

# SŁAMAN

Nr indeksu: 377414

PL ISSN 0867-2113

**CZŁOWIEK • ZDROWIE • NATURA**  
**MIESIĘCZNIK • MARZEC 2010 • NR 3 (236) • CENA 3.00 ZŁ**

w tym VAT 7%

Zapraszamy

na XXXI Targi  
„BLIŻEJ ZDROWIA,  
BLIŻEJ NATURY”

26-27-28 marca 2010 roku

Górnosląskie Centrum Kultury  
Katowice,  
plac Sejmu Śląskiego 2

Szczegóły str. 3-4

ISSN 0867-2113



**M**usimy uświadomić sobie i zapamiętać, że nasze ciało nigdy nas nie zawodzi! To my je zawodzimy. Kiedy daje nam sygnały (np. bólowe), prosząc w ten sposób o większą troskę czy wręcz o zmianę trybu życia, bardzo często lekceważymy je i nadal sami siebie (bo ciało to przecież my sami), maltretujemy zaniedbaniem, czyli nadmierną pracą, złym żywieniem, złością, zawiścią, brakiem tolerancji oraz dziesiątkami innych negatywnych emocji. Nie zdajemy, albo nie chcemy zdawać sobie sprawy z tego, że nieustanne zamartwianie się, agresja i nieufność uszkadzają żołądek, gniew, złość i nienawiść – wątrobę, a nieustanny lęk – nerki itd. Chińczycy wiedzą od wieków, że każdy narząd posiada przypisanego mu emocjonalnego agresora – niszczyciela.

**Nierozładowane emocje i utrwalone w świadomości traumy (pisałam o tym w poprzednim numerze) tworzą napięcia, zakłócają krążenie krwi, komplikują funkcjonowanie układu oddechowego, trawiennego itd. Po prostu uniemożliwiają organizmowi normalne działanie.** Gdy taki stan lekceważenia sygnałów ciała przedłuża się, zaczyna on walczyć o naszą uwagę – najczęściej poprzez

*Ciało i umysł*

## Zgoda buduje, niezgoda rujnuje

NINA GRELLA



miesiący. Czuje się doskonale. Wybrała taką drogę w porozumieniu z jednym z lekarzy, którzy pozytywnie odnoszą się do tej terapii. Oczywiście nadal pracuje z umysłem, bo przekonała się, że to działa. Technikę oparła na znakomitej książce **Suzan Wiegel** „Ohana – język światła”, wydanej w ubiegłym roku przez katowicki KOS.

Ja również pracuję codziennie rano ze światłem i miłością. Przywołuję wyobraźnią uzdrawiające złote promienie, które opływają całe moje ciało i wnikają w każdą komórkę. „Widzę”, jak „spalają” w nich wszystko, co zbędne i szkodliwe, czyniąc mnie zdrową i silną. Oczywiście nie zaniedbuję też wskazówek moich lekarzy w Instytucie Onkologii, bo w walce o zdrowie nie ma albo – albo. **Potrzebna jest wiedza i metody obu medycyn, gdyż obie wiele mogą. Jestem głęboko przekonana, że mogłyby jeszcze więcej, gdyby działały wspólnie.**

Zapytacie – co to jest język światła i jak z niego korzystać? Odpowiem słowami Suzan Wiegel:

„Drganie języka światła jest łagodnym, ale wyraźnym wezwaniem do porzucenia na zawsze ciężkich obszarów, wypełnionych stresem, wysiłkiem, bólem, cierpieniem, krzywdą, łezkami i łokciami, przez utworzenie

ECKA