

# Doskonalenie Człowieka i Boskości w nim

CHARAKTER ZACHOWANIE NAWYKI UZALEZNIENIA

Barbara Gajęcka

[www.uzdrawianieprzeszlosci.pl](http://www.uzdrawianieprzeszlosci.pl)

2018 Earth Annual Convention, Baarlo, Holandia

Doskonalenie c-zło-wie-ka i Bo-s-kości w nim

Lub pamięć indywidualna a bank pamięci ludzkości.

Słowo „reinkarnacja lub poprzednie życie” przeczytałam po raz pierwszy w książce Maksa Freedom Longa. Pomogło mi to w zrozumieniu siebie, w zrozumieniu moich trzech świadomości jak i o celu mojego życia.

Max Freedom Long opisuje bardzo starą wiedzę, mądrość czy też wiedzę psychiczno-religijną, która najdłużej w oryginalnej formie przetrwała na Hawajach. Starożytni Hawajczycy wierzyli, że przyczyny choroby należy szukać w mentalnych i emocjonalnych blokadach. W dzisiejszych czasach wiemy, iż wypełnianie ciała toksynami, chemikaliami, złą dietą, złością i „biednymi myślami” jest rezultatem fiksacji i kompleksów, które są ukryte w ludzkiej podświadomości. Szczególnie dotyczą one poczucia winy oraz zazdrości.

Starożytni Hawajczycy byli świadomi trzech ludzkich świadomości;

#### Świadome Ja lub Środkowe Ja

- potrafi mówić, myśleć, wyciąga wnioski i jest to WOLNA WOLA
- jest przewodnikiem dla podświadomości czy Niższego Ja, podobnie jak jest nim ojciec i matka
- może prowadzić rozmowę z „samym sobą = podświadomością”, odnajdywać odpowiednie reakcje i rozwiązywać problemy. Odpowiednie, możliwe reakcje znajdują się w banku pamięci

Z punktu widzenia psychologii czy religii jest to TO, co rozwijamy w sobie przez całe życie: moralności wiodącej do wolności.

#### Podświadome Ja lub Niższe Ja

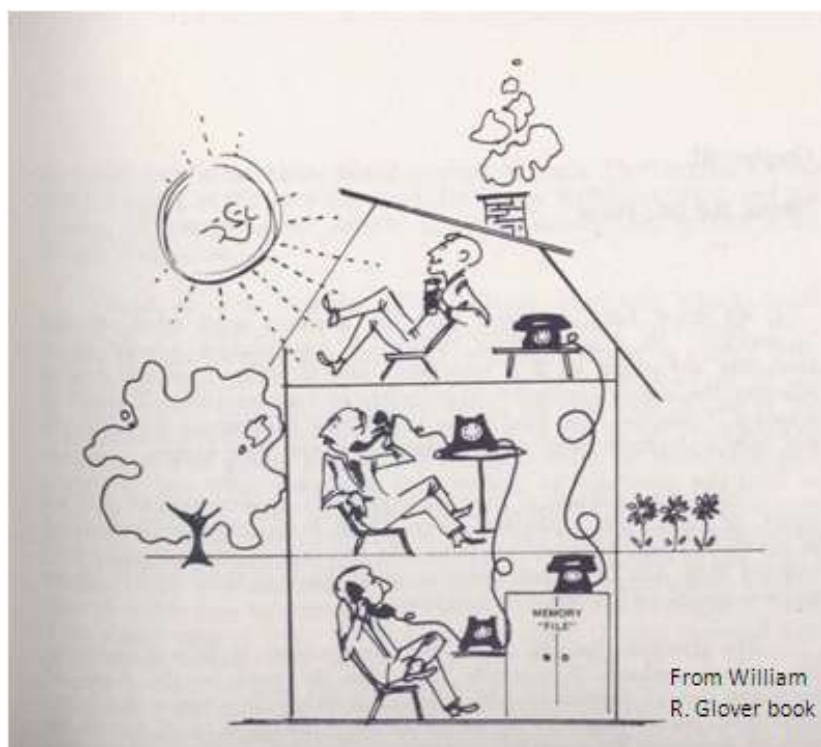
- jest bankiem pamięci, magazynem naszych myśli i impresji, podobnie jak komputer
- jest jak Dziecko Wewnętrzne, odpowiada za emocje i ciało fizyczne
- służy Świadomemu Ja w procesie myślenia
- może spacerować po kanałach telepatycznych, mając w ten sposób dostęp do myśli, emocji a nawet ciała innej osoby
- może się poddać wpływowi sugestii hipnotycznej czy symbolom
- może mieć nierealistyczne idee, które Świadome Ja nie jest w stanie ich racjonalizować w procesie formowania owych idei, na przykład: w szoku czy w stresie. Gdy reagujemy na te nierealistyczne idee to rozwijamy „kompleksy”.

#### Nadświadome Ja lub Wyższe Ja

- jest bardziej Aniołem Stróżem czy Perfekcyjnymi niewidzialnymi Rodzicami niż Absolutnym Bogiem. Freud nazwał Wyższe Ja - Super Ego. Egipcscy duchowni znali trzy JA i nazywali:

„JA” jako Świadome Ja, „SYN” jako Niższe Ja i „DUCH SWIETY” jako Wyższe Ja. W Chrześcijaństwie mamy: Ojciec, Syn i Duch Święty”

\* (zobacz załącznik 1)

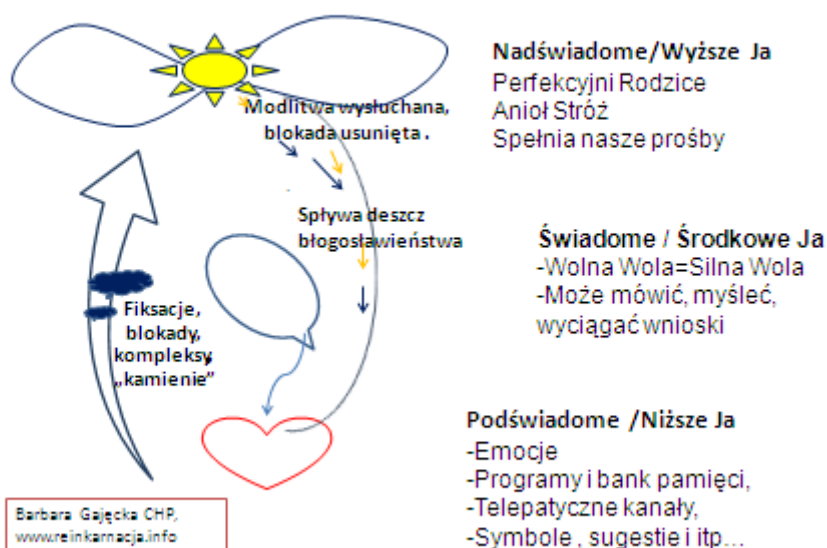


- Interesującą sprawą jest, iż program AA, AlAnon, AlAten bazuje na pracy z Wyższym Ja czy też Niewidzialną Siłą, która działa na poziomie rozumowania niedostępnego dla człowieka. Jest to bardzo duchowy program i, jeśli zagłębimy się w sposób życia starożytnych Hawajczyków, będzie miłym zaskoczeniem odnalezienie tu podobieństw.

- Dla starożytnych Hawajczyków celem życia było rozwijanie w sobie trzech JA tak, by współpracowały ze sobą w harmonii jako JEDNOSC.

W powyższym koncepcie Huny (tak nazwanej przez MF Longa starożytnej Hawajskiej wiedzy) ważne jest zrozumienie komunikacji między trzema świadomościami czy trzema JA: nie Świadome Ja lecz Podświadome Ja ma połączenie telefoniczne z Wyższym Ja. Oznacza to, iż jeśli zanosimy prośbę, modlitwę do Wyższego Ja to potrzebujemy do tego Niższego Ja. Bardzo ważne jest rozluźnienie ciała (możliwe, iż stąd wzięły się wszelkie techniki relaksacyjne). Jest to najważniejsza część tego mechanizmu jak i pozytywnego myślenia. Podświadomość jest jak Wewnętrzne Dziecko i tylko Dziecko jest w stanie dotrzeć do Wyższego Ja = Matki Ojca w Niebie, oczyszczające nas z przeszkód, win, grzechów, fikcji, kompleksów, złości, lęków itp.

## Starożytna wiedza o ODDECHU i MYSLENIU.



Ten starożytny system prezentuje nam również teorie ewolucji, w której każda cząstka świadomości rozwija się „w górę”, krok po kroku z cząstek kamienia i wody, poprzez królestwo roślinne, insekty, ptaki i zwierzęta. Człowiek ma trzy JA czy oddzielne duchy i każdy uczy się na własnym poziomie i swoich lekcji i tak wchodzi do „następnej klasy”, na następny poziom ...aż do boskości w sobie.

*(Dogmat o Trójcy Świętej przyjęty został na Soborze Nicejskim w 325 roku)*

Rozumiejąc te mechanizmy, uświadomiłam sobie potrzebę oczyszczenia swego banku pamięci, szeroko pojętej przeszłości, z kompleksów i fiksacji. Odkryłam wtedy, iż pierwsi studenci Hansa ten Dama, otworzyli w Holandii Szkołę Terapii Reinkarnacji (SRN). I szybko zdecydowałam się na studiowanie.

Dyplom terapeutki reinkarnacji otrzymałam 22 lata temu. Klienci się zaczęli meldować.

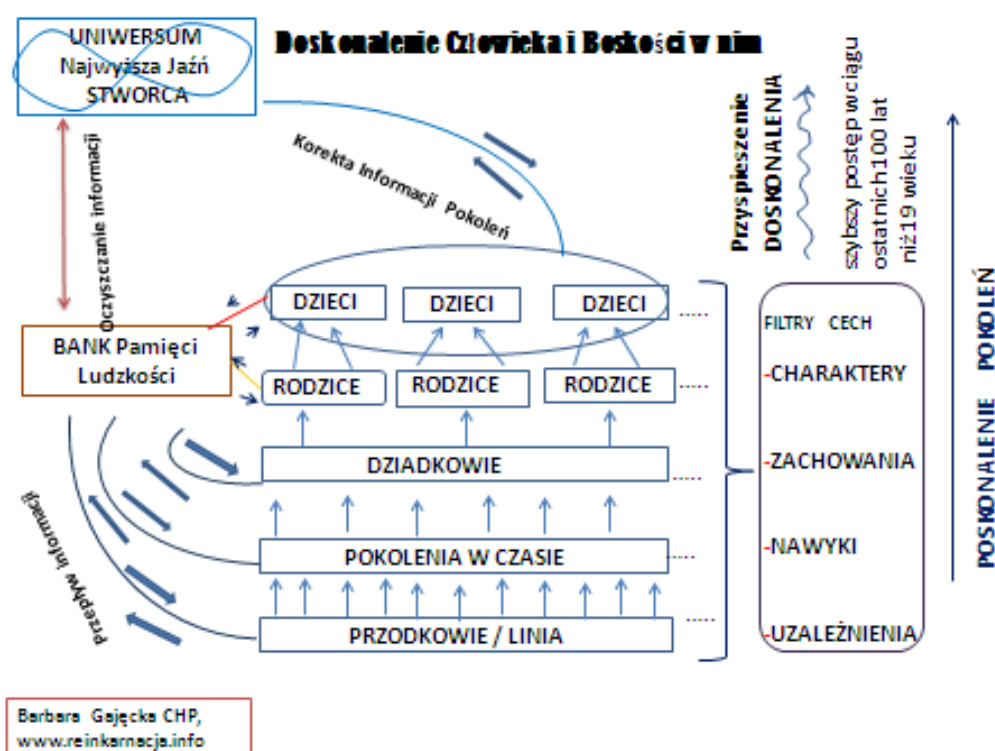
*Po oczyszczeniu się z kompleksów i fiksacji, zrozumiałam lepiej czym jest cukrzyca czym jest alkoholizm; alkohol to cukier. „Można to zauważyć w procesie produkcji rumu” - odpowiedział mi pewien anonimowy alkoholik. Intersującą rzeczą jest, iż cukrzyca i choroba alkoholowa podobnie wpływa na funkcjonowanie organizmu oraz i psychikę człowieka.*

- *Hans ten Dam, w 1983 roku swoją pionierską pracą „Ring van Licht „ (W kręgu światła) stworzył podstawy terapii regresji i -reinkarnacji (bez hipnozy) w Zachodniej Europie i poza nią. Najnowsza jego praca z 2013 roku to: „Catarsis, intergation en transformation”.*

## Poprzednie życia i stymulacja w życiu obecnym

Przez wiele lat zadawałam sobie pytanie: „ Jak połączyć: moją indywidualną pamięć i pamięć banku ludzkości?” i co oddawało by sens naszej egzystencji na Ziemi. Ponieważ Huna wydała mi się bardzo prosta i zrozumiała, oczekiwałam prostej i konkretnej odpowiedzi na moje pytanie, odpowiedzi, która jest łatwa do zrozumienia dla każdego.

W ubiegłym roku otrzymałam wiadomość od mojego klienta i ucznia Huny. Nazywa się Mariusz. Opisał swój sen i diagram, który zobaczył we śnie. Obudził się w środku nocy, narysował diagram i mi go natychmiast przesłał. W jego śnie byłam proszona o dalsze przekazywanie poniższego diagramu.



Patrząc na rysunek, wiedziałam, że to była odpowiedź, której oczekiwałam. Pokazując moim klientom ten diagram, wiem, że rozumieją lepiej czym są obsesje i kompleksy. Jest też dla nich zachętą do pracy nad sobą, do osiągnięcia stanu „Królestwa Niebieskiego” (wewnętrzny stan szczęścia i satysfakcji).

Czyli co to jest: charakter, zachowanie, nawyk i uzależnienie?

### **Charakter**

Starożytni Hawajczycy wiedzieli, że Siła Wyższa (nasi duchowi i niewidzialni rodzice) uczy swoje dzieci czyli Podświadomość lub Niższe JA jak się modlić i korzystać z wolnej woli, jak się stawać silnym oraz czym jest życie. Lepiej teraz rozumiemy dzieci, które rozmawiają z niewidzialnymi dla nas istnieniami, zabawkami, drzewami czy zwierzętami. Wszystkie dzieci są specjalne.

Bo czym jest charakter? Słowo to pochodzi z Grecji i znaczy „wygrawerowany znak” lub „symbol na duszy”. Charakter to nie smak, upodobanie czy temperament. Sposób w jaki się ubieramy, jakiej muzyki słuchamy też nie ma nic wspólnego z charakterem. Definicja charakteru opiera się na motywach, nawykach i myśleniu. To jest nasze moralne JA lub ukoronowanie naszego moralnego JA. Nasz CHARAKTER to nasza REAKCJA w szczególnych sytuacjach. Jest to sposób, w jakim mierzymy się z problemami i je rozwiązujemy. Nasze działania stają się zwyczajami, nasze zwyczaje stają się charakterem.

William Straton Bruce napisał w 1908 roku „staraj się o stylizację i koloryzowanie charakteru”. Tworzy to bowiem końcowego typ „JA”, ostateczny NAWYK WOLI, poprzez którą aktywność człowieka skierowana jest na kształtowanie, tworzenie SIEBIE.

Chodzi o to, jak twoje zwyczaje, motywy, myśli i tak dalej, odnoszą się do moralności. A szczególnie jeśli dotyczą życia prawego, uczciwego, nieskazitelnego wobec siebie.

Starożytni Hawajczycy uważali, iż my (jako Świadome JA) mamy wychowywać nasz Podświadome JA lub nasze Wewnętrzne Dziecko do wyższego poziomu świadomości. Widzieli to w taki sposób:

„Misa Światła”

Każde nowonarodzone dziecko znajduje się w Misie Doskonałego Światła

Jeżeli będzie opiekować się swoim Światłem, to będzie silne i będzie mogło robić wszystko – pływać z rekinami, latać z ptakami, znać i rozumieć wszystko.

Jeżeli jednak będzie złośliwe i zazdrosne, będzie wkładało do Misy kamienie i Światło będzie gasło.

Światło i kamienie nie mogą zajmować tej samej powierzchni.

Jeżeli ciągle będą dokładane kamienie do Misy, Światło zagaśnie i zostaną tylko kamienie.

Kamienie nie rosną, nie poruszają się.

Jeżeli kiedyś się będzie miało dosyć bycia kamieniem, trzeba jedynie odwrócić misę i kamienie wypadną i Światło będzie znów świeciło.

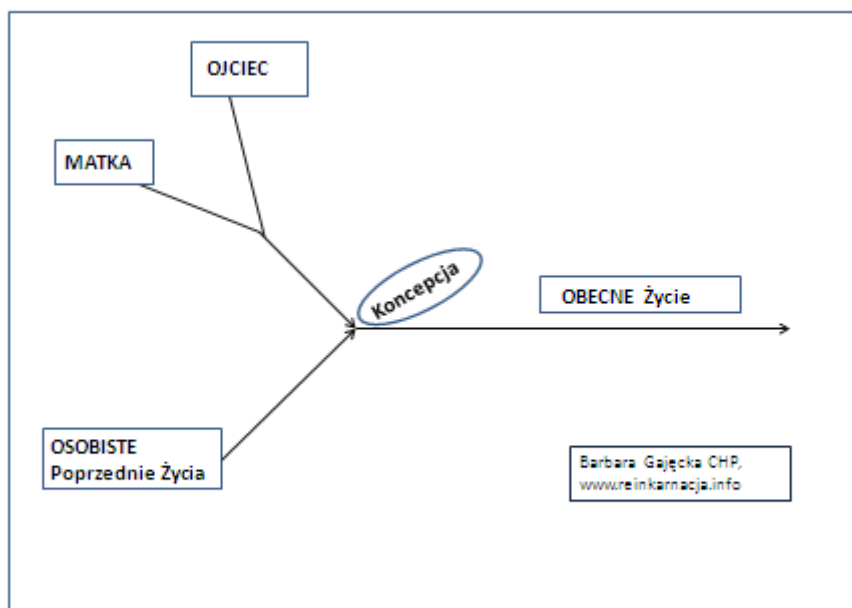
“Tales from the Night Rainbow”, Pali Lee and Koko Wilis

Starożytni Hawajczycy wiedzieli, iż uczucie zazdrości, nienawiści, lęku, smutku, winy czy świadomego ranienia kogoś lub czegoś, stwarza w naszej Podświadomości grzech, wywołujący chorobę.

„Jesteśmy na Ziemi, by dokończyć to, co niezakończone w poprzednim życiu” – mówi Terapia Reinkarnacji m.in. Teraz mamy nową szansę na uzdrowienie, np. niezdrowych emocji, dlatego też w tym życiu napotykamy na re-stymulację. Nasze ciało fizyczne składa się z PAMIECI fizycznej naszej ziemskiej matki i ojca.

Pracując z klientem w jego wcześniejszych pokoleniach, ciało jego jest oczyszczane z „magicznych” win.

Przykład: po uzdrowieniu dziecka wewnętrznego i poprzednich żyć, moja klientka mogła cofnąć się w czasie (w materiale DNA linii kobiecej) i zobaczyć babcię, która patrzyła na 10 letniego syna rozrywanego na kawałki przez granat w czasie II Wojny Światowej. Ta dramatyczna sytuacja spowodowała, że babcia oskarżyła syna o spowodowanie eksplozji granatu i całą winę zrzuciła na niego. Inaczej serce jej by pękło z bólu a miała jeszcze inne dzieci do wychowania. W rezultacie babcia traktowała wszystkie dzieci jako winne. Kiedy moja klientka zrozumiała to, przestała zażywać narkotyki. Poczucie winy zostało całkowicie uzdrowione.



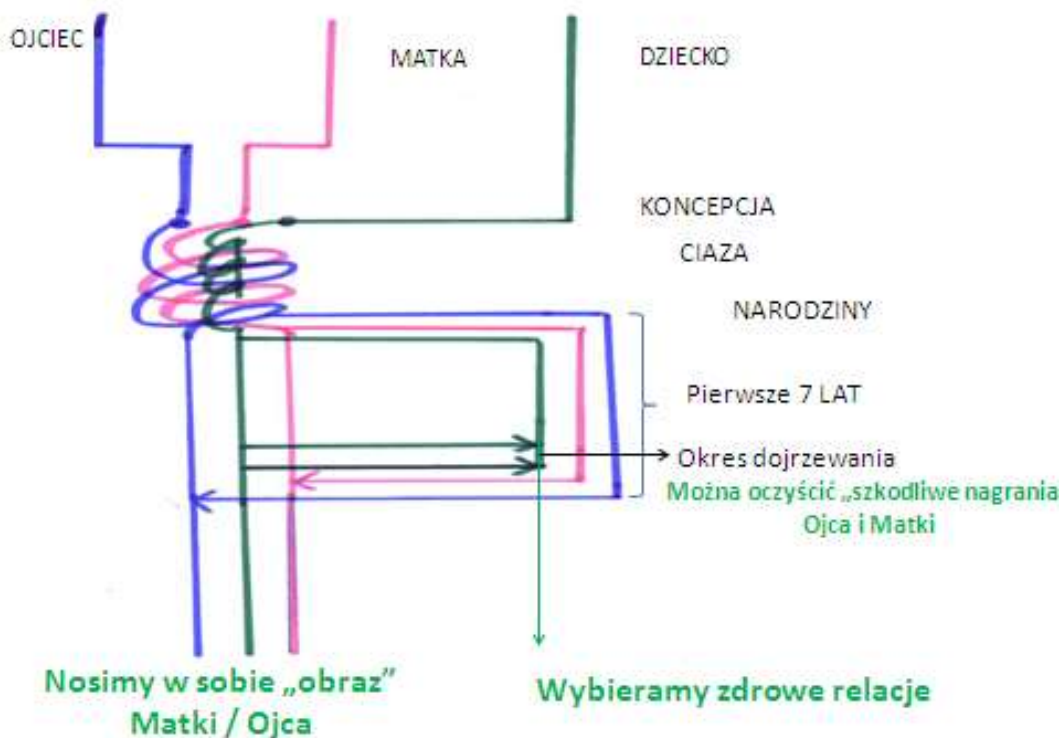
Przez ostatnie 30 lat jestem zaangażowana w działania AI-Anon i AI-Aten. Są to grupy wsparcia dla członków rodzin, w których jest osoba uzależniona. Życie pod jednym dachem z alkoholikiem lub osobą uzależnioną od narkotyków pełne jest: przerażenia, krzyków, walki, lęków i stresem każdego dnia. Dramatyczne sytuacje w tym życiu muszą być uzdrowione. A uzdrowienie poprzednich żyć daje dopiero wtedy efekt równowagi. Niektórym z moich klientów Psychiatry i psychologowie odmówili nawet pomocy.

1) Kiedy klient siedzi w fotelu po raz pierwszy, wyjaśniam mu jak ciało człowieka funkcjonuje w szoku. Mówię o adrenalinie, noradrenalinie oraz dlaczego nie jesteśmy zdolni do myślenia w sytuacji „ucieczki lub walki”. (załącznik 2)

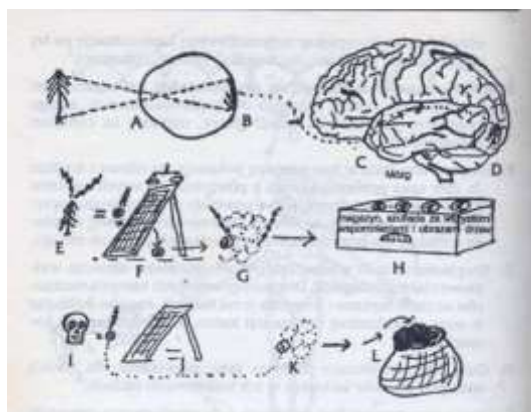
2) W sytuacji „walki lub ucieczki” nie mamy też możliwości wyboru. Terapia ta daje możliwość uświadomienia sobie naszych wielu możliwości.

3) Wiele też pytam o ojca i matkę. DNA klienta informuje o charakterze, zachowaniu, nawykach i uzależnieniach przekazywanych pokoleniowo. „Jak poznali się Twoi rodzice?” daje odpowiedź klientowi na temat jego obecnych związków, ujawniają się problemy seksualne jak i fundamentalne pytanie „Dlaczego jestem tutaj?” Przykład: Klient uświadomił sobie, że pochodzenie żydowskie dziedziczy się po matce. Wiadomo, że podczas ciąży oraz

przez pierwsze 7 lat życia, matka uczy dziecko i jest najbardziej znaczącą osobą w jego życiu. Świat medyczny również twierdzi, że dramatyczne doświadczenia matki wpływają mocno na rozwój dziecka już w brzuchu mamy. Pracując tam z klientem, można uleczyć wiele chorób, dolegliwości: „Ciało człowieka się tworzy”.



-Neurologi twierdzą, że trauma matki w drugim trymestrze ciąży jest przekazywana dziecku (Przykład: Podczas drugiej wojny światowej w Finlandii dzieci matek, które dowiedziały się o śmierci męża w drugim trymestrze ciąży cierpiały na schizofrenię. ) Mózg dziecka rozwija się od 25 dnia życia. Neurologi twierdzą, że mózg osoby dorosłej może się bronić, natomiast mózg dziecka nie. Starożytni Hawajczycy wiedzieli, że proces nauki i zapamiętania jest jak wkładanie fotografii do szuflady. Każda fotografia może przywołać nasze wspomnienia zależnie od sytuacji w której jesteśmy.



Rysunek z książki „Wiedza tajemna w praktyce”, Max Freedom Long



- tycie i problem z jedzeniem (przykład: każdego wieczoru około 18 mój klient dużo jadł; wewnętrzny dialog matki w okresie ciąży był „gdzie jest ojciec, czy znowu pije?”, była zdenerwowana i jadła, co znalazła pod reka)

-komunikacja rodziców (czy się w ogóle komunikują i jak?)

-płeć (np. matka chce dziewczynkę a jest chłopiec – to będzie ubierać go jak dziewczynkę do 7 roku życia; czy też jaki dotyk niemowlę pozna, może zadecydować o jego orientacji seksualnej)

-kiedy weźmiemy po uwagę narodziny, pierwszy oddech, pierwsze wrażenie nowego otoczenia, przychodzi mi na myśl mój klient, któremu problem z alkoholem towarzyszył od urodzenia. Lekarz odbierający poród był alkoholikiem, spieszył się „na kielicha”, jego potrzeba picia była silniejsza niż bezpieczeństwo matki i dziecka. Mój klient rozpoznał to uczucie. On również wiedział, że jego ojciec i dziadek byli uzależnieni od alkoholu. Ojciec mojego klienta był więźniem w obozie w Oświęcimiu, gdzie był bity i ledwo uszedł z życiem. Kiedy pił traktował swego syna w ten sam sposób jak on sam był traktowany.

Te doświadczenia spowodowały reakcję łańcuchową w rodzinie klienta, on również podświadomie cierpiał z powodu własnego ojca.

Jako 4 letnie starsze dziecko, które musiało opiekować się 2 letnią siostrą, kiedy matka poszła na zakupy, wziął zapalniczkę i wywołał pożar. Kiedy usłyszał dzwonek do drzwi schował palący się papier do szuflady. Matka nie była zła na syna, ale opowiedziała całą historię pijanemu ojcu, który wyciągnął śpiące już dziecko z łóżka i zaczął je bić pasem. Gdyby nie ingerencja dziadka, to nie wiadomo, jakby się to skończyło.

Mój klient uświadomił sobie, że jego potrzeba akceptacji ze strony ojca była tak silna, że nawet przeszkadzała mu żyć. Miał 2 córki, młodsza 2 lata. W każdy weekend kiedy klient pił, u dziecka występowała reakcja alergiczna. Pewnego razu poprosiłam aby nie pił, kiedy będzie w domu, alergia nie wystąpiła u dziecka. Podjął on decyzję nie picia w domu.

## **Nawyki**

Przez pierwsze 7 lat życia uczymy się przez powtarzanie. Obserwujemy relacje między rodzicami, członkami rodziny; jak jedzą i wszystko co kształtuje nawyki staje się zachowaniem. Pewnego razu obserwowałam jak 4 letnia dziewczynka przez 5 godziny w kółko myła 3 talerze. Po czym stwierdziła: „Teraz umiem.”

Nawyk staje się zachowaniem.

## **Zachowanie**

Obserwuj swoje myśli  
Później one staną się Twoimi słowami  
Obserwuj swoje słowa  
Później one przejdą w Twoimi czyny  
Obserwuj swoje czyny  
Później one staną się Twoimi nawykami  
Obserwuj swoje nawyki

Później one staną się Twoim zachowaniem  
 Obserwuj swoje zachowanie  
 Później ono stanie się Twoim przeznaczeniem  
 (Stary człowiek)

## Uzależnienie

Uzależnienie od cukru. Gdy dziecko otrzymuje od rodziców co trochę lody lub słodczyce „ w nagrodę” mogą u niego wystąpić koszmary senne. Jeden z moich klientów, chłopiec, w trakcie sesji narysował swoje koszmary, duchy, które się do niego „pryczepiały” w nocy. Wyjaśniłam mu destrukcyjny wpływ cukru na jego ciało. Po kilku dniach mógł już dobrze spać ale jego matka była zła na mnie, że syn jej już nie chciał słodczych.

12 letnia dziewczynka miała białe plamki na rękach i liczne reakcje alergiczne. Kiedy uświadomiła sobie okropny wpływ cukru na jej ciało, zrezygnowała z niego. Po dwóch miesiącach zauważyła o połowę mniejsze plamki. Dziewczynka ta była wiele razy świadkiem przemocy domowej – pijany dziadek bił babcię, pijany ojciec walczył z matką. Życie w lęku wpływało na jej nerki i skórę a słodczyce dawały na chwile uczucie zadowolenia.

Choroby takie jak Alzheimer, Parkinson czy demencja mogą być powodowane również przez nadużywanie alkoholu lub cukru. Możliwe jest zrozumienie tego procesu chorobowego poprzez wnikliwe badanie wpływu alkoholu na mózg i zmian zachodzących w ciele pod wpływem picia czy nadużywania cukru rafinowanego.

Kiedy dziecko widzi, jak ojciec wyładowuje swoją złość na matce, kiedy krew leje się po ścianach, dziecko czuje się winne i celem jego życia jest podświadome udowodnienie, że to jego winna. Taki stan umysłu i duszy prowadzi do uzależnienia od alkoholu, często też od papierosów czy innego destruktywnego nawyku.

Pracując poprzez DNA (czyli z punktu widzenia emocjonalnych reakcji na daną sytuację) matki, możemy przenieść się do wcześniejszych pokoleń i znaleźć początek uzależnienia i go uzdrowić.

Wikipedia definiuje uzależnienie jako: „Upośledzenie w kontroli zachowania. Siła zewnętrznej przyczyny wyzwała nieodpartą chęć na zażycie używki, jak również zwiększa częstotliwość wystąpienia innych potencjalnie uzależniających zachowań, co jest również charakterystyczne dla uzależnienia, biorąc pod uwagę hipokamp - ważny w zapamiętywaniu euforycznych i przygnębiających doświadczeń oraz ciało migdałowe - ważne w motywacji skoncentrowanej na wybranych zachowaniach powiązanych z przeszłymi doświadczeniami”

Czyli istnieje zewnętrzna przyczyna w „uzależnieniu” !!!

Diabetolodzy twierdzą, że brak smaku cukru w pierwszym roku życia niemowlęcia, skutkuje brakiem zapotrzebowania czy zainteresowaniem na cukier w późniejszych latach życia.

ADDICTION come's from outside



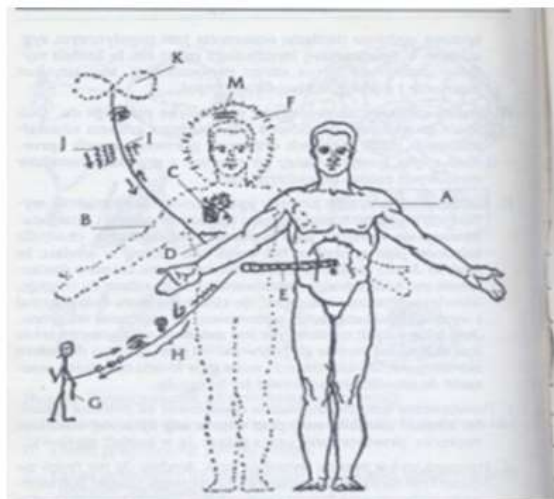
Uzależnienie przychodzi z zewnątrz.

Słowo „Alkohol” pochodzi z arabskiego „al-kuhl”, które oznacza „duch zjadający ciało” i stało się źródłem angielskiego słowa „upiór”. W kulturze Bliskiego Wschodu „upiór” jest złym demonem, który zjada ludzkie ciała, kradnie zwłoki i dzieci. Starożytni Hawajczycy wiedzieli, że duchy istnieją i mogą one wstąpić a nawet posiąść ciało człowieka. Dlatego też uczyli ludzi nie zwracania uwagi na dziwne głosy i uczucia pożądania. Uczyli ludzi być w połączeniu z Siłą Wyższą, najlepszym nauczycielem i przewodnikiem w naszym życiu. Podobna wiedza jest znana w kościele ewangelickim.

Uzależnienie znaczy przywiązanie lub bycie w posiadaniu demona (mieć obsesję, potrzebę następnego drinka).



Na rysunku poniżej jest niewidzialna ścieżka, po której ktoś może podrzucić obsesyjne myśli. Człowiek słabnie i obsesor coraz bardziej przejmuje w posiadanie ciało i umysł człowieka. Ten proces zaczyna się daleko w pokoleniach przed nami.



Rysunek z książki „Wiedza tajemna w praktyce”, Max Freedom Long

Starożytni Hawajczycy wiedzieli, że osoba uzależniona może zaszkodzić całej grupie. Tragiczna lub nieświadoma śmierć może zniszczyć współistnienie trzech JA człowieka. Kombinacja pięciu pogubionych wzajemnie możliwych istnień (duchów), szuka wtedy nowego ciała (możesz o tym przeczytać w książkach Maxa Freedom Longa). Starożytni Hawajczycy robili wszystko aby uzdrowić uzależnioną osobę a zagubione duchy uwolnić czy wskazać im drogę do Świata.

Życzę sobie abyśmy wysyłali tylko dobre myśli a rozumiejąc naszą służbę dla własnej Wyższej Świadomości, zasługiwali na Królestwo Niebieskie = wewnętrzny spokój.

Gautama Buddha powiedział:

„Nie wierz we wszystko tylko dlatego, że to usłyszałeś. Nie wierz we wszystko tylko dlatego, że jest powiedziane i powtarzane przez wielu. Nie wierz we wszystko co jest tylko dlatego, że jest napisane w waszych księgach religijnych.

Nie wierzcie we wszystko co wynika jedynie z autorytetu waszych nauczycieli i starszych. Nie wierz w tradycje, ponieważ zostały przekazane przez wiele pokoleń. Ale po obserwacji i analizie, gdy okaże się, że wszystko zgadza się z rozumem i sprzyja dobru i korzyści wszystkim, zaakceptuj je i żyj nimi.”

Nasza praca jest prosta i wspaniała: pomagając innym przez oczyszczenie i doskonalenie pokoleń pomagamy sobie i całemu światu.

Barbara Gajęcka

## Plotinus, Grecki Filozof

### Wielkie Istnienie lub Ten Jeden (Nieskończoność)

**Istnienie** (Skończoność)      Boski Umysł  
Dusza Świata  
Łańcuch Istnienia  
Uniwersum (gwiazdy, bogowie  
Ludzie, zwierzęta, ryby, insekty, rośliny, kamienie)

**Pod Istnienie** (Zero)      Materia

<u>Poziom świadomości</u>	<u>Właściwości</u>	<u>Energia</u>	<u>Ciała</u>
UNIHIPILI "Niskie lub Podstawowe JA " Podświadomość "Wewnętrzne JA"	Pamięć i emocje, Nie logiczne (detektywne konkluzje) bardzo dokładne, może ulec sugestii; kontroluje połączenia niewidzialne, formy myślowe Autonomiczne funkcje ciała; To "sumienie" co generuje emocje, Bazuje na 5 zmysłach. Telepatia	MANA Siła Życiowa, "prana" Uniwersalna siła życiowa. Produkowana w ciele. Niski poziom energii. Może przepływać połączeniami niewidzialnymi we własnym ciele jak i do innych ludzi	Ciała Fizyczne/ "eteryczne" ciało. Przykleja się do wszystkiego, co zobaczy
UHANE Środkowe JA "Świadome" JA, regionalna dusza	Całkowicie świadome Siła woli. Brak pamięci. Normalne, codzienne myślenie, odpowiedzialne za ciało fizyczne i dobre samopoczucie i programy Jest "sumieniem". Tylko Środkowe JA może "grześć" ("Jedynym grzechem jest świadome szkodzenie komuś lub czemuś") Racjonalizowanie, wyobrażanie.	MANA-MANA Energia o wyższym napięciu. Używana przez Środkie JA do procesów myślowych oraz do aktywowania "gotowości".	blue-print lub forma ciała fizycznego
AUMAKUA "Wyższe JA" Całkowicie zaufane "Rodzicielskie JA", "Wyższe" JA	"Realizacja" (wykonanie wg prawa), przeszłość, teraźniejszość i wykryształizowana część przyszłości "Anioł Stróż" Oplekun – Anioł w symbolice jest ptakiem i manifestuje się jako światło Jest w kontakcie a z Wyższymi poziomymi świadomości	MANA LOA Najwyższa forma energii o wysokim napięciu. Fizyczna energia z Niskiego JA w kombinacji a kosmiczną i z Uniwersum oraz innymi Wyższymi Źródłami.	Cieniste Ciała "otoczka" świątecznych na obrazach

## Załącznik 2

STERSS = Życie w pośpiechu, wśród wielu przykrych myśli czy informacji, czy życie z osobą chorą emocjonalnie czy uzależnioną od alkoholu czy używek czy też już od dzieciństwa, wtedy słuszne a później nieświadomie „pielęgnowane” lęki w nas samych mogą nas „gonić” ciągłym lękiem. Dobrze jest sobie uświadomić, jak nasz organizm na to reaguje. Może będzie to również zachętą do „zabrania się za siebie”.

### Lęk: od mózgu do wnętrzości

- 1) W momencie, gdy twoje oczy (czy uszy, nos czy usta) powiadomią twoje szare komórki o istnieniu niebezpieczeństwa, zaczyna się reakcja łańcuchowa, kończąca się niezłym bałaganem... Szokująca informacja wzrokowa pojawia się w oku za pomocą 125 milionów stożków i sztabek. Ta informacja świetlna jest zamieniana na sygnały elektryczne, które odbijają się z prędkością 680 km/sec za pomocą ocznych nerwów. Oczne nerwy, 40 mm długie, to milion komórek nerwowych, które bezpośrednio się kontaktują z twoim mózgiem.
- 2) Sygnał lęku przekazywany jest do tyłu - na dole twojej czaszki, gdzie kora wizualna go interpretuje. W momencie, gdy reszta twojego mózgu pojmuje, że istnieje niebezpieczeństwo, następuje w organizmie ponad 1400 reakcji. Na szczęście uwalniana jest w tym czasie endorfina, wytwarzana sama przez ciało jako środek przeciwbólowy.
- 3) Następnie zaczyna dzwonić w hipotalamusie (podwzgórze mózgu), który reguluje nasze zachowanie emocjonalne i który wysyła sygnał do podstawy mózgu, tzw. izby kontroli. I w kilka sekund ciało jest przygotowane do walki albo ucieczki. Jest uwalniany hormon noradrenaliny do serca, naczyń krwionośnych, skóry i jelit.
- 4) Bardzo ważny przekaz kierowany jest do nadnerczy, które uwalniają adrenalinę do krwi. Po paru minutach adrenalina objętościowo powiększa swą zawartość we krwi do 10 razy niż normalnie. Rezultatem tego jest podwyższone bicie serca, podwyższenie cukru we krwi i cała energia jest kierowana na mięśnie. Obieg krwi jest kierowany na motorykę i podstawowe funkcje mózgu: źrenice się poszerzają i by przepracować zwiększony obieg krwi to funkcje żołądka są natomiast wstrzymywane.
- 5) W tym samym czasie z „izby kontroli” wstrzymywana jest praca układu trawienia i innych nie ważnych w tym momencie układów. Ale ważne jest uwolnienie hormonów, które powodują opróżnienie zawartości jelit aby zmniejszyć wagę ciała co jest niezbędne do ucieczki. Dlatego mięśnie jelita grubego przestają pracować i mamy biegunkę. Pocenie się jest również uwalnianiem wody z ciała w tym samym celu. Ponieważ krew jest pompowana do mięśni, naczynia krwionośne w mózgu się zmniejszają i proces myślenia logicznego jest niemożliwy. Jesteśmy gotowi tylko do ucieczki lub walki. Używanie cukru i nadużywanie słodczy jak ciasta, czekolady, różnych coli i słodkich napojów gotowych i wszelkich alkoholi czy produktów fermentacyjnych również wprowadza wątrobę w stan ciągłego uwalniania cukru a przez to, nadwyrężając ją, wywołuje samo z siebie stany lękowe w naszej głowie. Ponieważ serce szybciej pracuje, szybciej zużywany jest wapń, już teraz z magazynu czyli ze szpiku kostnego, bo go za mało dostarczamy do pracy naszego organizmu w normalnym jedzeniu, ze względu na chaos w naszym życiu i tak, to kości zaczynają boleć; niby reumatyzm a już nie pomnę o samym sercu, pytającym ciebie: jak długo każesz mu jeszcze tak intensywnie pracować (?).

### Czy będziesz od teraz nadal u swych dzieci rozwijał lęki i choroby a nawet już uzależnienia, dając im chętnie słodczy ?

Teraz: jeśli tej adrenaliny nie wybiegamy, nie wychodzimy to nas spina, mięśnie bołą, mamy może wtedy złe zdanie na temat nas samych (nic nam nie wychodzi, wszystko boli) i depresja „na rogu ulicy”, jemy byle co i, w ukryciu, anemia może się objawić. Częste stany lękowe rozregulowują wątrobę (zbyt często uwalniany jest cukier do krwi i powoli rozwija się cukrzyca) i w kolejności inne organy. Rozwiana może być już cukrzyca. Przebieg cukrzycy jest podobny do przebiegu choroby alkoholowej. Po porządnym lęku potrzeba TYGODNIA, by dojsć do siebie (oczywiście konieczny codzienny godzinny szybki spacer na świeżym powietrzu /codzienne słońce i trochę soku z cytryny uzupełnia witaminę D w szpiku kostnym/ lub inna praca fizyczna) i by przywrócone zostały normalne funkcje ciała. Dopiero wtedy zaczynamy „zdrowo” myśleć. Funkcją „relaksu po polsku” (moje cd ) czy każdej autohipnozy wyluzowania, jest uspokojenie i nauczenie swego ciała rozluźnienia. Rozluźnione ciało trudno wpada znów w panikę, jest zdrowe i zadowolone i ma potrzebę zdrowego jedzenia... a wtedy szybciej osiąga cele... różne ZDROWE cele....