

Barbra Angel

⇒ Barbara Romanowska ⇐

MEDYTACJA UZDRAWIAJĄCEGO REZONANSU

Prosta metoda Tune&Heal na głęboki relaks,
harmonizację układu nerwowego
i duchową transformację do 5D

Więcej o książce na stronie [wydawcy](#)

Książkę możesz kupić w [sklepie](#)



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro



Talizman.pl
SKLEP EZOTERYCZNY



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

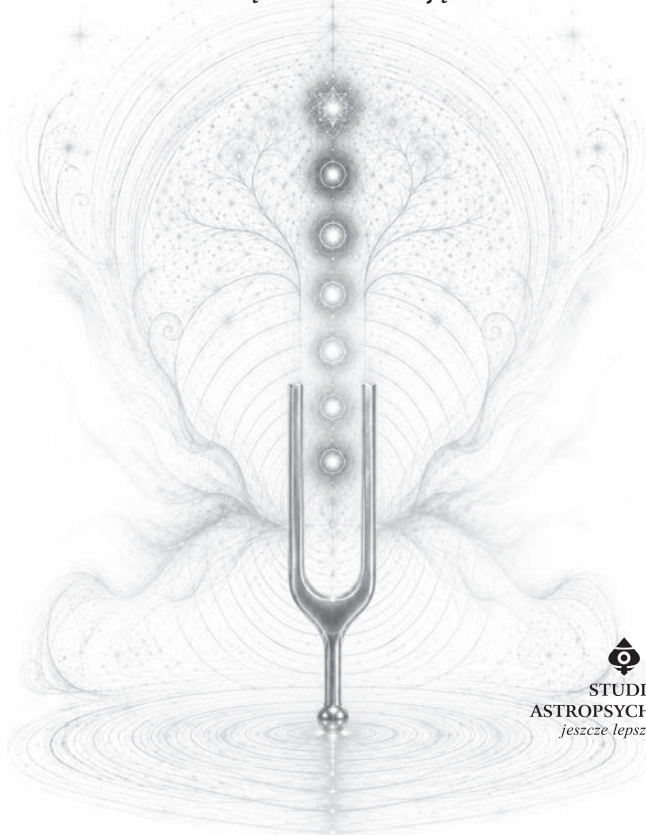
MEDYTACJA
UZDRAWIAJĄCEGO
REZONANSU

Barbra Angel

➤ Barbara Romanowska ➤

MEDYTACJA UZDRAWIAJĄCEGO REZONANSU

Prosta metoda Tune&Heal na głęboki relaks,
harmonizację układu nerwowego
i duchową transformację do 5D



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

REDAKCJA: Natalia Paszko
SKŁAD: Krzysztof Remiszewski
PROJEKT OKŁADKI: Krzysztof Remiszewski
ZDJĘCIA I ILUSTRACJE: Autorka

Wydanie I
Białystok 2026
ISBN 978-83-8446-054-2

© Copyright by Barbora Angel, 2026

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2026
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. Niniejsza publikacja, w całości ani w żadnej części, nie może być wykorzystywana do trenowania, testowania, rozwijania ani doskonalenia systemów sztucznej inteligencji, modeli językowych, algorytmów uczenia maszynowego ani innych zautomatyzowanych systemów przetwarzania danych bez uprzedniej pisemnej zgody właściciela praw autorskich.

Treści zawarte w tej publikacji mają charakter wyłącznie informacyjny oraz edukacyjny. Nie stanowią one porady medycznej, diagnozy ani rekomendacji terapeutycznej i nie mogą zastępować konsultacji z lekarzem specjalistą. Autor i Wydawca informują, że opisane w książce metody mogą mieć charakter alternatywny i w rozumieniu przepisów o prawach pacjenta mogą nie posiadać powszechnego potwierdzenia naukowego. Autor i Wydawca stanowczo odradzają rezygnację z leczenia zgodnego z aktualną wiedzą medyczną na rzecz treści opisanych w tej publikacji. Autor i Wydawca nie ponoszą odpowiedzialności za skutki zdrowotne wynikające z samodzielnego stosowania prezentowanych treści bez nadzoru medycznego.



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.
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 – talizman.pl – detal
strona wydawnictwa: studioastro.pl

Więcej informacji znajdziesz na portalu psychotronika.pl

PRINTED IN POLAND

SPIS TREŚCI

Słowo wstępne	9
Co to jest medytacja uzdrawiającego rezonansu	13
3D, 4D i 5D	15
Rezonans	19
Trochę fizyki	27
Rezonans morficzny, uzdrawianie i emocje	33
Może jednak tradycyjna medytacja?	43
Terapia dźwiękiem	47
Świadomość 5D	51
Muzykoterapia Dogłębna-Komórkowa i transformacja 5D	59
Odkryj magię medytacji uzdrawiającego rezonansu: klucz do spokoju i szczęścia	63
Praktyka medytacji uzdrawiającego rezonansu	65
Pomoc w osiągnięciu szybkich efektów medytacji Tune&Heal	71
Pytania i odpowiedzi	82
O Autorce	91

SŁOWO WSTĘPNE

Witajcie kochani!

Postanowiłam stworzyć książkę o mojej ukochanej medytacji rezonansowej.

Do tej pory prezentowałam tę metodę medytacji tylko podczas kursów stacjonarnych. Postanowiłam jednak dać szansę tej koncepcji i dotrzeć do szerszego grona odbiorców poprzez książkę, umożliwiając innym naukę tej wspaniałej metody uzdrawiania z możliwością szybkiego przyciągania celu w jednym.

Tak po prostu – połączyłam medytację i dźwięk, bo dźwięk jest mi bliski od urodzenia.

Ale nie tylko to!

Nie wiem, czy wiecie, ale okrzyknięto mnie pionierką w leczeniu dźwiękiem kamertonów, dzięki metodzie Muzykoterapii Dogłębnej-Komórkowej, którą stworzyłam w 2003 roku w Europie. Od tego czasu nauczam jej na świecie także pod nazwą Cell Resonance Therapy (CRT).

Stało się tak pewnie dlatego, że ja rzeczywiście dobrze znam dźwięk, szczególnie jego stronę uzdrawiającą

i metafizyczną, bo urodziłam się ze słuchem absolutnym jak W.A. Mozart. Ba, nawet tego samego dnia i miesiąca co on! Posiadanie umiejętności słuchu absolutnego zmusiło nas oboje do ciężkiej pracy nauczania się życia.

Może się komuś wydawać, że się przechwalam albo użalam nad sobą, ale niestety, początkowe lata życia ze słuchem absolutnym są dość ciężkie. Trzeba się z takim słuchem nauczyć żyć i mnie się to udało, choć wiele dzieci żyje dziś w swoim wyimaginowanym świecie wiecznie grającej orkiestry, z diagnozą – autyzm.

Jestem szczęściarą, bo nauczyłam się z takiego słuchu korzystać, a nawet pomagać dzięki niemu innym, dlatego teraz mój supersłuch służy mi z nawiązką.

Jak wiadomo, W.A. Mozart poprzez swoje strukturalnie matematyczne, symetryczne i harmoniczne kompozycje, stworzył podwaliny pod muzykoterapię.

Jego utwory do dziś uznawane są za podstawę muzykoterapii. Wykorzystywane na świecie w szpitalach, sanatoriach, domach opieki, hospicjach, więzieniach i wielu innych miejscach.

Choć może brzmi to niedorzecznie, to po trzydziestu latach mojej pracy z dźwiękiem w różnej formie, powiem wam, że dźwięk naprawdę może leczyć. Co ciekawe, z głosu, który jest jedynym żywym instrumentem muzycznym posiadającym zdolność intencji, można nawet „wyczytać” problemy emocjonalne albo i choroby ciała fizycznego! Wystarczy tylko odrobina nauki, a dla kogoś, kto posiada „znaczone karty” i urodził się ze słuchem absolutnym, będzie to dosłownie bułka z masłem!

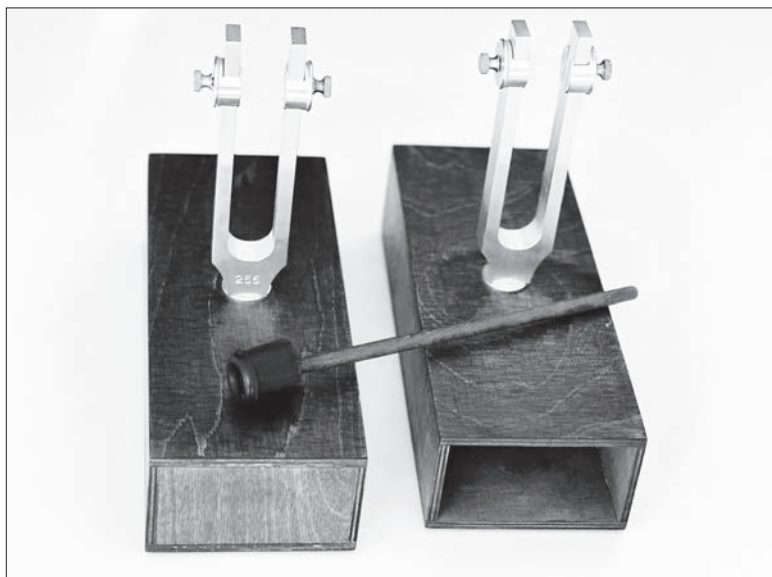
REZONANS

W kontekście medytacji rezonans oznacza synchronizację z określoną częstotliwością dźwięku, która wpływa na nasze ciało i umysł. Wyobraź sobie kamerton, który po uderzeniu zaczyna wibrować i wytwarzać dźwięk. Podobnie nasze ciało reaguje na różne częstotliwości dźwięku, co może prowadzić do głębokiego relaksu i odnowy. W medytacji rezonansowej, prócz specyficznego schematu oddychania, często używa się instrumentów, takich jak kamertony* właśnie, misy tybetańskie, gongi czy dzwonki, które emitują dźwięki o określonych częstotliwościach. Te dźwięki pomagają nie tylko zrelaksować ciało, ale także uspokoić umysł, umożliwiając głębsze zanurzenie się w stanie medytacyjnym.

Jednym z kluczowych elementów medytacji rezonansowej jest skupienie się na odczuwaniu wibracji w ciele. Kiedy dźwięk instrumentu zaczyna rezonować, ważne jest, aby skupić się na tym, jak wibracje te przemieszczają się przez ciało. To my stajemy się wtedy instrumentem w rezonansie.

* Szeroki wybór kamertonów można znaleźć w sklepie talizman.pl (przyp. wyd.).

Może to przypominać delikatny masaż wewnętrzny, który odpręża mięśnie i łagodzi napięcie. Z czasem, regularne praktykowanie medytacji rezonansowej może prowadzić do głębszego zrozumienia swojego ciała i emocji, co jest niezwykle cenne w codziennym życiu.



Przykładem osoby, która korzysta z medytacji rezonansowej, może być Anna, pracująca matka dwójki dzieci. Anna zaczęła swoją przygodę z medytacją, kiedy zauważyła, że jej poziom stresu nieustannie rósł, a tradycyjne metody relaksacji nie przynosiły oczekiwanych rezultatów. Zainspirowana moim artykułem, postanowiła przyjść na kurs i spróbować medytacji z użyciem prostej techniki C i G metody Muzykoterapii Dogłębnej-Komórkowej. Już po kilku sesjach poczuła, że jej umysł był bardziej klarowny,

a ciało zrelaksowane. Po kilku miesiącach regularnej praktyki Anna stwierdziła, że medytacja rezonansowa stała się nieodłącznym elementem jej codziennej rutyny, pomagając jej zachować spokój i równowagę nawet w najbardziej stresujących sytuacjach. Przyciągnęła też upragniony cel do swojego życia, choć kiedy próbowała innymi metodami, to się nie udawało. Po sesjach medytacji rezonansowej zrozumiała, w czym tkwił problem. Miała wciąż nieprzepracowane traumy, sprawy, którym musiała pozwolić odejść.

Warto również wspomnieć o badaniach naukowych, które potwierdzają korzyści płynące z medytacji rezonansowej. Badania wykazały, że dźwięki o niskiej częstotliwości mogą wpływać na fale mózgowe, co prowadzi do stanu głębokiego relaksu i poprawy koncentracji. Najnowsza technika Muzykoterapii Dogłębnej-Komórkowej kamertonem o częstotliwości 40 Hz, która przeszła badania kliniczne*, to vibracja pomocna w opóźnieniu procesów neurodegeneracyjnych w chorobie Alzheimera, poprawiająca pracę mózgu u osób z zespołem Downa lub mikrouszkodzeniami korowymi oraz poprawiająca pamięć. Trzeba podkreślić, że regularne praktykowanie medytacji połączonej z dźwiękiem może obniżać poziom kortyzolu, hormonu stresu, co ma pozytywny wpływ na ogólne samopoczucie i zdrowie psychiczne. Codzienna praktyka medytacji rezonansowej będzie też stymulować nerw błędny, a on – jak wiemy – odpowiedzialny jest za wiele procesów odbywających się w organizmie, m.in. pojawianie się stanów zapalnych,

* Coraz więcej dowodów wskazuje, że stymulacja falami gamma o częstotliwości 40 Hz sprzyja zdrowiu mózgu | MIT News | Massachusetts Institute of Technology.

POMOC W OSIĄGANIU SZYBKICH EFEKTÓW MEDYTACJI TUNE&HEAL

OCZYSZCZENIE UMYŚŁU, POŁĄCZENIE z CIAŁEM w nowym wymiarze 5D

**Taki stan można osiągać poprzez różne metody,
choć w medytacji opartej na rezonansie działa to
ze wzmożoną siłą z powodu 7 w 1:**

1. Oddech – zespolenie.
2. Wizualizacja czakry powiązanej z problemem (jej energia) lub celu samego w sobie.
3. Wpatrywanie się lub skupienie uwagi na wewnętrznym oku (tzw. trzecie oko).
4. Koncentracja, np. na dźwięku, muzyce itp.
5. Połączenie z Wszechświatem (doznanie błogości).
6. Widzenie kolorów, co odpowiada dostrojeniu danej czakry w powiązaniu z celem.

7. Praca z wybranymi kamertonami wspomagająca wszystkie powyższe podpunkty:
- a) zestaw 8 kamertonów skali Pitagorasa do oczyszczania z blokad i toksyn oraz zrównoważenia energii (najważniejsza rzecz w transformacji!),
 - b) zestaw kamertonów C i G (złota proporcja 3:2) do otrzymania harmonii wewnętrznej, stabilizacji i relaksu emocjonalnego,
 - c) kamerton OM 136,1 Hz do głębokiej medytacji i duchowego wzrostu,
 - d) częstotliwość szyszynki 963 Hz do obudzenia/aktywacji szyszynki,
 - e) DNA 528 Hz do otwarcia się na miłość uniwersalną,
 - f) zestaw 12 częstotliwości meridianów Tradycyjnej Medycyny Chińskiej do połączenia ciała fizycznego i psychiki w nowym wymiarze 5D,
 - g) zestaw 3 kamertonów anielskich oraz/lub zestaw 5 częstotliwości Archaniołów do pomocy w akceptacji i pokochaniu siebie, pomocy w transformacji do 5D,
 - h) zestaw 11 planet, do zbalansowania i poprawy charakteru osobowości.

KORZYŚCI PŁYNĄCE Z PRAKTYKI medytacji Tune&Heal

- Stan harmonii: wynik rezonansu niebo – ziemia.
- Uzupełnienie tlenu w organizmie do 98-99%, już po pierwszych dziewięciu powtórzeniach cyklu, czyli około 2-3 minut, co działa odmładzająco, uzdrawiająco, przeciwnowotworowo itd.

Kroki 2. i 3. są najtrudniejsze. Przy Kroku 2. musimy czuć podwyższone emocje, takie jak radość, wdzięczność, obfitość, uspokojenie i miłość PRZED tym, jak nasza manifestacja faktycznie się wydarzy. To, co podobne, przyciąga to, co podobne. Twoje podniesione emocje przyciągną to wspaniałe wydarzenie do ciebie. Wtedy potrzebujesz tylko utrzymać ten podniosły stan. Jeżeli próbujesz manifestować, a masz wciąż niższe emocje i skupiasz się na chorobie, niedostatku, nieszczęściu, złości, strachu, zamartwianiu, kłótniach, krytykowaniu i braku czegoś, manifestujesz więcej tego, na czym się skupiasz, a więc cierpienia.

Jak rozpoznać, że manifestacja działa?

Po pierwsze, powinieneś czuć się świetnie, tak jakbyś już dostał to, co sobie wyobraziłeś. Po drugie, manifestacja często przychodzi do nas w sposób, którego się nie spodziewamy. Jeśli tworzysz plan, podążasz za swoim planem i osiągasz swoje wyniki, to uzyskałeś je poprzez pracę w świecie fizycznym. To nie jest manifestacja. Pole kwantowe ma nieskończony potencjał, zatem przyniesie ci manifestację w sposób, którego możesz się zupełnie nie spodziewać.

Przykład manifestacji numer 1: Wymarzona praca

Krok 1: Myśl jasno i zapisz wszystkie szczegółowe informacje na temat wymarzonej pracy, godzin, branży, wynagrodzenia itp. To jest część myślowa (część elektryczna).

Krok 2: Poczuj się emocjonalnie wysoko (stan podniesiony) i wyobraź sobie, jakbyś się czuł, gdybyś miał już tę pracę.

Prawdopodobnie poczułbyś podniesione emocje, takie jak wdzięczność, radość, zachwyty i miłość. To jest część emocjonalna – uczuciowa (część magnetyczna). Wizualizuj i medytuj ze szczegółami i uczuciami każdego dnia według schematu medytacji Tune&Heal. Nie kończ żadnej sesji medytacji, dopóki nie poczujesz się tak, jakbyś już teraz miał tę pracę. W ten sposób wysyłasz sygnał elektromagnetyczny do pola kwantowego.

Krok 3: Utrzymanie wzniesienia. Przez cały dzień lub dni, czy tygodnie staraj się utrzymywać ten podwyższony stan emocjonalny wysokich wibracji, aby twój przekaz do pola kwantowego nie uległ zmianie lub zerwaniu. Jeśli powrócisz do niższych emocji, np. poprzez krytykę innych, sarkazm, złość itp., manifestacja zatrzyma się i ponownie przyciągniesz swoją starą rzeczywistość. To jest nieustanny proces, nie tylko chwilowa zmiana. TY MUSISZ SIĘ TYM STAĆ (JA JESTEM).

Krok 4: Czekaj na niespodzianki i obserwuj pojawiające się „znaki”, np. ktoś zapropojuje spotkanie z ludźmi, których pomocy wkrótce będziesz potrzebował, albo książka, którą powinienes przeczytać, spadnie ci na nogę w księgarni itp.

Droga do manifestacji: Codzienne samodoskonalenie

Teoria manifestacji jest dość prosta do zrozumienia, choć w rzeczywistości jest trudna do wykonania w życiu. Łatwo jest ludziom myśleć o tym, czego chcą. Trudną częścią



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
www.studioastro.pl



Bestseller
Autorki:



Czy kiedykolwiek czułeś, że świat pędzi zbyt szybko, a tradycyjna medytacja zamiast wyciszenia, przynosi ci tylko frustrację i gonitwę myśli?

Wielu z nas próbuje uspokoić spięty umysł, ale zablokowane emocje, przewlekły stres i rozregulowany układ nerwowy sprawiają, że nie potrafimy usiedzieć w miejscu. Rozwiązaniem jest medytacja uzdrawiającego rezonansu – przełomowa, autorska metoda Tune&Heal. To potężne, pięciowymiarowe narzędzie, które unikalnie łączy oddech, terapię dźwiękiem, kamertony terapeutyczne i fizykę kwantową. Zamiast walczyć z własnymi myślami, wykorzystasz częstotliwości uzdrawiające, by natychmiast wejść na wysokie wibracje i w stan głębokiej harmonii.

Ta książka da ci konkretne narzędzie wspierające samouzdrawianie poprzez podniesienie wibracji. Dowiesz się, jak wyciszyć układ nerwowy po ciężkim dniu, uwolnić zablokowaną energię i zyskać lepszy sen. To wiedza, która pomoże ci łagodnie wejść w świadomość 5D oraz wykorzystywać rezonans z Wszechświatem do przyciągania życiowych celów. Wybierz ciche miejsce, otwórz tę książkę i rozpocznij transformację, która trwale odmieni twoje życie.

**Uzdrawiający rezonans, który wycisza układ nerwowy
i otwiera na wysokie wibracje**

Więcej o książce na stronie [wydawcy](#)

Książkę możesz kupić w [sklepie](#)



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
Jeszcze lepsze jutro



Talizman.pl
SKLEP EZOTERYCZNY