

Oliver Niño

ENERGETYCZNY DETOKS

**Usuń blokady i oczyść
swoje pole energetyczne
w 5 prostych krokach,
aby pozbyć się
negatywnych emocji
i odzyskać zdrowie**



**STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII**
Jeszcze lepsze jutro

ENERGETYCZNY DETOKS

Rekomendacje dla *Energetycznego detoksu*

„Oliver jest utalentowanym uzdrowicielem, którego praktyki pomogą tym, którzy chcą w życiu doświadczyć większej radości, wewnętrznego spokoju i dobrego samopoczucia”.

— **Tony Robbins**, autor bestsellera *Nasza moc bez granic* będącego nr 1 w rankingu „New York Timesa”

„Od momentu, gdy połączyłam się z Oliverem, od razu poczułam jego energię, pasję i troskę o nas wszystkich, którzy chcą uwolnić się od traum i emocjonalnych obciążeń. Mądrość i energia, o których naucza i którymi się dzieli, są wyjątkowe. Dziękuję bardzo Oliverze za współczucie i troskę o nas wszystkich”.

— **Donna Karan**, projektantka mody

„Oliver to utalentowana dusza, która ma zdolność zmiany czyjejs częstotliwości poprzez aktywację jej prawdziwej esencji i głosu, dotychczas pogrzebanych pod traumą, bólem i cierpieniem”.

— **Anthony William**, autor bestsellerów „New York Timesa” z serii *Boski lekarz*

„Dziękuję, Oliver, za twoją nieustanną hojność w pomaganiu mi we wzmacnianiu własnej energii, dzięki czemu mogę doświadczać bardziej ekspansywnego i pięknego życia”.

— **Julianne Hough**, amerykańska tancerka, aktorka i piosenkarka

„Głównym tematem mojej pracy, jako autora opowiadań, jest badanie koncepcji, w której zwykli ludzie stają się niezwykli. To, co Oliver osiągnął w *Energetycznym detoksie*, to stworzenie przewodnika zawierającego praktyczne narzędzia do odkrywania i wykorzystywania niezwyklej mocy, która tkwi w każdym z nas”.

— **Tim Kring**, producent telewizyjny i twórca *Dziwnego Świata*, *Jordan* w akcji, *Herosi* i *Touch*

„Jedną z najważniejszych rzeczy, jakie kiedykolwiek osiągniemy w naszym życiu, jest przebudzenie do prawdziwej istoty tego, kim i czym naprawdę jesteśmy: głęboką i potężną niewidzialną siłą czystej energii. Naprawdę jesteśmy energiami wszechświata zapakowanymi w ludzką formę. Nauka zarządzania nimi uwalnia nasze prawdziwe ja. Oliver opisał wiele sposobów, jak tego dokonać, i zrobił to bardzo przystępnie, więc każdy może je wobec siebie zastosować. Dziękuję, Oliverze. Tę książkę trzeba przeczytać!”

— dr **Sue Morter**, autorka bestsellerowej książki
Kody energetyczne

„Jeśli chcesz odczuwać więcej radości, spokoju ducha i dobrego samopoczucia twoim priorytetem powinno być zdrowie energetyczne. Energia jest niewidzialną siłą, która oddziałuje na nas wszystkich, niezależnie od tego, czy w nią wierzymy, czy nie. Negatywna energia może zostać uwięziona w twoim ciele i jeśli będzie ignorowana, wywołuje stres, uczucie przytłoczenia, choroby i ostatecznie doprowadza do spadku jakości życia. Książka Olivera to rozwiązanie dla każdego, kto szuka praktycznego, sprawdzonego, krok po kroku podejścia do ochrony, oczyszczenia i odzyskania swojej energii oraz manifestacji życia, którego zawsze pragnął”.

— **Nick Ortner**, autor bestsellerów „New York Timesa” –
Metoda Opukiwania i The Tapping Solution for Manifesting Your Greatest Self

„Możesz być wrażliwym empatą lub czuć się wyczerpany niezliczonymi obowiązkami oraz zadaniami w tym zabieganym świecie. *Energetyczny detoks* to pomost łączący cię z czystą, skoncentrowaną energią tego, kim jesteś i kim chcesz być”.

— dr **Jennifer McCollum**

Oliver Niño

ENERGETYCZNY DETOKS

Usuń blokady i oczyść
swoje pole energetyczne
w 5 prostych krokach,
aby pozbyć się
negatywnych emocji
i odzyskać zdrowie



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

REDAKCJA: Mariusz Golak
SKŁAD: Krzysztof Remiszewski
PROJEKT OKŁADKI: Krzysztof Remiszewski
TŁUMACZENIE: Anna Polaków
ZDJĘCIA I ILUSTRACJE WEWNĘTRZNE: Liezl B., Authentic Living

Wydanie I
Białystok 2024
ISBN 978-83-8301-542-2

Tytuł oryginału: *Spiritual Activator: 5 Steps to Clearing, Unblocking, and Protecting Your Energy to Attract More Love, Joy, and Purpose*

SPIRITUAL ACTIVATOR
Copyright © 2023 by Mandy Morris Coaching International LLC
Originally published in 2023 by Hay House Inc., USA

© 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.

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



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.
www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

15-762 Białystok
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
85 662 92 67 – redakcja
85 654 78 06 – sekretariat
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt
85 654 78 35 – www.talizman.pl – detal
strona wydawnictwa: www.studioastro.pl

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.psychotronika.pl

PRINTED IN POLAND

*Dla Mandy, Braya, Zi i dziadziusia.
Wszyscy jesteście moim „DLACZEGO”.*

*Dla wszystkich tych, którzy podążali za mną przez lata,
których historie i przemiany napędzają mnie,
by docierać do coraz większej liczby dusz
i rzucać światło na ten świat.*

Kocham was wszystkich.

SPIS TREŚCI

Wstęp	11
CZĘŚĆ I ODBLOKUJ, BY OCZYŚCIĆ	
Rozdział 1. Dary, uzdrawianie i pomoc innym	21
Rozdział 2. Dlaczego potrzebuję detoksu?	47
CZĘŚĆ II TWÓJ 15-DNIOWY PLAN	
Rozdział 3. Dni 1–3: Chroń swoją energię	73
Rozdział 4. Dni 4–6: Oczyszć swoją energię	97
Rozdział 5. Dni 7–9: Zwiększ swoją energię	127
Rozdział 6. Dni 10–12: Odkryj swoje dary	151
Rozdział 7. Dni 13–15: Ćwicz swoje umiejętności i cel pracy	183
Posłowie. Głoś błogosławieństwa	203
Specjalne zaproszenie. Dołącz do Rodziny Duchowych Aktywatorów	205
Podziękowania	207
O Autorze	211

WSTĘP

Czy kiedykolwiek doświadczyłeś czegoś podobnego? Kiedy jesteś w miejscu publicznym, znajdujesz się pod silnym wpływem energii innych ludzi, przez co odczuwasz przytłoczenie, frustrację, niepokój lub panikę, dlatego bardzo chcesz poczuć spokój, wyciszyć się i odzyskać jasność myślenia. Ty (lub ktoś ci bliski) doświadczasz przewlekłego bólu lub wyniszczającej choroby i próbowałeś już wszystkiego, aby wyzdrowieć, ale nic na dłuższą metę nie działa.

Kiedy dorastałeś, zawsze zdarzały ci się niewyjaśnione rzeczy i nikt nie był w stanie udzielić ci odpowiedzi, dlaczego tak się dzieje. Może twoje sny się spełniają albo po prostu pewne rzeczy „wiesz”, ale nie potrafisz ustalić skąd i dlaczego. Może widzisz inne wymiary lub otrzymujesz „wiadomości” z drugiej strony.

Czujesz się wyczerpany pod koniec dnia, a ludzie wydają się cały czas od ciebie brać. Wydajesz się przyciągać do swojego życia toksycznych lub negatywnych ludzi, którzy wysysają z ciebie energię i witalność, a ty po prostu chcesz znów poczuć się DOBRZE.

Przechodzisz przez duchowe przebudzenie, a życie przypomina kolejkę górską. Szukasz odpowiedzi na wiele pytań i z jakiegoś powodu po prostu nie możesz ich uzyskać.

Wiesz, że jesteś „inny” niż wszyscy. Jesteś dostrojony do światła energii i duchowości; wiesz, że życie to coś więcej i jesteś gotów, aby to zbadać.

Doświadczyłeś „ciemnej nocy duszy” i jesteś gotów, aby przejść do następnego rozdziału swojego życia, ponieważ wiesz, że jesteś tu, by dokonać czegoś wielkiego, nawet jeśli jeszcze nie wiesz czego.

Jeśli któryś z tych scenariuszy jest ci bliski, ta książka została napisana właśnie dla ciebie.

Widzisz, sam doświadczyłem takich sytuacji. Przeszedłem przez nie wszystkie i jestem teraz na końcu tunelu. Jest w nim nie tylko światło, ale tak naprawdę to wcale nie koniec – właściwie to nowy początek. Nie jesteś na końcu; przechodzisz na drugą stronę.

Po drugiej stronie czeka życie pełne celu, radości, miłości, szczęścia, pokoju, błogości, jasności i pełni, a ja jestem tutaj, aby pokazać ci, jak się tu znalazłem. Zrobię to krok po kroku, abyś mógł uwolnić się od niewidzialnych blokad energetycznych, które cię powstrzymują.

Duchowy Aktywator: 5 kroków do oczyszczenia, odblokowania i ochrony energii, aby przyciągnąć więcej miłości, radości i spełnienia to zabawne, proste rozwiązanie, które pomoże ci przełamać życiowy dysonans. Mój program odpowiada na pytanie, dlaczego czujesz się w taki a nie inny sposób, a także usuwa blokady z twojego pola energetycznego, stojące między tobą a spełnieniem. Na pewno słyszałeś o popularnych leczniczych korzyściach płynących z zielonych koktajli, oczyszczania wątroby i diet detoksykacyjnych. Cóż, oczyszczanie energetyczne ciała jest równie ważne, jak to fizyczne i psychiczne. Robiąc to, eliminujesz wszelkie problemy u ich korzeni energetycznych, co pozwala twemu ciału stać się czystym naczyniem

dla przepływających przez nie boskich częstotliwości. Owa energia da ci wskazówki, których potrzebujesz, aby w pełni osiąść swoje duchowe dary, dążyć do celu i rozwijać się.

Blokady energetyczne spowalniają, osłabiają lub stopują zdolność do bycia najlepszą wersją siebie – a mój detoks usuwa skumulowane, negatywne skutki energetyczne złych doświadczeń w ciałach fizycznym, emocjonalnym, duchowym i energetycznym. W tej książce wyjaśnię, w jaki sposób blokady energetyczne osadzają się w twoim organizmie jako negatywne przekonania, emocje, a czasem nawet uwarunkowania fizyczne. Traумы, w tym przodków, lub czynniki środowiskowe wywołują poczucie strachu, winy, złości, zdrady, bezużyteczności, zranienia i nieadekwatności, które mogą przepływać przez ciebie jak niebezpieczne wolne rodniki. Tworzą one ściany w twoim polu energetycznym, co wywołuje choroby fizyczne, problemy w związkach, uczucie utknięcia w miejscu, niepokoju, depresji i/lub ogólnego poczucia braku szczęścia, spełnienia czy celu, a także braku pewności siebie. Pewne czynniki utrzymują tę energię przy życiu, w tym negatywne przekonania. Kiedy oczyszczasz lub usuwasz blokady za pomocą moich technik uzdrawiania, nie tylko oczyszczasz swoje pole energetyczne – tym samym przywracając do równowagi różne aspekty dobrego samopoczucia – ale pozwalasz sobie na połączenie z wyższą mocą i aktywowanie swoich darów, które pomogą ci w realizacji twojego celu. Jesteś zaprogramowany do oczyszczania swojego pola energetycznego. Twoja dusza przybyła tutaj w czystym energetycznie stanie, więc wszechświat zachęca cię do powrotu do twojego naturalnego sposobu bycia.

Program detoksykacji jest podzielony na dwie części. W części I przedstawię swoją historię uzdrawiania energią i wyjaśnię, dlaczego tak ważne jest energetyczne oczyszczanie organizmu,

podczas gdy w części II przedstawię konkretne kroki, które podejmiesz podczas 15-dniowego oczyszczania. Program składa się z zaledwie pięciu kluczowych kroków, z trzema dniami poświęconymi na opanowanie każdego z nich. Najpierw nauczysz się, jak chronić, oczyszczać i podnosić poziom swojej energii, a następnie poznasz sposoby na odkrywanie swoich darów i realizowanie celu. Każdy trzydniowy blok oferuje różne ćwiczenia, narzędzia i medytacje, których możesz użyć i ostatecznie odkryć – metodą prób i błędów, które najlepiej działają jako detoksykacja twego organizmu.

W miarę postępów będziesz łączył praktyki, dodając kolejne do tych z poprzednich dni, tak aby wspólnie stworzyły rutynę, która będzie pozytywnie zmieniała twoją energię, a ostatecznie całe twoje życie. Jeśli wypadniesz z rytmu w trakcie oczyszczania, po prostu zaczniesz w miejscu, gdzie przerwałeś, a po zakończeniu programu, jeśli kiedykolwiek poczujesz się energetycznie osłabiony lub twoje dary duchowe wydadzą ci się przyćmione, po prostu powtórz detoks.

Mam klientów, którzy lubią oczyszczać się mniej więcej co 90 dni, tak by utrzymać swoją energię w najbardziej czystym i płynnym stanie. Mój program został zaprojektowany tak, aby był wszechstronny, spersonalizowany i intuicyjny, więc kiedy skończysz 15 dni i odkryjesz, co sprawia, że twój organizm czuje się najlepiej, staniesz się ekspertem w sprawach swojego ciała i będziesz decydował, co robić, by wspomagać swój przepływ energii.

W ciągu zaledwie dwóch tygodni twoje ciało: fizyczne, emocjonalne i energetyczne, ulegną ogromnej poprawie, gdy oczyścisz swoje pole z blokad i zanieczyszczeń, a także nauczysz się, jak utrzymać ten lepszy stan. Duchowy Aktywator wniesie pokój, szczęście i spełnienie do twojego życia.

DNI 1–3: CHROŃ SWOJĄ ENERGIĘ

Pierwszym etapem detoksu energetycznego jest spędzenie początkowych trzech dni programu na nauce ochrony energii ciała i pola aurycznego. Dzięki temu twój umysł odpocznie, a ty zabezpieczysz swoje wibracje przed infiltracją wszelkich nowych obciążeń energetycznych. Jest podobny do detoksu żywieniowego, w którym początkowo eliminujesz szkodliwe pokarmy z diety i zaczynasz jeść te, które są łatwe do strawienia i przyswojenia, podczas gdy twój system oczyszcza się i leczy. Tak jak nowa, zdrowsza żywność zapewnia ochronę przed dodatkowymi toksynami przedostającymi się do twojego ciała fizycznego, tak duchowe techniki ochronne, których nauczę cię w tym rozdziale, ochronią cię przed zanieczyszczeniami energetycznymi.

Po co w ogóle martwić się duchową ochroną? Jak już mówiliśmy, każdego dnia napotykasz negatywne pole minowe, które wpływa na energię wewnątrz i na zewnątrz twego ciała. Bez ochrony energia twego otoczenia, w tym ta pochodząca od ludzi i innych czynników, wpływa na twoją częstotliwość – i to nie zawsze w najlepszy sposób. Ochrona sprawi, że poczujesz różnicę między dniem, który sprawia ci przyjemność, a tym, który całkowicie

cię osłabia. To mroczna, negatywna energia rozwija i karmi blokady. Więc jeśli spędzasz dużo czasu z toksycznym przyjacielem lub partnerem, bez codziennej ochrony, jego energia głęboko wnika w twoją i wpłynie na twoje myśli oraz uczucia, co również wypaczy twoją wewnętrzną energię. Więc zanim przejdiesz dalej, musisz dowiedzieć się, jak chronić swoje ciało przed zewnętrzną, negatywną energią, która wylewa się z przyjaciół, kolegów, członków rodziny, Wi-Fi i innych źródeł. Techniki te pomogą ci również zachować bezpieczeństwo energii wewnętrznej. Negatywna energia w twoim ciele wywołuje myśli i emocje, które determinują dokonywane wybory, i wpływa na to, jak przetwarzasz swoje uczucia. W następnym rozdziale, dotyczącym głębszego oczyszczania, zajmiemy się tym, jak pozbyć się toksyn.

Będziesz zaskoczony, gdy zdasz sobie sprawę z tego, w jakim stopniu negatywna energia zewnętrzna, istniejąca nie tylko wokół ciebie, ale i wewnątrz ciebie, wpływa na twoje zdrowie fizyczne oraz psychiczne. Dlatego też tak ważne jest stworzenie skutecznej ochrony. Negatywne wpływy są wszędzie. Posłużmy się przykładem dojazdów do pracy. W drodze do biura możesz wejść w interakcję ze zrzędlwym konduktorem pociągu, wchłaniając mieszkankę zestresowanych, zirytowanych i gorzkich wibracji innych osób dojeżdżających do pracy, przyjąc toksyczną energię z napowietrznych przewodów zasilających pociąg, poczuć się wytrąconym z równowagi i zdenerwowanym pośpiechem pracowników w drodze do drzwi lub poruszającymi się po ruchliwej ulicy egocentrycznymi przechodniami, czy też odgłosem kakofonii klaksonów i syren, a potem w końcu – w końcu! – wchodzisz na spotkanie, na którym witają cię koledzy pełni niepokoju i stresu. Już wiesz, dokąd z tym zmierzam? Chociaż ledwo zaczęłaś dzień, twoja energia już musiała pokonać niezliczone częstotliwości,

a bez ochrony wysyłasz swoją własną energię na prawdziwą kolejkę górską. Bez ochrony wspomniane, codzienne wydarzenie, takie jak dojazd do pracy, może zainicjować lub podsyć chroniczny stan złego samopoczucia.

Jeśli stworzysz i założysz tarczę energetyczną, którą nauczysz się budować w tym rozdziale, gwarantuję, że twoja energia będzie w pełni chroniona, a co najważniejsze, pomoże ci skupić się i wspierać pozytywne ambicje, takie jak: rozwój biznesu, realizację swojego celu, znalezienie nowego domu, uzyskanie optymalnego samopoczucia, powiększenie rodziny – lub po prostu spokój. Gniew, wstyd, żal i inne negatywne uczucia mogą intensywnie osadzać się w twoim polu energetycznym i czakrach, ponieważ tworzą niepokojące myśli o niskiej energii. Aby jednak oczyścić tę energię, musisz strategicznie uwolnić związany z nią ból i podnieść swe wibracje, o czym opowiem w następnym rozdziale.

W tym rozdziale przyjrzymy się, dlaczego ochrona jest niezbędna, poznamy konkretne techniki oraz niezwykle historie klientów, których życie zmieniło się, ponieważ nauczyli się, jak się chronić, co było ważnym pierwszym krokiem do detoksu energetycznego.

KIEDY BUDOWAĆ OCHRONĘ

Istnieją trzy narzędzia, których używam do ochrony energii. Chciałbym, abyś wypróbował jedno narzędzie dziennie i w kolejnych dniach łączył je z tym (tymi) z poprzedniego dnia. Nazywam to warstwowaniem. Twoja tarcza ochronna składa się z (1) mocy intencji, (2) świętej geometrii oraz (3) terapii kolorami oraz światłem, tworzących energetyczną barierę,

która zabezpiecza cię przed negatywnością płynącą z zewnątrz. Ustalenie, która kombinacja technik działa najlepiej, jest osobistym, intuicyjnym procesem, opartym na metodzie prób i błędów. Pod koniec tych trzech dni będziesz miał kilka opcji, które sprawiają, że poczujesz się pewniej w obliczu negatywnych wibracji. Stosuj te techniki codziennie, z samego rana, abyś mógł przyzwyczać się do tego, jak to jest zaczynać dzień z jasnym umysłem, energią, spokojem i ochroną.

NARZĘDZIE NR 1: INTENCJA

Pierwszym sposobem ochrony jest intencja, na której skupisz się podczas dnia 1. Kiedy ustalasz intencję, prosisz wszechświat, aby twoja prośba zmaterializowała się w prawdziwym świecie i z dużą częstotliwością. Wszystkie intencje powinny składać się z trzech części: czego pragniesz, co chcesz usunąć i czego chciałbyś doświadczyć w ciągu dnia. Aby stworzyć intencję, zamknij oczy, weź głęboki oddech i powiedz głośno: „Postanowiłem, że będę chroniony przed negatywną energią. Chcę odfiltrować wszystko, co nie służy najwyższemu dobru. Proszę, ześlij mi energię opartą na miłości, abym mógł walczyć z wszelkimi przeciwnościami, na które mogę się dziś natknąć”. Recytowanie tej formuły z samego rana lub przed wejściem w sytuację, która może mieć na ciebie wpływ (przebywanie w zatłoczonym miejscu lub spotkanie z kimś, kogo znasz, kto w przeszłości wywierał na ciebie wpływ lub wysysał z ciebie energię) nie tylko chroni cię przez cały dzień, ale także ustanawia nawyk, który sprawi, że twoje poranki będą się dobrze zaczynały.

Przechodząc przez dzień 1. z intencjonalną ochroną, zwracaj większą uwagę na to, co dzieje się wokół ciebie. Możesz zauważyć

zaskakujące, ale mile widziane synchronizacje, na przykład: przypadkowe zaspanie do pracy może sprawić, że uniknąłeś wypadku komunikacyjnego lub spóźnisz się na wizytę u dentysty tylko po to, by później dowiedzieć się, że twoja ulubiona higienistka jest na wakacjach. Mogą pojawić się także frustrujące wydarzenia, takie jak: lukratywny projekt, który się nie powiedzie, lub denerwujący e-mail – w takich przypadkach musisz ufać, że Bóg ma dla ciebie lepsze plany. Często nie zdajemy sobie sprawy, że coś stało się na naszą korzyść, bo to, co wydaje się tymczasową „porażką” lub „karą”, okazuje się w rzeczywistości najlepszą rzeczą, jakiej mogliśmy w tamtej chwili doświadczyć. Załóżmy na przykład, że chcesz napisać książkę, ale zostajesz odrzucony przez wydawcę. W tym momencie może to wyglądać na odrzucenie, ale co jeśli się tak stało, ponieważ za 30 dni inny wydawca złoży ci ofertę wykraczającą poza to, na co liczyłeś. Wiele razy, gdybyśmy spojrzeli na różne sytuacje retrospektywnie, okazałoby się, że życie nam sprzyja, nawet jeśli tego w danym momencie nie widzimy.

Chociaż twoja początkowa intencja wystarczy, aby chronić cię przez cały dzień i pomóc utrzymać wysokie wibracje, możesz także dodać drugą lub trzecią w bardziej stresujących sytuacjach. Na przykład, jeśli wybierasz się na ważny biznesowy lunch, możesz powiedzieć: „Boże, proszę, napełnij mnie miłością, odwagą i siłą. Podczas tego obiadu usuń wszystkie negatywne i niższe energie. Chcę doświadczać tylko pozytywnych emocji dla najwyższego dobra”. Możesz nawet dołączyć do swojej prośby ramy czasowe, a ponieważ już ustaliłeś intencję na dany dzień, mogą one być tak krótkie, jak chcesz. Tak więc, jeśli obcowanie ze stadem wrednych matek podczas wywiadówki szkolnej sprawia, że żołądek ci się przewraca, spróbuj powiedzieć: „Proszę, pomóż mi przez następną godzinę doświadczać zyczliwości, radości oraz

pokoju – i chroń mnie przed kimkolwiek lub czymkolwiek, co mogłoby obniżyć lub źle wpłynąć na moją energię dla najwyższego dobra wszystkich”. Jeśli wiem, że idę na potencjalnie sporną rodzinną kolację lub do zatłoczonego centrum handlowego na świąteczne zakupy, wypowiadam tę intencję: „Boże, proszę, chroń mnie przed całą toksyczną, opartą na strachu, negatywną energią przez następne dwanaście godzin” – i to załatwia sprawę. Gdy poczujesz się bardziej komfortowo z ustanowieniem tego rodzaju ochrony, tworzenie intencji czasowych stanie się przyjemnym ćwiczeniem do wypróbowania, ponieważ dzięki niemu możesz śledzić skuteczność swojej ochrony w czasie rzeczywistym. Powinieneś wyczuwać subtelny spokój, który przychodzi wraz ze spełnieniem intencji – albo nie, wtedy możesz to reformułować i spróbować ponownie. Uwielbiałem to robić, kiedy po raz pierwszy uczyłem się ochrony, ponieważ zwiększało to moje zaufanie do całego procesu. Ostatecznie możesz stworzyć tylko jedną, uniwersalną intencję, aby chronić cię przez cały dzień lub w każdym trudnym momencie.

Jestem pewien, że już zauważyłeś, że ustalanie intencji brzmi jak odmawianie modlitwy. To dlatego, że energia, którą wkładasz w deklarację intencji, jest tą samą, która sprawia, że modlitwy stają się skuteczne. Kiedy pozytywna intencja naprawdę pochodzi z twojego serca, które ma większe pole energetyczne niż nawet twój mózg, składasz prośbę z głębokimi emocjami, które podnoszą twoje wibracje. A kiedy przywołujesz wyższą moc lub Boga, aby spełnił twoją prośbę, wprawia cię to w dynamiczną wibrację zaufania, która uruchamia cały mechanizm. Szczere i uczciwe deklaracje intencji sugerują, że wiesz, że współtworzysz z wyższą siłą i przekazujesz ochronę Bogu, który ma inteligencję i zdolność do spełnienia próśb. Ufasz, że Bóg wykona zadanie.



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
www.studioastro.pl



Oliver Niño – przedsiębiorca, uzdrowiciel energetyczny i ekspert ds. aktywacji duchowej. Jest twórcą Geo Love Healing, firmy internetowej, która pomaga odblokować własną energię i stać się uzdrowicielem. Oliver przeprowadził ponad 20 tys. indywidualnych sesji uzdrawiających. Dokonał również uzdrawiania grupowego ponad 6 tys. osób w jednym czasie i przeszkolił przeszło 2 mln studentów w ponad 60 krajach w zakresie uzdrawiania energią. Ma wielu oddanych fanów na całym świecie, w tym tak znane postacie, jak Gwyneth Paltrow czy Demi Moore.

Swobodny przepływ wewnętrznej energii jest gwarantem zdrowia, dobrego samopoczucia, ale też pozbawionego blokad rozwoju osobistego. Dlatego każdy – w trosce o jakość swojego życia – powinien nauczyć się pracy z energią. Nie jest to trudne. Wystarczy poznać proste techniki ukierunkowane na pogłębienie intuicji i rozpoznanie swojego naturalnego potencjału.

W książce znajdziesz 15-dniowy program, który pomoże ci odkryć i zapanować nad własną energią. Dowiesz się, jak obudzić w sobie moc uzdrawiania i dlatego każdy powinien poddać się energetycznej detoksykacji. Dzięki lekturze tej publikacji nie tylko będziesz wiedział, jak oczyścić swoje pole energetyczne, ale także poznasz sposoby jego wzmocnienia i ochrony. By utrwalić swoją praktykę, skorzystasz z zamieszczonych tu zestawów ćwiczeń, medytacji oraz narzędzi duchowych. W efekcie odkryjesz swoje psychiczne dary i użyjesz ich, by uczynić własne życie szczęśliwszym i pełniejszym.

Samodzielne oczyszczanie energetyczne – codzienna praktyka uzdrawiania ciała i duszy

Patroni:



SZTUKATER.PL



Talizman.pl
SKLEP ZE SZCZĘCIEM



Psychotronika.pl
Pierwszy polski portal psychotroniczny

Cena: 49,40 zł

ISBN: 978-83-8301-542-2



9 788383 015422