



## **DOSKONALENIE UMYSŁU 4 – LABORATORIUM –**

**Paweł R. Stań**

Łódź 2018

**Tytuł:**

**„Doskonalenie Umystu 4 - LABORATORIUM”**

**Czas trwania:** 41:38

**Format pliku:** Mp3 (jakość HiFi 320 kbps)

**Rozmiar:** 100 MB

**Zawiera lektora:** tak

**Zalecane słuchawki:** **tak**

Copyright © by Paweł R. Stań

Łódź 2018

Paweł R. Stań

ul. Wapienna 49/51 lok. 62

91-087 Łódź

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

Facebook: <https://www.fb.com/PrekognicjaPL>

YouTube: <https://www.youtube.com/user/pawelstan24/videos>

tel. +48 501 150 238

Wydanie I

ISBN 978-83-65116-00-0

All rights reserved.

Wszelkie prawa zastrzeżone.

Niniejsza publikacja, ani żadna jej część, nie może być kopiowana, ani w jakikolwiek inny sposób reprodukowana, powielana, ani odczytywana w środkach publicznego przekazu bez pisemnej zgody wydawcy.

Doskonalenie umysłu (sesja Laboratorium) inspirowana zajęciami warsztatowymi (1994r.), które prowadził Józef Onoszko (w ramach: Międzynarodowy College Twórczości).

## Czym jest Doskonalenie Umysłu?

Doskonalenie Umysłu to rozwijanie naszego naturalnego potencjału mentalnego. Dzięki określonym ćwiczeniom relaksacyjno-wizualizacyjno-medytacyjnym człowiek jest w stanie rozwijać swoją świadomość i poszerzać jej zakres.

"**Doskonalenie Umysłu - Laboratorium**", to sesja, na którą składa się:

- relaks ciała i umysłu
- wejście w głębszy stan świadomości (+ refugium)
- elementy wizualizacji z poprzednich sesji
- badanie ciała innej osoby
- odkrycie swojego domu, a w nim laboratorium
- pierwsze spotkanie z Doradcą

*"Nie wola, lecz wyobraźnia jest źródłem twórczej mocy człowieka"*

## Laboratorium w sesji DU – czym jest?

**Laboratorium**, to specyficzne miejsce w Twoim Refugium - pomieszczenie do pracy z Twoim Umysłem. Masz tutaj różne sprzęty i narzędzia, z których możesz korzystać. To Ty tworzysz swoje Laboratorium w swoim Umyśle, więc tylko Ty jesteś ograniczeniem dla tego, co może znaleźć się w Twoim miejscu pracy. Podstawowe wyposażenie Laboratorium jest standardowe:

- ekran wyobraźni - do obrazowania tego, na co zwracasz uwagę, albo na co zwraca uwagę Twoja Podświadomość
- zegar i kalendarz - do określania czasu, np. planowanie budzenia, podróże w czasie
- biurko i miejsce do siedzenia
- drzwi do pomieszczenia, w którym jest Twój doradca lub doradcy (pomocnik, przewodnik)

## Co powinno znaleźć się w Laboratorium

**Metoda Silvy** rozbudowuje jeszcze laboratorium o dodatkowe elementy, np.

- szafka miłości - służy do wybaczenia
- prysznic, który może oczyścić Cię z różnych negatywnych emocji
- różne "komory" stymulujące lub oczyszczające lub pobudzające
- miejsce do odnowy biologicznej, regeneracji zdrowia (warsztat lekarski)
- portal służący do przemieszczania się
- źródła informacji
- bank pamięci - do pamiętania różnych rzeczy, itp.
- i inne

Pamiętaj, że to **Twoje Laboratorium** i powinno być tak urządzone, aby przebywanie w nim dawało ci maksimum komfortu, przyjemności i użyteczności. Jeśli czegoś nie ma w Laboratorium, to zawsze możesz to stworzyć. Jeśli coś jest nie takie, jak powinno być - zawsze możesz to wymienić na coś innego. Ważne, żeby Twoje laboratorium i narzędzia w nim były takie, jak chcesz, żeby były.

Sesja "Doskonalenie Umysłu - Laboratorium" jest kontynuacją nagrań "Refugium", "Wizualizacja", "Badanie". Występują tutaj elementy utrwalające wcześniejsze ćwiczenia. W trakcie tej sesji badasz również stan ciała, zdrowia innej osoby (w "Badanie" było to zwierzę) i jest tutaj czas na uzdrawianie.

W tej sesji masz pierwszy kontakt z Laboratorium, ale i ze swoim Doradcą.

## "Doskonalenie Umysłu - LABORATORIUM" - Kroki

- **Przygotowanie:** Zaplanuj, kogo będziesz badać w czasie sesji (imię i nazwisko osoby, może też być data urodzenia lub zdjęcie – nie musisz jej znać, ale dobrze byłoby zweryfikować informacje).
- **Miejsce:** spokojne, w którym nikt Ci nie będzie przeszkadzać. Wyłącz ewentualne źródła zakłóceń (telefon, domofon, komputer, itp.).
- **Pozycja ciała:** z prostym kręgosłupem, siedząca lub leżąca.
- Pora dnia: taka, w której masz wystarczająco duży poziom energii. Niski poziom energii - prawdopodobnie zaśniesz w trakcie.
- **Słuchawki:** polecam.

## DU LABORATORIUM - Uwagi

- Zadbaj o wygodną pozycję.
- W pozycji leżącej bardzo łatwo zasnąć w trakcie medytacji.
- Celem tej sesji jest utrwalenie wcześniejszych umiejętności i odkrycie swojego idealnego miejsca do kreatywnej pracy z umysłem.
- Możesz powtórzyć tę sesję kilka razy.

## Kurs Doskonalenia Umysłu

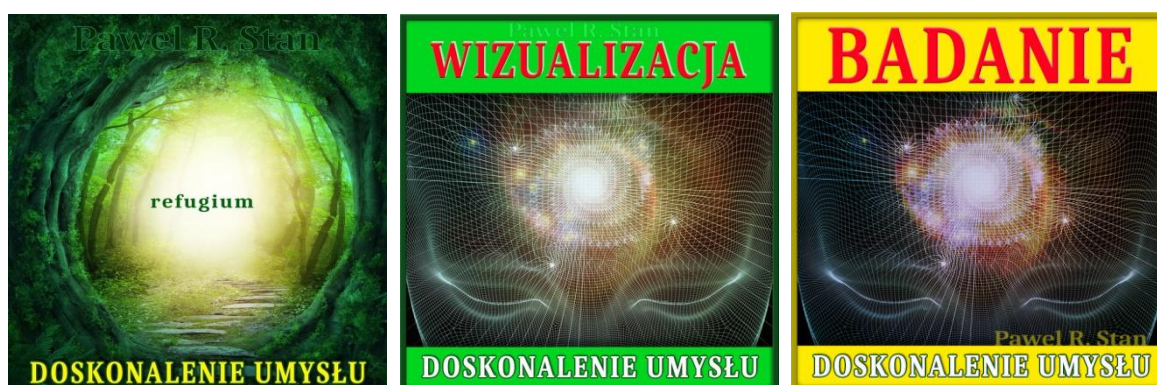
Kursy Doskonalenia Umysłu [Lech Emfazy Stefański](#) prowadził od roku 1980 jako sześciodniowe szkolenie (4 godziny dziennie). Na wstępne umiejętności (relaks ciała, relaks umysłu, sposób oddychania, itp.) poświęcone było około 16 godzin praktyki - po tym czasie uczestnicy byli w stanie wejść w zmieniony stan świadomości w każdym momencie ("poziom działania nadświadomego").

*"Człowiek znajdujący się w tym stanie może świadomie panować nad tymi funkcjami swego organizmu oraz psychiki, które w zwykłym stanie świadomości są niezależne od jego świadomej woli: nad budzeniem się i zasypianiem, nad marzeniami sennymi, nad zapamiętywaniem i przypominaniem sobie, nad odczuwaniem lub nieodczuwaniem bólu itd. Działając na poziomie nadświadomości można łatwo pozbyć się niepożądanych nawyków (np. palenia papierosów), schudnąć lub przytyć, a także skorzystać ze swych zdolności*

*parapsychicznych i parafizycznych. Czwartego dnia kursu uczestnicy ze zdumieniem i radością odkrywają w sobie nie ujawnione dotąd zdolności do jasnowidzenia. Prawie każdy z uczestników wykonuje z powodzeniem zadanie polegające na określaniu rysopisu i stanu zdrowia nieznanej osoby, wyłącznie na podstawie jej danych personalnych."*

z opisu kursu DU

**Doskonalenie Umysłu** jest metodą, którą opracował Lech Emfazy Stefański (nestor polskiej psychotroniki) w oparciu o odkrycia Jose Silvy (Metoda Silvy, Silva Mind Control).



### Katalog: medytacja prowadzona i afirmacje mp3





