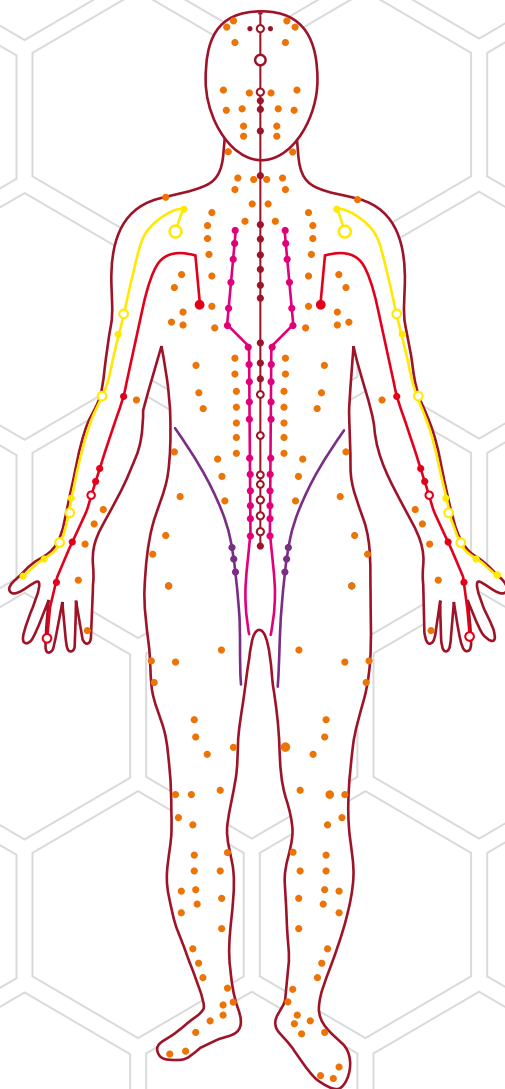


Michal Ježek

TĚLOVÉ SVÍCE



 Alferia

Terapie pomocí tělových svící

Michal Ježek

TĚLOVÉ SVÍCE



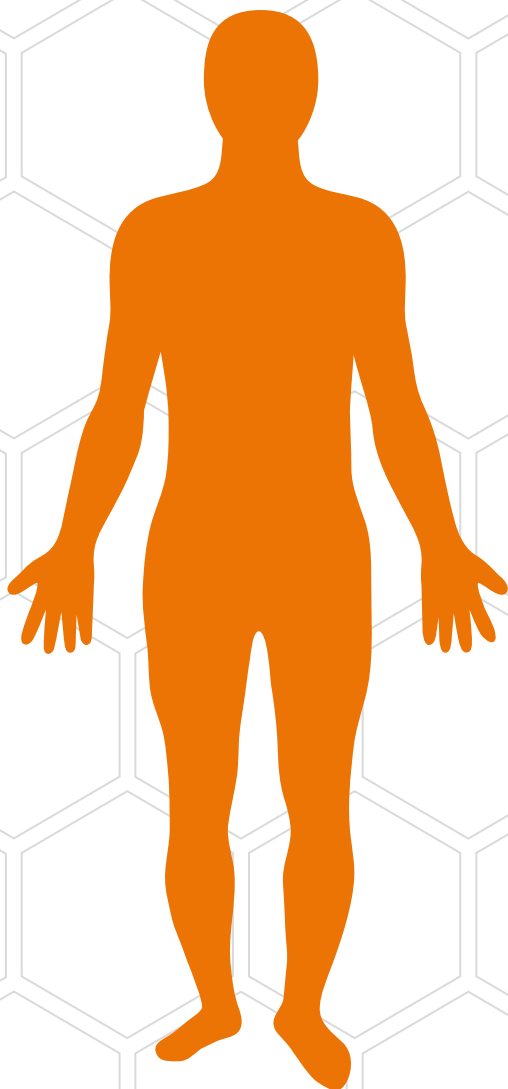
Terapie pomocí tělových svící



Alferia

Michal Ježek

TĚLOVÉ SVÍCE



Terapie pomocí tělových svící

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy:

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude trestně stíháno.

Michal Ježek

TĚLOVÉ SVÍCE

Terapie pomocí tělových svící

Obálka, sazba a obrázky Magda Kadlecová

Fotografie Michal Ježek

Jazyková redakce Hana Kučerová

Odpovědná redaktorka Lenka Kubelová

Počet stran 136

První vydání, Praha 2018

Vydala GRADA Publishing, a.s.

pod značkou Alferia

U Průhonu 22, Praha 7

jako svou 7034. publikaci

Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a.s.

© GRADA Publishing, a.s., 2018

© Michal Ježek, 2018

ISBN 978-80-271-2321-6 (ePub)

ISBN 978-80-271-2320-9 (pdf)

ISBN 978-80-247-2579-6 (print)



ROZSVIŤTE SVÍCI,
MYSL I TĚLO...

| OBSAH

O AUTOROVÍ	9
ALTERNATIVNÍ NEBOLI CELOSTNÍ MEDICÍNA	11
SEZNÁMENÍ SE SVÍCEMI	13
— Rituály v našem životě	13
— Metoda stará tisíce let	14
— Odkud se svíce vzaly?	15
— Tradice	15
— Ucho jako vstupní brána k tělu	16
— Moderní forma svící	17
— Jaký je rozdíl mezi parafínem a včelím voskem?	17
— Z čeho je svíce vyrobená?	18
— Princip aplikace svíce	18
— Léčení na úrovni energetických těl	20
— Typy těl	21
JAK SVÍCE FUNGUJÍ?	22
— Hoření a léčení	22
— Aplikace svíce	22
— Fyzická i duševní očista za pomoci meditace	24
DRUHY A VELIKOSTI SVÍCÍ	25
SKLADOVÁNÍ SVÍCÍ	27
JAK SVÍCE APLIKOVAT?	28
— Co potřebujeme k aplikaci?	28
— Postup	29
— Kolik svící a v jakém intervalu aplikovat?	30
— Domácí vs. odborné použití	30
— Seznam míst, na která svíce nikdy neaplikujeme (kontraindikace)	31
— Další omezení	32
KONKRÉTNÍ POUŽITÍ	33
— Při jakých potížích je vhodné využít očistných účinků tělových svící?	33
— Nejčastější potíže a jejich řešení za pomoci svící	34

— Migrény, motání a bolest hlavy	34
— Chřipka, průdušky, kašel	34
— Alergie.....	35
— Kožní potíže	35
— Stres, strach, deprese, únava, podráždění	36
— Detoxikace organismu	37
— Zánět dásní nebo zubu, bolest zubů.....	37
— Bolesti páteře, krční, hrudní, bederní, kostrč	38
— Bolest břicha.....	39
— Gynekologické potíže – cysty, myomy	39
— Dutiny, rýma, ucpaný nos.....	39
— Hemeroidy.....	40
— Zánět vnitřního zvukovodu a bolest uší aneb mohu aplikovat svíci do ucha?	40
— Místa a jejich účinek	41
— Aplikace svíci u miminek	43
— Použití svíci u zvířat	44
JAK ZVÝŠIT ÚČINEK APLIKACE ANEB PSYCHOLOGIE BOLESTI..	45
— Éterické oleje mohou zvýšit účinek svíce	48
— Jak využít éterické oleje?	48
— Jak připravit masážní éterický olejíček?	49
— Jaký olej použít?	49
DUCHOVNÍ PŘÍČINY NEMOCÍ	51
REFLEXOLOGIE A AKUPRESURA	79
— Jaké jsou rozdíly mezi reflexní terapií a akupresurou?	79
— Reflexologie	82
— Princip reflexní masáže	82
— Různé pohledy na lidské tělo	86
— Akupresurní body	86
DIAGNOSTIKA EMOCÍ, TĚLA, Z APLIKOVANÉ SVÍCE A PRŮBĚH HOŘENÍ	112
— Diagnostika svíce při aplikaci.....	113
— Diagnostika v průběhu hoření	116

— Diagnostika vypálené svíce	117
— Opakovatelnost a četnost použití	125
PSYCHIKA JAKO PŘÍČINA VŠECH NAŠICH NEMOCÍ	127
— Když duše bojuje s myslí	127
— Duchovní život	128
— Na počátku bylo slovo	130
— Moudrost předků.....	133
ZÁVĚREM	135

O AUTOROVÍ



Jmenuji se Michal Ježek. Od mládí mě zajímaly základní principy fungování světa. Proč je nebe modré a lesy zelené? Proč je žena něhou a muž silou? Proč je láska krásná a proč je jí málo? Začal jsem pátrat po vzrušujícím lidském poznání a klást si pradávné lidské otázky. Kdo jsem já? Jsem Michal Ježek? Z jistého úhlu pohledu ano. Mé skutečné já, má duše, ale nemá jméno. Je něčím mnohem větším. Jsem světlem a láskou. Stejně jako vy. Ať už naše myšlenkové a spirituální směry nazývají naše bytí jakkoli, jsme prostě tvůrci našeho vesmíru. A je jen na nás, jakou formu tvoření si zvolíme. Já jsem se rozhodl poslechnout svou vášeň, a tak pomáhám lidem uzdravit jejich fyzické a emoční potíže. Jako terapeut vedu lidi k vědomému životu a pomocí moderních osvědčených technik citlivě pracuji s klienty na tom, aby se jednou provždy zbavili svých traumat.

Aby to nebylo jako ve známém rčení o kázání vody a pití vína, snažím se jít sám příkladem. Ve své práci patřím k terapeutům, kteří svou práci dělají srdcem a s nadšením. To, co radím lidem, se snažím také sám dělat. Důležité je především uvědomit si, že žít můžeme pouze v přítomném okamžiku, tady a teď.

Jsem výrobce tělových svící. Od roku 2008 se zabývám rozvojem osobnosti, komplexní prací s tělem a emocemi. Myšlenka propojení stavu psychiky a fyzických projevů v případě, že je psychická rovnováha narušena, je součástí mnoha linií alternativní, nebo lépe řečeno, celostní medicíny. Prošel jsem několika vzdělávacími kurzy a výcviky. Sám na sobě jsem vyzoroval, jak jednoduché techniky překvapivě dobře fungují. Začal jsem je aplikovat nejprve na rodině a následně pak na klientech. Jednou z těch technik, které mi učarovaly, se stala práce s ušními a tělovými svícemi. Tato metoda se mi stala doslova srdeční záležitostí, cestou, po které jsem se v holistickém léčení vydal. Sám svíce vyrábím, zásadně používám přírodní ingredience, vyhýbám se konzervantům, barvivům, zkrátka všemu, co je nepřírozené a narušilo by čisté složení svící. Věřím, že se tak léčba lépe dotkne fyzických či emočních potíží, se kterými za mnou klienti chodí. Se stejně čistým úmyslem pak přistupuji k léčení těchto problémů, které se mnohdy rozpustí jako vosk svíce. Tuto práci miluji a rád bych vám předal některé zkušenosti, abyste i vy, v pohodlí domova mohli pročistit, rozpustit či uvolnit některé fyzické a psychické diskomforty, a vrátit se do stavu harmonie. Můžete se touto cestou vydat se mnou, rád vás v knize budu doprovázet.

ALTERNATIVNÍ NEBO LI CELOSTNÍ MEDICÍNA

Alternativní medicínu bych definoval jako souhrn všech klinicky nepotvrzených metod léčení. Tyto metody mohou většinou vykonávat lidé, kteří nutně nemusejí mít univerzitní lékařské vzdělání. To neznamená, že jim chybí erudice, jen zdroj vědomostí leží mimo oficiálně uznané vzdělávací lékařské instituce. V současnosti vznikají centra, kde je možné některé techniky studovat pod dohledem dlouholetých praktiků, a zájemce o alternativní přístupy není odkázán pouze na samostudium. Naštěstí i běžná, alopatická medicína opět směřuje k trendu, kterým je léčení těla s ohledem na psychický stav, životní okolnosti, rodinnou anamnézu, atd. I univerzitní západní medicína se (doufejme) pomalu vrací k celostnímu přístupu.

Alternativní praxi v současnosti často vykonávají lidé, kterým běžná medicína nepomohla. Nevzdali boj s chorobou a tak dlouho hledali způsob, jak se nemoci zbavit a prostřednictvím třeba i dávno zapomenutých nebo na okraj odsunutých metod zdravotní potíže přemohli a zdraví si vzali zpět. Tito lidé jsou motivováni svým úspěchem, uvědomují si, jak obrovské tajemství drží ve svých rukou a mají potřebu předat je celému světu. Vzdělávají se, hledají různé zdroje informací, snaží se najít postup, kterým mohou svému okolí rychle pomoci.

Co je důležité a všem těmto metodám společné? Odpověď je opět jednoduchá. Tito léčitelé berou člověka jako souhrn několika částí. Nesnaží se oddělit jednotlivé orgány od těla, tělo od mysli a mysl od celé osobnosti a životních okolností. Velmi dobře chápou, že člověk je souhrnem duše, mysli a těla, a jedno bez druhého nefunguje. Proč? Protože ani jedno bez druhého neonemocní. Nezlomíte si ruku jen tak. Byli jste nepozorní, neměli jste rychlou reakční dobu. Vaše mysl byla zaneprázdněna. Duch nebyl tady a teď, mysl přemýšlela nad něčím v minulosti nebo budoucnosti, a to vše se odrazilo na vašem fyzickém těle. Nebudu vás přesvědčovat, že to tak je. Musíte na to přijít sami.

SEZNÁMENÍ SE SVÍCEMI

— RITUÁLY V NAŠEM ŽIVOTĚ

Použití svíce je rituál. Mnoho klientů si zvyklo používat svíce preventivně, protože je jim aplikace příjemná. Je to chvilka klidu, kdy si člověk uzme kousek dne jen pro sebe. Je sám se sebou a myšlenky může nechat volně plynout. Negativní emoce shoří v plameni svíčky a energie se ustálí.

Rituál je definovaný jako slavnostní zvyklost. Nepleťme si ale zvyklost se zlovykem nebo čímkoli negativním. Rituál je něco, co povznáší naše každodenní bytí a dává nám jistotu.

Rituály známe jako společenské události. Já si například vzpomenu na krájení jablka o Vánocích, nebo říkanku při velikonočním veselí. Takové rituály vznikaly v dobách, kdy na světě panovalo mnoho nejistoty ať už finanční, sociální nebo duchovní. Rituál byla zvyklost, která v tu danou chvíli spojovala všechny. Bohaté, chudé, hloupé i moudré. Můžeme v něm spatřit jistotu, vřelost a hlavně opakovanost, chcete-li stálost.

Právě v alternativní medicíně jsou rituály velmi důležitou součástí. Neustále nám připomínají témata, na která jsme se zaměřili a která následujeme. Případně připomínají, jaké změny v životě chceme uskutečnit.