest szanowaną nauczycielką i ekspertką w dziedzinie przyrody i tradycji Ziemi. Lubi dzielić się swoimi spostrzeżeniami i naukami poprzez warsztaty, wykłady i szkolenia, zachęcając i inspirując słuchaczy do tworzenia relacji z otaczającym nas światem przyrody.

Ten inspirujący przewodnik nauczy Cię, jak pracować z naturalnymi cyklami roku. To kompleksowe źródło informacji dla każdego, kto chce dowiedzieć się więcej o leczniczych i energetycznych właściwościach drzew, celtyckich obrzędach związanych z porami roku, Pięciu Żywiołów, energii Księżyca i Słońca lub po prostu jak nawiązać głębsze połączenie z Ziemią.

Z tej książki dowiesz się, jak czerpać siłę z mądrości Ziemi. Poznasz:

-  metody na odzyskanie naturalnej witalności i energii,
-  pomysły rytuałów przeżywania sezonowych cykli, przesilen, równonocy,
-  sposoby leczenia zaczerpnięte z natury,
-  zasady i prawa Pięciu Żywiołów,
-  technikę uziemienia,
-  praktyczne zastosowanie drzew i roślin,
-  zasady tworzenia własnego zestawu ogamicznych kijów i talizmanów,
-  lecznicze właściwości ziół,
-  praktyki medytacyjne związane z porami roku,
-  przepisy na napary, tynktury, wyciągi z kwiatów.

Odkryj uzdrawiającą moc Ziemi

Patroni:



Wellnessday.eu
kobiety z portalu zdrowego stylu życia



SZUKATER.PL



Psychotronika.pl
Pierwszy polski portal psychotroniczny



Talizman.pl
SKLEP ZE SZCZĘŚCIEM

Cena: 49,40 zł

ISBN: 978-83-8171-324-5



9 788381 713245