

prawdziwa  
**PRZYCZYNA**  
nadwagi

Paweł R. Stań

Łódź 2023

**Tytuł:**

„Prawdziwa przyczyna nadwagi”

Sesje: Odkrywanie i Rozluźnienie

**Czas trwania:** 32:00 (2 sesje)

**Format pliku:** Mp3

**Rozmiar:** 78 MB

**Zawiera lektora:** tak

**Zalecane słuchawki:** tak

Copyright © by Paweł R. Stań  
Łódź 2023

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>

Instagram: <https://instagram.com/PawelRStan>

Tik Tok: <https://www.tiktok.com/@pawelrobertstan>

tel. +48 501 150 238

Wydanie I  
ISBN

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.

W tej sesji dowiesz się, który z twoich **narządów ma zmienioną energetykę** ułatwiając tobie z łatwością gromadzenie, albo utrzymywanie nadmiaru tkanki tłuszczowej.

W drugiej sesji będziesz rozluźniać ten narząd, organ, miejsce, przywracając mu prawidłową energetykę.

Ćwiczenia pochodzą z książki "Psychologia odchudzania" N. Szerstiennikowa.

## Nadwaga wyrównuje deficyty

Pojedynczy narząd staje się bodźcem do gromadzenia nadmiaru tkanki tłuszczowej, bo Podświadomość w ten sposób kompensuje negatywne przeżycia. Negatywne emocje, które człowiek zostawia, bo nie umie sobie z nimi poradzić, powodują zaburzenia w psychice lub fizjologii.

Ciało fizyczne staje się siłą równoważną dla nierozwiązanych konfliktów w psychice, trudnych emocji, trudnych przeżyć..

Podświadomość kontroluje wszystkie procesy fizjologiczne w organizmie i wie o wszystkich usterkach narządu lub układu. Autoregulacja systemu dąży do równowagi, stąd zaburzony organ jest wspierany przez inne, a system jakoś działa... prowadząc do pogłębiającej się degradacji systemu, jeśli konflikty nawarstwiają się i nic się z nimi nie robi.

## Po co Podświadomości tyle komórek tłuszczowych?

Podświadomość tworzy komórki tłuszczowe, żeby

- blokować negatywne emocje
- mieć zapas energii "na czarną godzinę"
- chronić przed zimnem, czy wyziębieniem

Na początku tkanka tłuszczowa ma łagodzić trudne emocje. Kiedy negatywnych doświadczeń jest zbyt dużo okazuje się, że nagromadzony tłuszcz sam staje się źródłem choroby i dokucza równie bardzo, jak stresory, przed którymi miał chronić.

Podświadomość wpada w błędne koło tworząc więcej komórek tłuszczowych w odpowiedzi na nadmiar komórek tłuszczowych.

## Emocje i nadwaga

Wgłębiając się w temat zależności nadwagi od emocji, na własnym doświadczeniu powiem, że chudnie się bardzo łatwo i szybko po prostu uwalniając trudne emocje. Równie łatwo wracają kilogramy, gdy pojawiają się bieżące trudne emocje, z którymi trudno nam sobie poradzić.

Pamiętaj, że mówię o trudnościach postrzeganych przez Podświadomość i "logiczne" zaprzeczanie tu nie pomaga.

Co trzeba zrobić, aby uwolnić zatrzymane w ciele emocje?

Czasami wystarczy ponownie przeżyć przyczynę, trudne doświadczenie. Czasami zaakceptować i pogodzić się z rzeczywistością. Czasami zrozumieć, dlaczego w życiu dzieje się tak,

jak się dzieje. Czasami świadomie nauczyć Podświadomość uwalniania emocji.

W wolnej chwili zobacz opis tej [techniki uwalniania emocji](#).

## Narząd - prawdziwa przyczyna nadwagi

W sesji "Odkrywanie" zrelaksujesz się, rozluźnisz ciało, wyciszysz myśli i będziesz obserwować reakcje ciała na twoje pytanie: "Gdzie jest przyczyna nadwagi?"

Odpowiedź przyjdzie w postaci "ukłucia", skurczu ciała lub innej, fizycznej reakcji ciała.

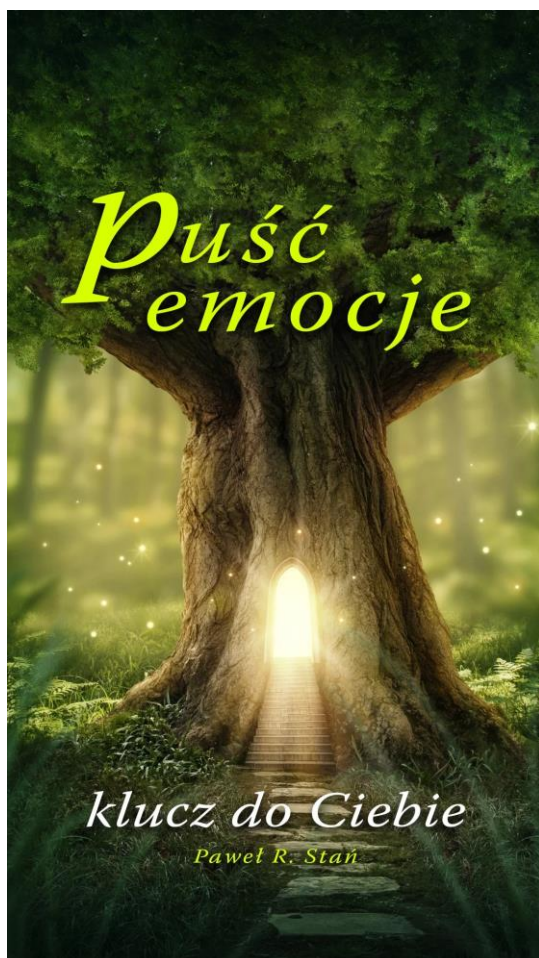
W sesji "Rozluźnianie" będziesz rozluźniać wskazany przez ciało / Podświadomość organ lub układ przywracając mu prawidłową energetykę. Rozluźnianie przeprowadzasz mentalnie wewnątrz ciała, lub fantomowo możesz działać ze swoim organem w innej pozycji.

Podobnego działania uczysz się w sesji ["Badanie"](#) - trzeciej części ["Doskonalenia Umysłu"](#).

### Opcja poszerzenia nagrania

W tym albumie, w sesji **"Rozluźnienie"** jest ogólne podejście do "narządu" i samodzielnie kierujesz uwagę na swoją przyczynę nadwagi. Istnieje również opcja **poszerzenia nagrania** i dodania do nagrania konkretnych **treści i afirmacji dla konkretnego narządu**. Jeśli chcesz takie dodatkowe nagranie, to napisz o szczegóły na mind @ prekognicja.pl

Jeśli nie chcesz poszerzonej wersji, również napisz, który narząd wskazała Podświadomość. Nie wykluczam kolejnej edycji tego albumu z najczęściej wstępującymi przyczynami, organami.



## NAGRANIA PERSONALIZOWANE



### o Autorze



Paweł R. Stań, autor ponad

- ✓ 300 medytacji
- ✓ 30+ lat praktyki
- ✓ 1,300k+ słuchaczy.

Z wykształcenia pedagog, terapeuta zajęciowy, technik elektronik, ojciec trójki dzieci... od ponad 30 lat praktykuje rozwój osobisty i duchowy.

