

otwieranych właśnie sklepików, kafejek, zakładów fryzjerskich i innych placówek usługowych. Mijają mnie sprzątacze, dostawcy gazet, strażnicy oraz policjanci. Przed jednym ze sklepów sieci *Costcutter* widzę śniadego mężczyznę z naręczem owalnych placuszków. Cienkie chlebki ze złocistą skórką zapakowane są w woreczki foliowe z napisem *Afghan Bakeri*.

Na północnych obrzeżach Sahary kosztowałem kiedyś placów *tabouna* pieczonych na ściankach beczkowatego betonowego pieca o tej samej nazwie. Niemal identyczne podpłomyki jadłem wcześniej na jednym z bazarów Taszkentu, choć w stolicy Uzbekistanu pieczono je na rozgrzanym kamieniu. W obu przypadkach pieczywo maczałem w miodzie z rozdrobnionymi orzechami, popijając owocową herbatką lub naparem z tymianku.



Varna

Podczas organizowanego co roku w sierpniu Jarmarku Podhalańskiego nowotarski Rynek też pachnie pieczywem. Obok wielu chlebów z całej Polski, Litwy i Ukrainy można skosztować regionalnych *moskoli*. Te powszechne jeszcze niedawno placuszki tradycyjnie wypiekano z mąki owsianej i gotowanych ziemniaków. Górale poznali je ponad sto lat temu, podpatrując kulinarne zwyczaje rosyjskich jeńców z I wojny światowej.

Mile wspominam miodowo-kminkowy smak czarnych białoruskich chlebów pieczonych podczas święta Spas Zbożowy. Nie da się zapomnieć zapachu i smaku białego pieczywa podawanego z paprykowaną słoniną w Sjófok na Węgrzech. Wspominający **św. Stefana** mieszkańcy letniej stolicy kraju co roku organizują tam Święto Wina i Chleba. W tym roku będę starał się zgłębić piekarnicze tradycje Walii.

Lubię pisać o chlebie.



Fotografie autora

DUCHOWOŚĆ XXI WIEKU

Beata Kulak

Uzdrowianie duchowe przez seanse regresyjne

W polu energetycznym Ducha wszystko jest zapisane, i to właśnie tam przechowywane są wszelakie wydarzenia oraz uczucia, które przeżyliśmy. Pole to widzę jako podświadomość człowieka. Rozwój duchowy jest dla mnie jednoznaczny z rozwojem osobistym, gdyż posiadamy duszę, która ma bezpośredni wpływ na ciało

Urodziłam się i mieszkalam w Polsce do 19 roku życia. Wychowywałam się w rodzinie katolickiej, dlatego często słyszałam o dobrych uczynkach i cudach Jezusa, oraz o tym, że PRZEBACZANIE uwalnia od cierpienia, wyzwała szczęście i miłość, do których każdy z nas bardziej lub mniej świadomie dąży. Przez 15 lat pracy w Szwajcarii – kraju multikulturowym – miałam klientów wyznających odmienne religie i różnych narodowości, m.in. z Turcji, Włoch, Serbii, Kosowa, Niemiec, i oczywiście Szwajcarów. Co ciekawe, większość z nich była niepraktykująca. Nie brakowało także ateistów. Zauważyłam wśród osób z traumą tendencje do odchodzenia od wiary w Boga i obwiniania go za doświadczone cierpienia. Przy okazji zaznaczę, że moja praca nie polega na nawracaniu kogokolwiek. Będąc w tym wcieleniu uzdrowicielką, pomagam klientom wyzволić się z wszelkich chorób, dolegliwości cielesnych, których źródłem są zazwyczaj negatywne emocje powstałe z międzyludzkich konfliktów karmicznych. Odczuwałam i nadal odczuwam satysfakcję, gdy moja praca jest dla klientów, którym nie pomogli psycholodzy ani psychiatrzy, ostatnią, skuteczną deską ratunku.

W Szwajcarii osoba zdiagnozowana jako psychicznie chora otrzymuje co miesiąc rentę i nie spędza życia w klinice czy w szpitalu. Część moich klientów po 2 lub 3 seansach u mnie poczuła się *prawie zdrowo*, ale nie kontynuowali spotkań, aby nie utracić świadczeń, gdyby lekarz również zauważył poprawę. To właśnie oni uświadomili mi, jak można nieuczci-

wie wykorzystywać system socjalny. Podobne doświadczenia mają też inne osoby pracujące w szwajcarskim sektorze medycyny alternatywnej.

Wyjście z ciała, kontakt z duszami i uzdrawianie

W wieku 30 lat doświadczyłam pierwszej podróży astralnej, która spowodowała radykalną zmianę mojego dotychczasowego życia i kierunku rozwoju duchowego. Nim to się stało, parę lat praktykowałam Hatha Jogę.

Podczas pierwszego wyjścia poza ciało zobaczyłam dziadka – ojca mamy, którego nigdy nie poznałam, bo zmarł przed moimi narodzinami. Od tego momentu potrafię komunikować się z duszami zmarłych, aby im pomagać. W wyniku tego doświadczenia uaktywnił się też ponownie mój dar uzdrawiania. Piszę *ponownie*, bo w poprzednich wcieleniach również zajmowałam się leczeniem.

Pracując jako regreserka i szamanka, a także będąc medium (a medium jesteśmy wszyscy!), spotkałam ich wiele. Z moich doświadczeń wynika, że zwykle dusza *okupująca* człowieka jest tego faktu nieświadoma. Mimo wszystko ma wobec swojego *nosiciela* zazwyczaj dobre intencje. Dlatego nie trzeba się bać, jak się na sobie *coś* poczuje, lecz rozmawiać z ową duszą, by dowiedzieć się, dlaczego tu jest i jak jej pomóc. Można też skontaktować się ze mną.

Powrót do Polski, po wielu latach mieszkania w Szwajcarii, nie był łatwy. Ostatecznie zdecydował o tym sen, który miałam po śmierci mamy. Mój Duch powiado-



W pracy regresera ważne jest, aby dowiedzieć się lub dostrzec jeszcze w trakcie oglądania scen przez klienta, gdzie w ciele znajdują się/kodują negatywne lub pozytywne uczucia wywołane ową sceną

mił mnie w nim, że czas już na powrót do ojczyzny i kontynuowanie pracy właśnie tu. A zatem – od 15 lat uzdrawiam duchowo osoby, które z przeróżnymi cierpieniami zwracają się do mnie.

Seanse regresyjne

Pewnego dnia otrzymałam e-maila od **Artura K.**, w którym opisał dolegliwości fizyczne i pytał, czy mogę mu pomóc. Męczyły go bezsenność, nawracające bóle głowy, chroniczne napięcie mięśni, a także pojawiające się na ciele tłuszczaki, mimo że regularnie chodził na masaże. Zwyczajowo proponowałam mu osobiste spotkanie, aby mógł poczuć, czy jestem odpowiednią i godną zaufania osobą. Rozmowa zapoznawcza trwała około godziny, podczas której uważnie słuchałam klienta, odpowiadałam na jego pytania i wyjaśniałam działanie seansu regresyjnego. W końcu, im większe wobec mnie zaufanie klienta, tym łatwiej jest mi pomagać. Okazało się, że po śmierci ojca, 23-letni mężczyzna nabawił się depresji, zaczęły nadochodzić go irracjonalne obawy i fobie, które narastając doprowadziły do konfliktu między rodzeństwem. Rola *głowy rodziny* przejęła jego młodsza siostra, chociaż było to zadanie Artura K. – najstarszego z trójki. Gdy przyszedł do mnie miał 53 lata. Rok wcześniej zmarła mu matka, która swoją ostatnią wolą postawiła go na czele

rodziny, co doprowadziło do eskalacji konfliktu między nim a siostrą. Klient przyznał, że krótko przed naszym spotkaniem odwiedził medium i dowiedział się, że ojciec chce się z nim pojednać, jako że za życia nie był dobrym, wspierającym rodzicem.

Zjawisko takie, gdy dusza nieżyjącej osoby *trzyma się* aury osoby żyjącej i pragnie z nią pojednania jest – jak wynika również z mojego doświadczenia – całkowicie naturalne. Dusza, gdy *ego* już na nią nie działa, intensywniej czuje pozytywne emocje, przez co świadoma swoich błędów, pragnie pojednania.

Podczas rozmowy widziałam w oczach Artura K. smutek i złość. Poczulałam także, że jego duszę i ciało okupują nieżyjący bliscy oraz jego własna, silna nienawiść. Podczas pierwszego seansu regresyjnego, jego Wyższe Ja ukazało konflikt z okresu dzieciństwa, który istniał między nim, siostrą, a ojcem.

Tak się dzieje, że w trakcie seansu ukazują się sceny, w których dominują zazwyczaj negatywne emocje osób biorących udział w konflikcie. Wyższe Ja, czyli Duch, współpracuje z duszą i pokazuje jej podświadome, ale też świadome myśli lub obrazy, które towarzyszą odpowiednim emocjom. Klient oglądając wspomnienia czuje je. Mogą to być sceny, które wywołały traumę, szok, wstręt, ale też niemoc, własne przekleństwo itp. Dlaczego pojawiają się przede wszystkim negatywne wspomnienia? Gdy Wyż-

sze Ja jest najwyższą, wszechwiedzącą instancją w człowieku i wie, które emocje powinny zostać oczyszczone. Te przebudzone wspomnienia uświadamiają klientowi, jaka jest przyczyna niszczących go, negatywnych uczuć. Ale sama ta wiedza nie zaradzi problemom.

Dlatego przechodzimy do najważniejszej części seansu regresyjnego, czyli do uwolnienia się od nich. By ułatwić ten proces, polecam klientowi, aby poprosił swoje Wyższe Ja o spotkanie z Pomocnikiem Duchowym.

Poczuj swoją duszę

Arturowi K., który głęboko wierzył i już bardzo był otwarty na świat duchowy, Pomocnik ukazał się szybko. W tej części seansu regresyjnego klient w stanie głębokiego odprężenia, podobnego do medytacji, gdy jednocześnie wpływa na niego moje Wyższe Ja, może poczuć swoją duszę. Mężczyźnie pokazała się dusza ojca, która obdarowała go siłą wybaczenia. Dusza i Wyższe Ja są energią. Są połączone z sobą i z boską energią, a ta konstelacja wpływa na chęć przebaczenia innym i sobie. W tym stanie *ego* człowieka jest zazwyczaj mocno wyłączone, dlatego mogę przeprowadzić z klientem rytuał przebaczenia. Artur K. ponownie odtworzył z podświadomości sceny z dzieciństwa, zrozumiał, czemu je przeżył oraz rozpoznał kumulujące się w nich negatywne emocje. Pod wpływem swojego Wyższego Ja i Pomocnika Duchowego mógł uwolnić się z negatywnych emocji przez przebaczenie ojcu.

Ciemna energia a moc przebaczenia

Podczas tej części rozpoznał także *ciemną energię*, która na nim *siedziała*. Okazało się, że to była jego własna, rosnąca z roku na rok, nienawiść. Każda emocja jest energią, a *ciemna energia* żywi się właśnie negatywnymi uczuciami.

Artur K. podczas pierwszego seansu uświadomił sobie również powód konfliktu z siostrą i własną złość w stosunku do niej. Okazało się, że mimo iż młodsza, a także w tym wcieleniu jest kobietą, bał się jej, czego nie rozumiał. Dopiero Wyższe Ja przekazało mu, że strach pochodzi z wcześniejszego wcielenia, w którym oboje się znali i byli skonfliktowani. Usunęłam przyczynę podczas drugiego spotkania, wprowadzając klienta do tego wcielenia. Pod wpływem działania jego Wyższego Ja i Pomocnika mężczyzna posiadał moc do przebaczenia sobie i innym. Poczul też wew-

nętrzną ulgę. Tydzień później dostałam od niego e-maila, w którym stwierdził, że czuje się jak nowo narodzony. Ustąpiło napięcie mięśni, mógł znowu spać i osiągnął wewnętrzny spokój.

W pracy regresera ważne jest, aby dowiedzieć się lub dostrzec jeszcze w trakcie oglądania scen przez klienta, gdzie w ciele znajdują się/kodują negatywne lub pozytywne uczucia wywołane ową sceną. Podczas seansu osoba mniej więcej je odczuwa, zarazem te dobre, jak i te złe. W trakcie rytuału przebaczenia *spalamy* z klientem negatywne uczucia ze wskazanej części ciała. W tym wypadku bazuję na mojej wiedzy szamańskiej.

Uzdrawianie przez Wyższe Ja

Boskość, Wyższe Ja, Dusza, myśl, uczucie – co je łączy? Energia. Z fizycznego punktu widzenia wiemy, że energii nie można spalić. Po prostu ona istnieje, podobnie jak Boskość. Mamy świadomość, bo jesteśmy duszami, dlatego przez naszą intencję w stanie medytacyjnym możemy kierować naszymi uczuciami. Jednym słowem, **spalając negatywne uczucia wypełniamy pole energetyczne pozytywnymi**. Proces ten nazywam UZDRAWIANIEM. Dokonuje go Wyższe Ja klienta, a ja tylko temu towarzyszę.

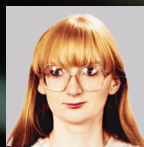
W mojej pracy bazuję także na książkach sławnego niemieckiego lekarza **Ruedigera Dahlke**, specjalisty w dziedzinie medycyny psychosomatycznej. Píše on jak *psyche*, czyli *dusza*, działa na ciało oraz o tym, że w **99% przyczyną powstania wszelakich chorób jest brak zharmonizowania duszy z ciałem**. Ignorowanie, brak chęci zrozumienia uczuć, wszelakich obaw, fobii, blokad, agresji itp. – może być początkiem wielu przewlekłych dolegliwości. Aby takowe usunąć, musimy najpierw je zrozumieć.

Motywuję moich klientów i osoby w najbliższym otoczeniu do medytacji lub wykonywania innych rytuałów. Chodzi o to, aby codziennie trochę czasu spędzić w ciszy ze sobą, gdyż wtedy można usłyszeć swój wewnętrzny głos – intuicję, którą każdy ma, niezależnie od pci. A ponieważ każdy z nas ma skłonność do oszukiwania lub lekceważenia swoich uczuć, intuicja daje nam wszelakie wskazówki, jak prowadzić zdrowe życie.



Kontakt z autorką:

e-mail: bea.kulak@gmail.com
 FB + Instagram: [Arnia – Uzdrawianie Duchowe](#); www.arnia.pl



Aleksandra Piaścik

Nawłóć – złoty bestseller

Zielarze nazywają ją *złotą różgą*, *złotkiem*, *polską mimozą*, *złotą dziewicą* lub *złotą gałęzią*. Już we wczesnym średniowieczu była cenniona przez plemiona słowiańskie i germańskie jako wszechstronna *trawa lecznicza*. Stanowiła też różdżkę do poszukiwań skarbów i główną ozdobę bukietów święconych podczas sierpniowej uroczystości Wniebowzięcia NMP. Jej jasnożółte, puszyste kwiaty na długiej, prawie metrowej łodydze królowały w wiązkach pośród dojrzałych zbóż, ziół, warzyw i owoców

Nawłóć pospolitą (*Solidago virgaurea* L.) można spotkać na terenie całej Polski, najczęściej na nizinnych polach, łąkach, w nadmorskich zaroślach, zboczach wzgórz i obrzeżach lasów liściastych, gdzie jest dużo światła. Rośnie bardzo szybko nawet w ubogiej glebie, nie potrzebuje wiele wody i rzadko bywa atakowana przez szkodniki. Idąc wzdłuż wiejskiej drogi już z daleka widać jej wysoko sięgające w górę, jasnożółte pióropusze, usadowione na wierzchołkach łodyg. Ozdabia też przydomowe ogrody i tereny przylegające do pasiek.

Bezcenne kwiaty i liście

Roślina ta to niesamowity dar Natury. Zawiera wiele cennych dla zdrowia składników, m.in. flawonidy, olejki eteryczne, garbniki, sole mineralne, kwasy chlorogenowe i kawowe, śluzu, żywice, saponiny, witamin z grupy B oraz gorycz, które umożliwiają leczenie wielu różnych chorób. W medycynie ludowej wykorzystuje się przede wszystkim kwiaty i liście rosnące w górnej części rośliny. Należy je zbierać w okresie od lipca do września. Po ścięciu ziele trzeba umyć, powiązać w pęczki i suszyć w zacienionych miejscach, w temperaturze nieprzekraczającej 40° C.



Nawłóć kanadyjska, coraz popularniejsza w Polsce, uważana jest za chwast i gatunek inwazyjny

wali osobom pokąsanym przez jadowite węże. Indianie podczas bólu gardła żuli *złote kwiaty*, a liście i łodygi przerabiali na pastę do ran powstałych po ukąszeniu owadów. Natomiast Chińczycy nazywali to ziele *moczem tygrysa*, *królem węży* lub *złotą laską*. Służyło im głównie do leczenia osób cierpiących

Fot. Siegella, Pixabay.com

Fot. Pixabay.com