

## ZARZĄDZANIE STRACHEM W TRAKCIE EPIDEMII.

Jesteśmy za pomocą mediów bombardowani natłokiem informacji na temat rozwoju epidemii w kraju i na świecie. Są to komunikaty, reportaże, obrazy, z których wiele ma sensacyjny charakter. Wiadomości TV, wiadomości na portalach informacyjnych kipią retoryką budząc w strach i ludziach przerażenie. Wyczuwalne jest ogromne napięcie, momentami graniczące z nieracjonalnymi zachowaniami i groźbą paniki. Życie codzienne diametralnie zmieniło swoje oblicze, co możemy obserwować wokół siebie, na swoich ulicach i w swoich miastach. Mamy świadomość że od kilkunastu dni żyjemy w szczególnej rzeczywistości, w stanie zagrożenia, któremu towarzyszy strach.

Jak radiesteta czy bioenergoterapeuta powinien podejść do strachu?

Oczywiście godnie i rozsądnie. Wiemy jednak, że nie jest to łatwe. Strach jest naturalnym naszym obronnym mechanizmem zmuszającym nas do myślenia i do działania. Sam strach ma na pewno swoje pozytywne strony. Strach jest również emocją i to o tyle silniejszą im większe odczuwamy zagrożenie. Czym jest z kolei emocja widziana od strony bioterapeutycznej? Według mojej bioterapeutycznej praktyki jest to nagłe połączenie informacji o zdarzeniu lub sytuacji z dużą ilością energii życiowej. Im większy stan zagrożenia, tym większa ilość energii życiowej jest wiązana i blokowana. Czyli, odnosząc to do obecnej sytuacji zapisać możemy to następująco:

STAN ZAGROŻENIA + BLOKOWANA ENERGIA ŻYCIOWA = EMOCJA STRACHU

Co się dzieje z aurą człowieka, kiedy ogarnia go strach? Obserwujemy kurczenie się aury, jej świetlistość gaśnie przybierając odcienie „brudne”, o małym wysyceniu kolorów. Potencjał energetyczny (poziom energii) spada bo emocja strachu angażuje duże ilości naszej energii życiowej. Jednym słowem stajemy się słabi a tym samym nasza odporność spada na tak długo, na ile będziemy owładnięci strachem. Strach wywołuje w nas reakcje stresową, która w przypadku zagrożenia z jakim mamy do czynienia nie zostanie tak łatwo samoistnie rozładowana ponieważ jest bez przerwy podsykana. To z kolei może spowodować powstanie blokad energetycznych chwilowych lub długotrwałych, co jeszcze bardziej osłabia nasz potencjał energii życiowej. Jeśli nie odwrócimy naszych reakcji i nie uwolnimy się od strachu to stajemy się słabi i podatni na negatywne oddziaływania. Jednym słowem strach wywołuje w nas pole dostępu do patogenów nie tylko COVID-19 ale i do innych. Strach utrzymujący się długotrwale jest bardzo negatywnie oddziaływującym zjawiskiem.

Teraz kiedy znamy mechanizm strachu jako czynnika osłabiającego nasze ciała energetyczne, możemy się zastanowić jak przełamać nasz strach. Oto kilka sposobów.

### 1. RACJONALNE MYŚLENIE.

NATURA wyposażała nas w racjonalny rozum i warto te logiczne narzędzie stosować. Czasami analityczne myślenie pozwala zrozumieć sytuację, ocenić ją i pokonać strach. Jako bioenergoterapeuta i radiesteta nie bagatelizował bym tego bardzo skutecznego sposobu radzenia sobie ze strachem. Odczuwać strach jest rzeczą ludzką i nie jest to powód do wstydu. Swojego strachu nie należy się wstydzić zwłaszcza, że „strach ma wielkie oczy”. Jestem pewien, że każdy z Was wielokrotnie pokonywał strach analizując sytuację i znajdując dobre wyjścia. Patrząc z perspektywy czasu dręczące nas lęki i strachy stawały się z upływem czasu śmieszne. Tak więc, pierwszym krokiem w radzeniu sobie ze strachem jest analiza, ocena i wyciągnięcie racjonalnych wniosków.

Jeśli nie udaje nam się znaleźć racjonalnych sposobów i nasz umysł nie ogarnia skali problemu, to wówczas często pojawia się PANIKA czyli, szereg nieracjonalnych zachowań, bez związku, przynoszących nam zazwyczaj szkodę. Panika to destrukcyjna siła a panika zbiorowa ma ogromną siłę niszczenia. Więc pamiętajmy, używajmy rozumu by pokonać strach a jeśli się to nam z różnych względów nie udaje stosujemy inne rozwiązania.

## 2. AURA STRACHU

Miałem okazję ostatnio wyjechać poza Warszawę. 3 dni temu 70 km na Podlasie i wczoraj w okolicy Mrągowa. W obydwu przypadkach pracowałem radiestezyjnie w terenie na świeżym powietrzu. W pierwszym przypadku wskazując miejsce pod zabudowę a w drugim tycząc studnię. Zaskakujące było, że opuszczając Warszawę poczułem, że „gęstość” powietrza i aura miejska się „przerzedza”. Było to zupełnie inne odczucie niż zazwyczaj podczas wyjazdów i powrotów. Z ciężkiej pełnej strachu i przygnębienia aglomeracji wyjechałem na otwartą przestrzeń gdzie w powietrzu nie czuć było tego co w Warszawie. Pracując w terenie miałem poczucie bycia w innej rzeczywistości wolnej od stanu zagrożenia. Niestety wracając do Warszawy czułem jak nieprzyjemne odczucia powracały. Tłumacze to tym, że ludzki strach, a raczej zbiorowy strach, zbiorowe emocje, wytworzyły to co odczuwamy jako atmosferę zagrożenia. Kiedyś badałem stadion Legii przy pustych trybunach i podczas meczu. Aura nienawiści jaką wytworzyli kibole to „mały pikus” w porównaniu z tym co teraz jest odczuwalne w naszej przestrzeni społecznej. To silna i destrukcyjna wibracja strachu.

Co możemy w tej sytuacji zrobić??? Na pewno nie dołączać do niej i nie zasilać zbiorowego (społecznego) strachu swoją energią. Na pewno powinniśmy emanować spokojem i siłą. Należy zrobić wszystko, by przerywać wszelkie łańcuchy podsycań strachu. Zablokować napływające negatywne informacje i wibracje. Zwyczajnie być poza nurtem aury zagrożenia, co nie znaczy że mamy zagrożenie bagatelizować. Jeżeli udało Ci się opanować aurę strachu zacznij zasilać przestrzeń społeczną spokojem i zacznij nasycić swoje otoczenie „pozytywnymi wibracjami”.

## 3. MEDYTACJA

Jeżeli oładnął Cię strach, którego racjonalnie nie umiesz sobie wytłumaczyć lub jest to wibracja na tyle silna, to zacznij go rozmontowywać na poziomach energetycznych.

Jeśli potrafisz medytować i tworzyć wizualizacje, to możesz to zrobić na jeden z dwóch sposobów:

Wystarczy, że rozświetlisz swoje ciało energetyczne błękitnym kolorem. Jasnym, świetlistym o błękitnych tonacjach. Rozbudzenie w sobie tego koloru tożsamego z kolorem czakry gardła jest bardzo silnym mentalnym narzędziem do walki ze strachem. To właśnie najczęściej strach „chwyta i ściska za gardło”. Więc jeśli rozświetlisz ten kolor na całe swoje ciało energetyczne zneutralizujesz strach bardzo skutecznie. Za kolorem błękitnym powrócą Twoje piękne inne kolory.

Innym sposobem jest odwrócenie zależności o uwiązanej (zablokowanej) energii życiowej w emocji strachu. Jeśli zatem STRACH pozbawimy ENERGII, czyli odzyskamy ją z powrotem to pozostanie nam jałowa informacja, pozbawiony energii, z którą nasz racjonalny rozum już sobie z pewnością poradzi. Natomiast uwolniona energia wróci do naszego obiegu podnosząc nasz potencjał energetyczny. Jak to zrobić? W stanie medytacji używając narzędzi mentalnych, wizualizacyjnych oraz wyobraźni.

## 4. PROSTE SPOSOBY

Jeśli masz kłopoty z medytacjami pamiętaj, że są inne sposoby łamiące emocje strachu. Są to zaskakująco proste sposoby.

Oddech. Jeżeli przejmiesz nawet na minutę świadomą kontrolę nad swoim oddechem i zaczniesz oddychać pełną piersią w sposób regularny, harmonijny i miarowy, to na pewno zwiększysz swój potencjał energetyczny. Będziesz mieć wówczas więcej energii życiowej. Pamiętaj, że oddech to puls energetyczny człowieka! Nie musisz znać skomplikowanych technik oddechowych by zwiększyć swój potencjał energetyczny i na chwilę choćby wyrwać z objęć strachu. Wyrwanie się choćby na chwilę z kręgu strachu daje wyłom dla drugiej silnej aktywności opisanej niżej.

Uśmiech. Wywołanie uśmiechu na Twojej twarzy, nawet takie wymuszone jest silnym mechanizmem, który pociąga za sobą bardzo pozytywną reakcję w ciele energetycznym.

Wystarczy, że wyrazisz intencję uśmiechu i nakażesz swojej twarzy uśmiech, to wówczas Twoje ciało energetyczne (aura) nabierze świetlistości w kolorze złocistym z innymi odcieniami. Ta wibracja będzie rozsyłana nie tylko do Ciebie ale i do innych. W ten sposób tworzyć będziesz wokół siebie i swoich bliskich początki struktury łamiącej to co obecnie wypełnia przestrzeń społeczną czyli wszechobecny strach. Jednym słowem uśmiech łamie strach.

## **5. RUCH I AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA.**

Nadworny lekarz Stefana Batorego Wojciech Oczko (1537-1600) mawiał: „ruch zastąpi prawie każdy lek, podczas gdy żaden lek nie zastąpi ruchu”. To bardzo życiowe i prawdziwe stwierdzenie. Jako praktykujący radiesteta i bioenergoterapeuta wiem od dawna, że na zmęczenie energetyczne najlepszym antidotum jest zmęczenie fizyczne. Wysiłek fizyczny, długa aktywność fizyczna działa jak „pompa” energii życiowej. Oczywiście w dzisiejszej rzeczywistości, basen, siłownia czy gry zespołowe są nieosiągalne, ale przebywanie na wolnym powietrzu poza skupiskami ludzkimi to część profilaktyki zdrowotnej. Długie spacerowanie, bieganie, rower, gimnastyka, ćwiczenia na wolnym powietrzu takie jak Tai Chi, Yoga, Chigong są tym co wzmocnią Twój organizm. Na planie fizycznym te aktywności nie tylko dotlenią ciało ale również pozwolą poprawić krążenie, wyrównać ciśnienie, spowodują wydzielenie endorfin łamiących strach i przyniosą wiele innych pozytywnych efektów. Na planie energetycznym zmęczenie fizyczne usunie krótkotrwałe blokady w przepływie energii życiowej wywołane strachem. Zwiększy Twój potencjał energii życiowej czyniąc Cię niedostępnym dla wibracji wielu patogenów.

Jeśli jesteś osobą starszą mającą kłopoty z poruszaniem nie znaczy, że nie możesz stosować wysiłku fizycznego. Jeśli strach Ci podpowiada że na wolnym powietrzu są patogeny fruujące na wietrze to zmusz się do wysiłku takiego jaki możesz mieć w domu. Jeśli masz kłopot z nogami, to zaangażuj obręcz barkowa i ręce. Sam sobie ustaw plan ćwiczeń dostosowany dla siebie.

## **6. SŁOŃCE**

Równonoc wiosenną mamy za sobą. Zaczęła się wiosna i nasze środowisko energetyczne budzi się do życia. W przyrodzie jest więcej energii życiowej. Oznacza to również, że energii słonecznej w powietrzu z dnia na dzień jest coraz więcej. To co nas w dużym stopniu odpowiada za naszą odporność to witamina D3. Pamiętajcie, że na kanapie przed telewizorem czy przed komputerem sama witamina D3 się nam nie zsyntetyzuje. Więc zażywanie kąpeli słonecznych jest jak najbardziej wskazane. Jeśli zobaczycie słoneczną pogodę wyjdźcie na dłuższy spacer i łapcie promienie słońca niech w was wypalają wszelkie blokady i zasilają życiodajną energią Yang a poprzez kontakt z ziemią zyskacie równoważącą energię Yin. To bardzo silne narzędzia uodparniające.

## **7. EMANOWANIE POZYTYWNAJĄ ENERGIĄ.**

Dajcie sobie, swoim bliskim, społeczeństwu i światu to co macie najlepszego. Epatujcie pozytywnymi myślami, które generują pozytywną energię. Pozwoli to zatrzymać i przeciwstawić się inżynierii strachu, a zwłaszcza zatrwającą emocjom, które są rozpowszechniane przez media. Walkę z epidemią zacznijcie w swoim umyśle i swojej duszy łącząc się z innymi umysłami pełnymi optymizmu i ciepła.

## **8. SYMBOLIKA STRACHU.**

Rozmawiałem wczoraj z naszą włoską koleżanką Giuseppiną Arrigoni. Zwróciła moją uwagę na powszechnie pojawiający się w mediach graficzny symbol koronawirusa. Potwierdziła tym samym moje kilkudniowe przypuszczenia o podsycaniu przez media negatywnych wibracji, które pod wpływem STRACHU uaktywniają koronawirusa. Zapytała mnie o wartość energetyczną rozpowszechnianego znaku graficznego. Zasugerowała by zastąpić ten symbol wszechobecny w mediach chociaż by różowym tłem.

Parokrotnie mierzyłem znak graficzny koronawirusa i wartość w skali Bovisa wychodziła każdorazowo w granicach 490 jednostek przy wibracji zdrowego człowieka 6600 – 8000 jednostek. Zaskakujące jest jak propagowanie samego obrazu może wpływać negatywnie. A przecież te same informacje zamiast budzić strach mogły by być podane w sposób, który nie wywołuje strachu a mobilizuje ludzi wzbudzając współczucie, chęć pomocy, dodając nadziei.

Czy mamy wpływa na media? Na pewno ale nie w krótkiej perspektywie czasu.

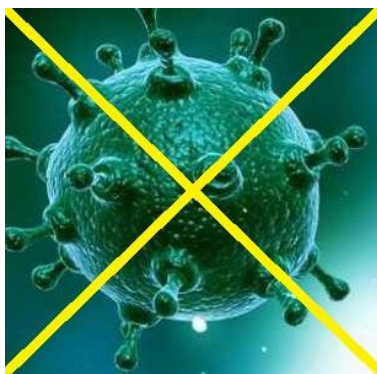
Na ten moment możemy jedynie zneutralizować w swojej świadomości złowieszczy obraz koronawirusa (obraz 1) emanującego bardzo niską wibracją o wartości 490 jednostek Bovisa. Obraz ten tworzy pole dostępu dla patogenu i rozprzestrzenia go w naszych myślach. Neutralizacja powinna odbywać się min trójstopniowo. Wizualnym zablokowaniem obrazu 1 i przekształceniem go w obraz 2. Tym samym poziom energetyczny obrazu nieco zwiększył swoją wibrację. Jest to jednak za mało. Niemniej, pozwala na zatrzymanie rozprzestrzeniania się obrazu 1. Jeśli dalej w naszej świadomości obraz 2 zastąpimy obrazem 3 takim, który ma poziom energii bliski 8000 jednostek Bovisa, czyli poziom który jest korzystny, to osiągniemy sukces. Zatem jeśli każdorazowo kiedy zobaczymy złowieszczy obraz zmieniamy go zastępując takim, który wzbudza neutralne lub pozytywne odczucia.

Obraz 1



490 jednostek Bovisa

Obraz 2



2300 jednostek Bovisa

Obraz 3



7800 jednostek Bovisa

Życzę dużo siły, spokoju, optymizmu i wytrwałości