



ŚWIAT TO APTEKA

MEDYCINA • ZDROWIE • URODA

NOWAK
ENERGOTERAPIA

NR 98 (139)

X/XII 2017



ZBYSZEK NOWAK - RĘCE, KTÓRE LECZĄ



NAJWAŻNIEJSZY JEST KONTAKT



TERMINY SPOTKAŃ W POLSCE

PAŹDZIERNIK

POZNAŃ

07. 10. 2017
GODZ. 11:00
HOTEL IKAR
UL. KOŚCIUSZKI 118

KATOWICE

26. 10. 2017
GODZ. 12:00
MDK „SZOPIENICE”
UL. HALLERA 28

KRAKÓW

27. 10. 2017
GODZ. 10:30
HOTEL EUROPEJSKI
UL. LUBICZ 5

LISTOPAD

POZNAŃ

11. 11. 2017
GODZ. 11:00
HOTEL IKAR
UL. KOŚCIUSZKI 118

GDYNIA

18. 11. 2017
GODZ. 11:00
HOTEL HOTTON
UL. ŚW. PIOTRA 8

WROCLAW

26. 11. 2017
GODZ. 10:00
Q HOTEL PLUS
UL. ZAOLZIAŃSKA 2

KATOWICE

30. 11. 2017
GODZ. 12:00
MDK „SZOPIENICE”
UL. HALLERA 28

GRUDZIEŃ

KRAKÓW

01. 12. 2017
GODZ. 10:30
HOTEL EUROPEJSKI
UL. LUBICZ 5



OD WYDAWCY

Drodzy Czytelnicy!

Dobrze jest mieć poczucie, że nie jesteśmy bezradni wobec otaczającego nas świata. A jeśli dopadnie nas bezsilność, jest do kogo zwrócić się o pomoc lub radę.

Dostajemy sygnały, że nasza gazetka na coś się przydaje i to nas bardzo cieszy. Prosimy zatem o dalsze pytania do Zbyszka.

Z całego serca zachęcamy Państwa do przejrzenia zasobów strony www.nowak.pl Relacje - a są ich już setki - dadzą Państwu odpowiedź na najczęściej zadawane pytanie: na co to pomaga? Bo chociaż odpowiedź jest wyjątkowo łatwa - POMAGA NA WSZYSTKO - to warto sprawdzić i się przekonać. Uważny Czytelnik i Widz znajdzie też odpowiedź na pytanie, jak to możliwe, że energoterapia pomaga na wszystko. Serdecznie pozdrawiam, po raz ostatni w tym roku.

Aleksandra Krajewska-Nowak

KONTAKT ZE ZBYSZKIEM:

EMAIL: POMOC@NOWAK.PL * SMS: 601 244 903*
LIST: 05-807 PODKOWA LEŚNA, UL. JAŚMINOWA 7

DOWIEDZ SIĘ WSZYSTKIEGO:

- * O TERMINACH SPOTKAŃ INDYWIDUALNYCH W TWOIM MIEŚCIE!
- * O TRYBIE INTENSYWNEJ OPIEKI PRZEZ ZDJĘCIE!
- * O SPOTKANIU INDYWIDUALNYM PRZEZ TELEFON!

UWAGA! UWAGA! Szanowni Państwo, zdarzają się sytuacje, których niepodobna przewidzieć. Informacja o ewentualnych zmianach będzie na stronie www.nowak.pl
Warto też wybierając się na spotkanie zadzwonić do biura w Podkowie Leśnej: 22-758-92-92 lub 22-758-92-34



UCIECZKA W BEZRADNOŚĆ



Bardzo często tak się dzieje, że nie mamy wystarczająco dużo siły (lub mówimy, że tak jest), żeby nie musieć wyjść ze swojej strefy komfortu, podejmować ryzyka i konsekwencji swoich decyzji. Myślimy „nie mam na to wpływu” choć często jest to tylko wymówka! Mówimy, że nie mamy na coś wpływu i pozostajemy bierni. Jak tymczasem podnieść swoją energię i zabrać się do działania? Jak zacząć... gdy.... tak trudno zacząć?

Podoba mi się Państwa szczerść i otwartość (a może nawet jest to odwaga), w listach kierowanych do mnie za pośrednictwem Redakcji. Nadawca powyższego pytania jasno i wyraźnie daje nam do zrozumienia, że nie ma na myśli prawdziwej bezradności, takiej jak choćby bezradność wobec żywiołu, krzywdy, czy chamstwa, ale bezradność pozorną, tę wynikającą z pobłażania samemu sobie, z naszego ludzkiego dążenia do maksymalnego zysku przy minimum wysiłku.

Czy można to przewalczyć tak po prostu zwiększając swoją energię? Czy można energię do działania, energię do życia w ogóle, pobrać z jakiegoś magicznego kontaktu i mieć sprawę załatwioną? Niestety nie!

Jeśli oczekujecie prostej recepty, łatwego rozwiązania, gotowej tabletki, to od razu uprzedzam, nie ma co czytać dalej. Nie ma drogi na skróty, wydeptanej ścieżki i przetartego szlaku. Jest za to mozolne przedzieranie się przez splątane zarośla naszych wad i słabości.

Ale to jest właśnie dobre. Na tym polega życie i rozwój człowieka.

Ja natomiast spróbuję podrzucić Wam kilka narzędzi.

Po pierwsze - analogia. Przypomnijmy sobie, jak się czujemy, kiedy orientujemy się, że ktoś nas okłamuje? Ohydnie! Jesteśmy zranieni, oburzeni, nie możemy się oprzeć uczuciu smutku i zawodu.

A do kogo skierować te, uzasadnione zresztą, uczucia, kiedy okłamujemy sami siebie?

Mówienie sobie a priori, jeszcze przed podjęciem jakiegokolwiek próby, że się nie ma na to wpływu – jest takim właśnie okrutnym kłamstwem. Bo nigdy nie wiadomo. Żeby się przekonać trzeba spróbować.

Nie zapomnę jednej mojej podopiecznej, która po operacji uznała, że już nie będzie chodzić. Zaproponowałem jej metodę „od krzesła do krzesła i odpoczynek” sugerując, żeby ktoś z rodziny za każdym razem odrobinę wydłużał dystans. Najpierw po pokoju, potem od rogu do rogu jej małego domku. I tak dalej, aż w końcu obeszła cały dom za jednym zamachem i uznała, że jednak chodzi.

Każdy, kto kiedykolwiek próbował trenować jakiś sport, doskonale wie, że wyniki przychodzą z czasem. Cierpliwość i konsekwencja – to jedyne, co może dać efekty.

Po drugie – szczerść wobec samego siebie. Każda decyzja, jeśli zostanie podjęta na skutek dobrze wykombinowanej wymówki pozostawi na dnie duszy jakiś osad. Jeśli będziemy

szczerzy wobec siebie samych, zorientujemy się natychmiast, jakie powodowały nami intencje. I zawsze będziemy mogli zastąpić te niezbyt szlachetne, tymi dobrymi.

Na marginesie powiem Państwu, że wielokrotnie się przekonałem o tym, że warto. Nasze czyste intencje i wysyłane w świat dobro, powracają. Niekoniecznie od razu i w tej samej formie. Ale wracają i cieszą.

Po trzecie – zdrowy rozsądek. Wymagania trzeba sobie stawiać cały czas. Życie bez wyzwań i wymagań staje się bierną egzystencją, namiastką prawdziwego życia i nigdy nie poprowadzi nas w stronę jakiegokolwiek rozwoju, ale jest wyraźna granica pomiędzy tym, co możemy zrobić, a czego naprawdę nie możemy i nie powinniśmy. Stawianie sobie zbyt wygórowanych wymagań i wyzwań ponad możliwości, doprowadzi do całej masy rozczarowań i przekonania, że naprawdę jesteśmy do niczego.

Tu pojawia się czwarty element – umiejętność cieszenia się z najdrobniejszych nawet sukcesów i celebrowania w sobie poczucia własnej wartości.

I po piątę – ostatecznie, ale najważniejsze. Miłość do siebie samego. Jeśli poczujesz, że kochasz tę istotę w Tobie, nie będziesz chciał jej krzywdzić, a zatem nie pozwolisz sobie na zmarowanie ani jednej chwili na bierność i nieporadne, zakłamane wymówki.

Zbyszek Nowak



JESTEŚMY ENERGIA. ODCINEK 3*



Przyszedłem na egzamin, chwilę poczekałem, ale musiałem w końcu zapukać do drzwi, przeprosiłem grzecznie komisję, przedstawiłem swoją sytuację i poprosiłem o przepytanie mnie jak najszybciej. I chyba ta śmiałość moja, ta otwartość, no i dobrze zdany egzamin pisemny sprawiły, że moje nazwisko pojawiło się na liście tych, którzy dostali się do Technikum Drzewnego w Bydgoszczy. A ja, kiedy to zobaczyłem, poczułem się po prostu jakby mi wyrosły skrzydła.

I przeniósł się pan do Bydgoszczy?

Tak, ale wcześniej, kiedy wróciłem do domu, tata już miał dla mnie pracę, miał swój warsztat i potrzebował pracownika, a ja byłem już wyrośnięty – to do roboty!

Na szczęście moja macocha, którą nazywałem ciocią, i która była wspaniałą, życzliwą kobietą – powiedziała, że skoro dostałem się do technikum, to mam tam jechać i się uczyć. No i dzięki niej kontynuowałem naukę, bo inaczej ojciec nigdy nie wyraziłby na to zgody.

Dalsze próby i różnorodność

Szkoła należała do stowarzyszenia SITLiD – Stowarzyszenie Inżynierów i Techników Leśnictwa i Drzewnictwa. Przewodniczącym tego koła był mój nauczyciel, a ja objąłem tam jedyne dostępne dla ucznia stanowisko, jakim było stanowisko sekretarza. To była osoba, która prowadzi zebrania, kontaktuje ze sobą ludzi itp. Nie posiadałem w zasadzie umiejętności w tej dziedzinie, ale ludzie byli zdumieni, ponieważ bardzo sprawnie mi szło, każdemu udawało się wypowiedzieć, udzielałem głosu i odbierałem go w odpowiednim momencie... To taki dar, dar rozmawiania z ludźmi, komunikowania...

Równocześnie brałem udział w konkursach recytatorskich. Uważałem, że mój głos powinien mieć odpowiednie brzmienie, że należy umieć przyjąć odpowiednią tonację wypowiedzi, a tego właśnie uczyła recytacja. W tej konkurencji wszedłem nawet do eliminacji wojewódzkich.

W ogóle byłem w tym czasie niemal tytanem pracy społecznej. Miałem zawsze potrzebę realizowania się w rozmaitych działaniach. Nie było jakiegokolwiek tematu, którego bym nie podjął, zawsze miałem czas, żeby zacząć uczyć się czegoś nowego.

Mam np. świadectwo, że ukończyłem kurs elektronizmu (śmiesz) – nie ma czegoś takiego, ale mam dokument, że jestem w tej dziedzinie znawcą.

W Bydgoszczy był też Klub Kosmos, tam był jakiś kabaret, nie pamiętam dokładnie nazwy, ale należałem do niego i jeździliśmy razem na występy.

Efekty

W drugiej klasie bardzo zaangażowałem się w świat techniki. Kupowałem regularnie miesięcznik "Problemy", były w nim duże opracowania naukowe, które niezwykle mnie interesowały, jednak często nie rozumiałem ich do końca. A miałem w szkole taki przedmiot – elektrotechnika, z początku szedł mi bardzo słabo. Po pewnym jednak czasie zapytałem mojego nauczyciela, który był głównym konstruktorem w dużej fabryce Eltra, o różne rzeczy wyczytane w tym miesięczniku, głównie o sprawy związane z wewnętrzną strukturą atomu, które interesowały mnie przede wszystkim.

On otworzył oczy ze zdziwienia i powiedział, żebym może opracował ten temat w referacie. Poszedłem wtedy do biblioteki, gdzie znalazłem wiele przeróżnych opracowań i bardzo rzetelnie przygotowałem się do tego referatu. Później, na przerwie przed lekcją rozpiślałem na tablicy wszystkie wzory, narysowałem wykresy, miałem specjalny wskaźnik, książki z zakładkami na potrzebnych cytatach – i zacząłem wykład. Mówiłem przez dwie lekcje i przerwę i właściwie skończyłem równo z dzwonkiem. Wszyscy słuchali z zainteresowaniem, a pan profesor na koniec oniebiał. I powiedział mi tak: "Stawiam ci od razu na półrocze piątkę. Jeśli nie będziesz chciał odpowiadać, to na koniec roku masz czwórkę". Ja oczywiście od razu bardzo podziękowałem i wybrałem czwórkę.

Ale z referatu wynikały też inne korzyści...

Tak, a stało się to dzięki uczestnictwu w SITLiD-zie. Stowarzyszenie wchodziło w skład NOT-u, Naczelnej Organizacji Technicznej. Ja, jako sekretarz, miałem kontakty z NOT-em i kiedy dowiedziałem się, że można tam zarabiać na takich referatach, pisałem dla nich, zarabiając w ten sposób pieniądze.

Z drugiej strony zarabiałem na fotografii, oprócz tego te wszystkie konkursy, kabaret, ale też wynajmowałem się na budowy, gdzie praca trwała od wschodu do zachodu słońca, a niezależnie od tego znajdowałem jeszcze czas, żeby prowadzić sklepik uczniowski, który też przynosił mi dochody. To wszystko było bardzo nieznaczne sumy, ale dawały mi poczucie niezależności i dorosłości. Zdażyłem też ukończyć kurs żeglarski.

To był bardzo ciekawy okres mojego życia. Uczestniczyłem we wszystkich możliwych zdarzeniach i organizacjach, i najczęściej byłem wybierany na przewodniczącego – tak jakoś chcieli mnie ludzie... Widać, nadawałem się do tego.

Później przyszła matura. Moja matka przyjechała na wręczenie świadectw maturalnych. W pewnym momencie podszedł do niej dyrektor i w rozmowie nazwał mnie ozdobą szkoły – byłem najlepszym uczniem, miałem najwyższą średnią w całej szkole.

ZUPEŁNIE INNA NAUKA

Po maturze rozpoczął pan studia?

Tak, zdałem na zaoczną technologię drewna, jednak po roku odszedłem. Musiałem podjąć pracę, ponieważ po maturze ojciec nie miał zamiaru w żaden sposób mnie wspomagać. Zatrudniłem się w DESA - Dzieła Sztuki i Antyki. Tam odbyłem praktykę, która ogromnie mi się w życiu przydała. Polegała na tym, że pracowałem w warsztacie jako zwykły stolarz, robiłem komody ludwikowskie – własnymi rękami tłukłem tę dębinę, trzeba było wybierać holajzą, takim specjalnym dłutem zagłębienia, później gładzić to i gładzić i gładzić, następnie składać okleinę, przymocowywać ją szpilkami i tym podobne, niezwykle żmudne i niezwykle precyzyjne prace...

Lekcja pierwsza

Na początku miałem pretensje do dyrektora, że wpakował mnie do takiej paskudnej roboty, bo, po co ja kończyłem technikum, po co się uczyłem – żeby pracować jak zwykły robotnik?! Tak wtedy myślałem. Ale też wiedziałem, że to człowiek mądry i być może kiedyś mi się ta praca do czegoś przyda. Przydała się później w życiu niezwykle, jako nauka, że niekoniecznie muszę mieć zawsze rację, nie wiem wszystkiego, niekoniecznie musi mi to, co robię w danej chwili odpowiadać. I choć nie odpowiada, pozostaję zaciekawiony, gdyż nie wiem, co się okaże w przyszłości.

Stąd wyciągnąłem bardzo ważny wniosek, że chociaż to, co robię nie spełnia moich natychmiastowych oczekiwań, to należy się temu przyjrzeć i po prostu przez to przejść. Czemu? Bo być może sama droga czemuś służy.

Odtąd towarzyszyła mi ta świadomość, że mogę czegoś nie wiedzieć i, być może, gdybym z czymś się z góry nie zgodził, gdybym zbuntował się, to mógłbym nie skorzystać z niezwyklej okazji. Dlatego zawsze staram się wykorzystywać każdą możliwość, która akurat się trafi. Nie wiemy wszystkiego. Każdy, kto do nas mówi może w nasze życie wnieść coś istotnego, a jeśli go nie wysłuchamy – możemy to stracić.

Lekcja o ludziach

Po roku pracy, kiedy się okazało, że wszyscy już wiedzą, że dyrektor tego zakładu jest moim wujkiem, musiałem odejść. A ja musiałem zarabiać cały czas, choćby jeszcze na studia.

Podjewałem się podobnych prac w innych spółdzielniach, m.in. w spółdzielni pracy "Współczesna". Prezes tam zapytał mnie we wstępnej rozmowie ile wcześniej zarabiałem. Było to dwa tysiące złotych, ale powiedziałem, że trzy i takie dostałem w nowej firmie wynagrodzenie.

Pan prezes powiedział: no, cóż, więcej nie możemy panu na początek oferować. Oczywiście nie dałem poznać po sobie, że jestem bardzo zadowolony, a z drugiej strony – uważam, że jeśli nadarza się sytuacja, to trzeba jak najlepiej ocenić swoje możliwości i wykorzystać ją jak najlepiej. Choć nie można przesadzić, bo moglibyśmy uzyskać nie to, o co się staramy.

Zostałem kierownikiem salonu meblowego, gdzie był sklep, wystawa i warsztat. Byłem dobrym i cennym pracownikiem. Zawsze miałem taką żytkę racjonalizatorską, kiedy widziałem, że ktoś wykonuje jakąś pracę, to od razu zastanawiałem się jak można ją wykonać szybciej i przy mniejszym nakładzie sił. To się nazywa chyba ekonomia, wykorzystanie stanowiska pracy, kontrolowanie ciągów produkcyjnych – upraszczanie procesów.

Jednak sposób, w jaki wykorzystano ten mój pęd do "wynalazczości" obudził w końcu we mnie sprzeciw, ponieważ robiłem opracowania, robiłem rysunki, a i tak ktoś wyżej zbierał za to laury. Wydziedziczano mnie z moich własnych pomysłów – okradano mnie.

RETROSPEKCJE

Trzeba jednak przyznać, że dotychczas nie pojawia się w pańskim życiorysie nic, co zapowiadałoby obecną działalność...

To odbywało się na innym poziomie. Był poziom nauki i praca, ale równocześnie miałem potrzebę pomocy ludziom. I możliwość.

Dwa zdarzenia

Pamiętam dwa szczególne zdarzenia z czasu młodości. Raz, kiedy zginąłem babci, która prowadziła mnie z przedszkola, bo zobaczyłem ptaka leżącego do góry nogami w rynsztoku. Babcia poszła gdzieś dalej, a ja zostałem przy tym rynsztoku i zacząłem palcem głaskać brzuszki tego ptaszka... Nic się u niego nie wyczuwało, nie ruszał się, leżał jak zdechły. I w pewnym momencie, kiedy głaskałem go po brzuszku z taką miłością i czułością, bo ptaszki przecież są takie piękne – nie wiedziałem, po co to robię – nagle otworzył oczka, zamrugał i odfrunął.

Mnie się zrobiło wtedy tak bardzo przyjemnie. Uznałem, że uratowałem życie temu ptaszekowi, w jakiś nadzwyczajny sposób głaszcząc go po piórkach. Nie miałem wtedy pojęcia, że być może człowiek rodzi się z jakimś darem i poprzez ochotę podzielenia się z kimś, czy poprzez współczucie, czy poprzez silne zaangażowanie, może bardzo wiele osiągnąć...

Był też moment – miałem dopiero pięć lat – mieszkaliśmy w takim maleńkim domku w Milanówku i przywieziono ze szpitala moją mamę, żeby zmarła w domu, była tak poważnie chora... Razem z moim bratem klęczeliśmy przy niej na takim malutkim dywaniku i modliliśmy się, żeby mamusia wyzdrowiała. Babcia powiedziała nam, żebyśmy się pożegnali z mamą, bo umiera. A ja nagle wyciągnąłem ręce – znów nie wiem, po co. Człowieka czasem ktoś, albo coś prowadzi – położyłem jej ręce na brzuchu... Niedługo potem matka niespodziewanie wyzdrowiała.

Nikomiu nie przyszło do głowy, że mały Zbysio, dziecko pięcioletnie, umiał do czegoś takiego doprowadzić. Przecież to niemożliwe... Ja, naturalnie, też nie mogłem mieć o tym pojęcia, przypomniałem sobie to zdarzenie dopiero jakieś dwadzieścia lat temu.

A jak je pan tłumaczy – był pan przecież bardzo młody i nie wiedział jeszcze nic o energetyce?

To było zdarzenie typowo intuicyjne. Bardzo często nie wiemy, dlaczego coś robimy, ale robimy to, a potem okazuje się, że dzięki temu, co zrobiliśmy – nawet nie rozumiejąc, dlaczego – zyskałoby bardzo wiele niespodziewanych rzeczy.

cdn...

**Jesteśmy Energią - wydanie pierwsze, 2008*

.Ze Zbyskiem Nowakiem rozmawia Mikołaj Stańczyk - filolog i filozof; człowiek o całkowicie odmiennym postrzeganiu świata. I dlatego ta rozmowa rozwija się bardzo ciekawie...



KORRESPONDENCJA OD CZYTELNIKÓW



Być odpowiedzialnym - ale jak to zrobić ?

Czytelnik pisze: *Jeśli ktoś jest nieszczęśliwy, sam za to odpowiada. Niestety, nieszczęśliwy nigdy nie przyjmuje tej odpowiedzialności - bo to jego sposób na pozyskiwanie współczucia. (...) Dużo trzeba zrozumieć żeby wyostać się z kolein smutku. Najważniejsze być wiedział, że Cię nikt w nim nie trzyma!* – Osho*

Pan w jednym z felietonów powiedział, że nasze szczęście zależy wyłącznie od nas, a żeby je czuć w pełni trzeba wziąć odpowiedzialność za własne życie wyłącznie w swoje ręce! Ta teoria jest prawie identyczna z powyższą!

I tu chyba słowem kluczowym jest odwaga, ale w nieco innym znaczeniu tego słowa. Odwaga, ale nie jako walka ze strachem, a jako - przekucie energii oraz negatywnych emocji w pogłębienie wiedzy o samym sobie i doświadczanie życia...

Jak pokonać wewnętrzne opory, które często blokują nasz rozwój i zaważyć o więcej? Świadomość, że one są to uważam już duże zwycięstwo i ogromny krok do przodu... A jaki jest kolejny?

Zgadzam się całkowicie z tym, co Pan napisał. Świadomość istnienia problemu jest pierwszym i ogromnym krokiem w naszym rozwoju. I oczywiście nie powinna pozostać jedynym.

Co teraz? Teraz nie ma już jednego skoku, jednego milowego kroku, który załatwi nam wszystko do końca. Teraz pozostaje konsekwencja i cierpliwość w codziennych działaniach, które opisuję poniżej.

Przyzwyczajmy się obserwować samych siebie. Taki stałe włączony audyt. To pogłębi zrozumienie problemu i pozwoli kontrolować postępy.

Wiedząc o swoich wadach, uczciwie się do nich przyznając i akceptując ich istnienie, jesteśmy w stanie podjąć właściwe działanie i zaczynamy je zmniejszać. Krok po kroku. Jak palacz, który codziennie wprowadza do organizmu mniej nikotyny mając w planie całkowite wydobycie się z nałogu. Wiemy, czujemy, że idziemy do przodu.

Codziennie robimy podsumowanie i analizujemy osiągnięcia. Satysfakcja płynąca z tworzenia tej „krzywej rosnącej” dodaje nam sił i motywacji.

Zmienia się także postrzeganie tego, co dzieje się wokół nas. Widzimy te same wady u innych, ale to już nas nie dotyczy, nie wciąga, nie denerwuje, nie eskaluje naszych problemów. Nie ulegamy ani sobie, ani innym. Zachowujemy spokój i dystans. Przebiliśmy sufit, wyszliśmy ze słoika, dalej tylko niebo, słońce i gwiazdy. Jesteśmy wolni, zaczynamy dostrzegać kolory życia. W najmniejszych jego przejawach.

Teraz pora na nowe odkrycie i nowy etap naszego życia. Nagle okazuje się, że przestaliśmy naśladować innych, stać nas na własne poglądy, oryginalne autorskie rozwiązania. Zwiększyła się też empatia, czyli umiejętność współodczuwania z innymi ludźmi.

Z drugiej zaś strony coraz mocniejsza wiara w siebie samych wzmacnia asertywność, czyli umiejętność odmawiania ludziom w sytuacjach, kiedy jest to dla nas niedobre i nam nie służy. To my nadajemy ton. Zamiast biernego poddawania się wymaganiom innych ludzi – my stawiamy wymagania i my sami kierujemy swoim rozwojem.

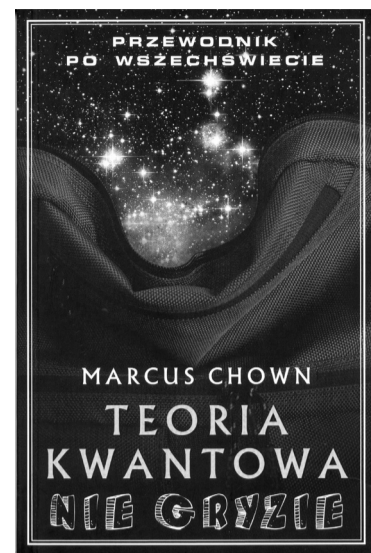
Usuwamy z naszego życia tych, którzy nam szkodzą, a zamiast tego zaczynamy znacznie lepiej rozumieć tych mądrych i dobrych, którzy naprawdę i szczerze chcą pomóc, ale my dotąd to odrzucaliśmy. Widzimy innych obiektywnie i nie oceniamy ich.

Teraz możemy zrobić wszystko.

*) Osho - właściwie Rajneesh Chandra Mohan Jain – szeroko znany również jako Bhagwan Shree Rajneesh – współczesny hinduski guru, nauczyciel i mistrz duchowy. Założyciel ruchu religijnego Neo-Sannyas.

Czy są jakieś naukowe dowody?

Odpowiadając na częste Państwa pytania o jakiegokolwiek naukowe podparcie tego, czym się zajmuję proponuję sięgnąć po cykl książek Marcusa Chown'a*, z których najciekawsza jest właśnie ta, której okładkę widzicie Państwo na zdjęciu. **„Teoria kwantowa nie gryzie”** przybliżyła nam osiągnięcia współczesnej nauki, a zwłaszcza fizyki kwantowej



w taki sposób, że przestajemy się bać nieznanego, niepojętego i magicznego świata energii. Okazuje się, że nauka jest już w stanie wyjaśnić najbardziej nawet zadziwiające zjawiska, w tym także oswoić się z energoterapią.

Współczesna fizyka kwantowa udowadnia, że rzeczywistość ma wiele wymiarów i jest zupełnie inna niż nam się dotychczas wydawało.

*) Marcus Chown jest redaktorem naukowym pisma „New Scientist” Studiował fizykę i astrofizykę. Poza popularyzowaniem nauki pisze także powieści science fiction.

Czy warto wysłać SMS?

„Panie Zbyszku proszę o pomoc. Jesteśmy w Chorwacji od wczoraj. Nie wiem co się stało ale nie mogę wstać z łóżka. Coś jest moim kręgosłupem. Śmiałam się naprzód, że zabrałam bóle od męża bo on czuje się super, ale teraz mi już nie do śmiechu. Pozdrawiam i proszę jeszcze raz o pomoc.” (dzień później)

„Witam. Mówi Pan, że nie czyni Pan cudów, to jak nazwać to co zrobił Pan ze mną? Wczoraj nie mogłam wstać z łóżka, odejmowało mi władzę w nogach i wyłam z bólu, a dziś znowu fit. Jest Pan wielki. Pozdrawiamy.”

CHCIEJCIE SOBIE POMÓC

Jedna z moich Podopiecznych wstała podczas spotkania i wygłosiła taki oto apel:

Na poparcie swoich słów Pani Anna przyniosła na spotkanie komplet dokumentów medycznych. A oto, co nam opowiedziała!

„To był nowotwór złośliwy całego organizmu. Po prostu zbagatelizowałam endomitozę. I tak powstał guz, rozsiał się no i co było robić?

Wylądowałam w klinice, na pierwszy rzut poszło sześć cykli chemii. A my przyjechaliśmy do pana Zbyszka. I po drugiej chemii nie ma komórek nowotworowych, co było po prostu niemożliwe do osiągnięcia w naszej medycynie.

Czeka mnie jeszcze operacja, ale czuję się coraz lepiej i mam nadzieję.

A do Państwa mam wielką prośbę: **chciejcie sobie pomóc! Nic więcej. Nie trzeba wierzyć, wystarczy tylko chcieć sobie pomóc!!!”**

LIST OD PANI BARBARY

Drogi panie Zbyszku!

Przede wszystkim bardzo dziękuję za artykuły w najnowszym, lipcowym numerze „Świat to apteka”. Jeden z nich dotyczył energii osób, które już odeszły i przedmiotów z nimi związanych. O ile pamiętam, nigdy nie spotkałam się z fachowymi opiniami na ten temat. Po śmierci mamy podobne pytania i mnie nurtowały. Trafił pan w punkt i bardzo mi pomógł. Jeszcze raz dziękuję.

Pana książka „Jesteśmy Energią” była pierwszą moją lekturą w tej materii i wywarła na mnie wtedy duże wrażenie. Cieszę się, że więcej czytelników gazetki będzie mogło zapoznać się z nią w tej formie i spojrzeć na siebie i świat inaczej.

Zrozumiałam też, po przeczytaniu gazetki, dlaczego kiedyś tak bardzo poczułam się źle podczas pobytu w sanatorium. Na tyle, że musiałam niezwłocznie przerwać pobyt. W budynku sanatoryjnym, gdzie się stołowałam, odbywały się seanse z użyciem mis tybetańskich. Ponieważ fascynują mnie wszystkie oryginalne dźwięki, pomyślałam, że to jedyna okazja na uczestnictwo w pięknym indywidualnym koncercie. Młoda terapeutka ustawiła na mnie małe misy, obok stały duże, a ja zasłuchałam się w piękne, wibrujące tony. Na drugi dzień poczułam się ciężko chora, ogólne osłabienie, biegunka, wymioty i wysoka gorączka. Musiałam skorzystać z podwiezienia do rodziny, bo na podróż pociągami nie miałam siły. Intuicyjnie czułam, że seans z wibracjami mis zaszkodził mi, ale nie wiedziałam dlaczego. Nie skojarzyłam faktu, że równocześnie od jakiegoś czasu byłam w trybie TIOPZ z powodu innych dolegliwości bólowych. Okazuje się, że nawet przy naturoterapiach trzeba być bardzo ostrożnym, nie wolno ich łączyć i jak Pan ostrzega, korzystać tylko z pomocy doświadczonych fachowców.

Serdecznie pana pozdrawiam!

Myślę, że wszystkim nam brakowało gazetki, jest takim listem od przyjaciela. Serdeczne pozdrowienia dla pani Oli i redakcji.

Barbara
z Kędzierzyna - Koźła

06.07.2017.

WRAŻLIWY I MĄDRY CZŁOWIEK

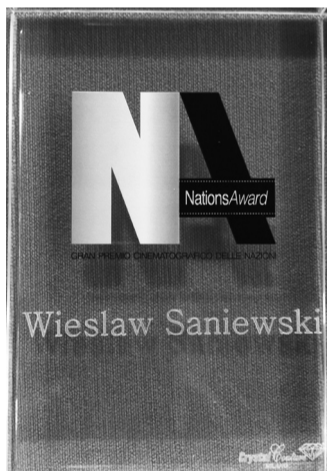


Gościem sierpniowego programu „Ręce, które leczą” w Superstacji był reżyser i scenarzysta filmowy - Wiesław Saniewski. Spośród 10 fabularnych filmów, które zrealizował, najbardziej znane to: „Nadzór”, „Deszczowy żołnierz”, „Dotknięci”, „Bezmiar sprawiedliwości”, „Wygrany”. Niedawno został uhonorowany Wielką Filmową Nagrodą Narodów w Taorminie na Sycylii, a my jesteśmy szczęśliwi, że po tak długiej i ciężkiej chorobie jest już w tak dobrej formie, że mógł ją odebrać osobiście.

„To jest rzecz, która się może przydarzyć każdemu z nas – powiedział w programie Wiesław Saniewski. Realizując jeden z filmów marzenie – Dywizjon 303 – nagle spadł na mnie cios. (...) Czekałem na operację, moje życie było zagrożone i w tym momencie pojawił się u mnie Zbyszek...”

Wiesław Saniewski jest także matematykiem, jednak sposób myślenia właściwy umysłem ścisłym nie przeszkadza mu obserwować z życzliwością i akceptować to, co robię.

„Dla mnie ważniejsze niż dowody, że to działa, ważniejsze nawet niż wiara, jest to, że Zbyszek daje szansę” - mówi. Nasz Gość wzywa do tego, żeby nie odbierać sobie i innym tej szansy skorzystania z innej pomocy, niż ta ściśle medyczna. To jest nieetyczne – twierdzi.



Całego programu, a także kilkunastominutowego skrótu szukaj na stronie www.nowak.pl w zakładce video. (ZN)

PROGRAM „RĘCE, KTÓRE LECZĄ”

W PIERWSZĄ NIEDZIELĘ
MIESIĄCA (W PAŹDZIERNIKU
WYJĄTKOWO W DRUGĄ - 08.10)
O GODZINIE 18.40 OBEJRZYJ
„RĘCE, KTÓRE LECZĄ”
W TELEWIZJI SUPERSTACJA,
ALBO W ZAKŁADCE VIDEO
NA STRONIE
WWW.NOWAK.PL

TERMINARZ SPOTKAŃ W PODKOWIE LEŚNEJ

Październik' 17

poniedziałek	wtorek	środa
02	03	04
09	10	11
16	17	18
23	24	

Listopad' 17

poniedziałek	wtorek	środa
06	07	08
13	14	15
20	21	22
27	28	29

Grudzień' 17

poniedziałek	wtorek	środa
04	05	06
11	12	13
18	19	20



Szanowni Państwo, zdarzają się sytuacje, których niepodobna przewidzieć. Informacja o zmianach będzie na stronie www.nowak.pl i na Facebook'u. Warto też zadzwonić: 22-758-92-92 lub 22-758-92-34.

WYDAWCA:
Firma SUN Marian Zbigniew Nowak
05-807 Podkowa Leśna, ul. Jaśminowa 7
Redaguje: zespół
tel.(22) 758 92 92; (22) 758 92 34
SMS-Y: 601 244 903. Hotele: 601 244 502
e-mail: pytania@nowak.pl

www.nowak.pl



ZAKŁADKA “VIDEO”

NA STRONIE WWW.NOWAK.PL

TO:

- FAKTY Z PIERWSZEJ RĘKI !
- EMOCJE, KTÓRYCH SIĘ NIE SPODZIEWASZ!
- MOTYWACJA DO ZMIAN NA LEPSZE!

NOCLEGI W PODKOWIE LEŚNEJ

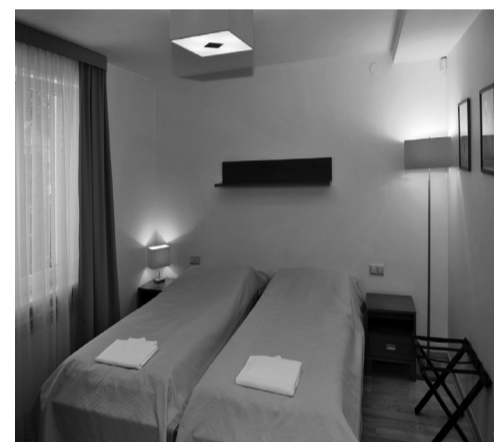
APARTAMENT LEŚNY

Położony na uboczu wśród drzew domek wypoczynkowy. Salon ze stylowym kominkiem, 2 sypialnie, łazienka, w pełni wyposażone kuchnia. Maksymalna liczba osób – 6. Cena: 300 PLN za dobę. W przypadku rezerwacji długoterminowych - duże rabaty.



WILLA ALKANO

Wolnostojący, całoroczny, nowoczesnie wykończony, przestronny dom jednorodzinny. Pięć pokoi, każdy z łazienką, telewizorem i dostępem do internetu. UWAGA! Posiłki we własnym zakresie. Do dyspozycji w pełni wyposażona, obszerna kuchnia. Duży taras i ogród. Cena 120 złotych za dobę od osoby. Dzieci do lat 4 – bezpłatnie.



PENSJONAT ALICJA

Wolnostojący, całoroczny, dwukondygnacyjny, wykończony w drewnie sosnowym, przestronny dom jednorodzinny. 4 pokoje z telewizorem, łazienka na każdym poziomie. UWAGA! Posiłki we własnym zakresie. Do dyspozycji w pełni wyposażona kuchnia oraz jadalnia. Cena 70 złotych od osoby za dobę. Dzieci do lat 4 – bezpłatnie.



Rezerwacje: e-mail: biuro@nowak.pl tel./fax 00 48 22 758 92 92.