

tego olejki otrzymane z eukaliptusa, lawendy, jałowca, owoców cytrusowych, sosny.

Feng Shui

Feng Shui jest sztuką aranżacji przestrzeni w taki sposób, aby pracowała ona na Twoją korzyść, tak aby wywierała oczekiwany wpływ na osoby w niej przebywające. Wokół tej metody narosło wiele kontrowersji. Jedni przypominają wielkie fałszerstwo jakiego dokonał profesor Lin Yn propagując tzw. siatkę bagua. /Po jej nałożeniu na plan dowolnego mieszkania można było zgodnie z jego teorią dowiedzieć się, które sfery życia są zagrożone niepowodzeniem. „Leczenia dokonać można było za pomocą umieszczenia odpowiednich remediów/. Inni, kiedy fałszerstwo wydało się, zaczęli propagować tradycyjne ujęcie feng shui. Obie grupy łączy wiara w to, że niezależnie od stopnia rozwoju cywilizacji i kultury pewne aspekty życia są niezmiennie, a ingerencją w przestrzeń może mieć swój założony wcześniej cel. Twierdzą, że dzięki zmianom w aranżacji wnętrza można zdobyć partnera, poprawić relacji domowe, finanse, pozyskać przyjaciół, klientów itp.

Dzwonki

Dzwony, dzwonki i dzwoneczki znane są w prawie wszystkich kulturach. Od wieków jest im przypisywana magiczna moc. Dźwięk dzwoneczka zniechęca nie-widzialne istoty i oczyszcza przestrzeń. Naukowcy udowodnili, że dźwięk dzwoneczków ma hamujący wpływ na rozwój chorób zakaźnych, pleśni, grzybów i pasożytów, odpędza ciężką depresję i myśli samobójcze! Dzwonek lub dzwonki powieszony w pobliżu drzwi swoim dźwiękiem zapraszają dobrą energię do domu.

Na spotkaniu dowiesz się więcej, zapraszam Anna Marciniak

ANNA MARCINIAK - psycholog, terapeuta, absolwentka Akademii Teologii Katolickiej w Warszawie.

Od 20 lat pracuje z pacjentami indywidualnymi i „parami”.

Autorka licznych artykułów i audycji poświęconych odmienności psychiki i przestrzegania świata przez mężczyzn i kobiety. Zwolenniczka pojednania i możliwości uzyskania porozumienia w związkach osobistych i zawodowych. W praktyce psychologicznej ciągle poszukuje nowych metod, unika rutyny i przywiązania do schematów. Zajęcia w większych grupach prowadzi w oparciu o programy autorskie.

Wydała m.in. publikację „Osiągnąć sukces w kontaktach z płcią przeciwną”, serię broszur pod wspólnym tytułem „Co ja źle robię?”. W Wydawnictwie Wilga jest autorką tekstów w miesięczniku „Między nami kobietami”.

Jest częstym gościem programów telewizyjnych i radiowych. W ramach autorskiego programu „Sukces w kontaktach z płcią przeciwną” wydała 3 płyty: *Początek znajomości*, *Pierwsza randka*, *Porozmawiajmy*. Między innymi brała udział w charakterze eksperta w programach: Ewy Drzyzgi „Rozmowy w toku”, „Kawa czy herbata”, „Dzień dobry TVN”, w filmowym reportażu TVP info, współpracowała z Radiem Lublin oraz Radiem Rytm, gdzie prowadziła cyklicznie audycję „Godzina z Czarodziejską Różdżką”.

Jest autorką terapii relaksacyjnych ukierunkowanych na przeciwdziałanie stresowi i podniesienie poczucia wartości.

Ukończyła szkolenia organizowane przez Towarzystwo Hipnozy Terapeutycznej i Badań nad Hipnozą oraz szkolenia NLP. W jej dorobku znajduje się program nastawiony na podniesienie samooceny i samoakceptacji oparty o autosugestię. Jest również autorką innowacyjnej metody pokonania napięcia związanego z egzaminami.

Od lat aktywnie działa w akcjach edukacyjnych na rzecz porozumienia płci, np. „Festiwal dwie połówki”. Współpracuje z „Dziennikiem Wschodnim” pisząc do rubryki poświęconej relacjom międzyludzkim.



Spotkanie z psychologiem i terapeutą

Anną Marciniak

Prawdy i mity o oczyszczaniu domów



Nasz dom to nie tylko cztery ściany, dach oraz kilka ulubionych mebli. To przede wszystkim azyl, w którym możemy się schronić. W tym miejscu mieszkamy, śpimy, marzymy. Aby nic nie zakłócało naszego życia, w domu powinna być pozytywna energia.

Zdarza się jednak, że tak nie jest. Niestety, bardzo trudno jest dostrzec wroga niewidzialnego, działającego podstępem, tak że nawet nie mamy pojęcia o jego istnieniu. Wyrządza szkody, ale nikt nie wie, gdzie go szukać. Pomysłowość na oczyszczenie domu jest wiele, czasem są to sposoby zwyczajne związane z logicznym myśleniem, a czasem rytualne, zaczerpnięte z kultury pogańskiej. Popularne są również metody pochodzące z innych kultur, np. chińskiej. Warto je poznać bliżej, a dopiero później zastanowić się nad tym co jest godne uwagi, a co jest kompletną bzdurą.

Wietrzenie

Pora roku nie może być przeszkodą dla dostępu świeżego powietrza w przestrzeni mieszkalnej. Nie musisz robić przeciągów, ważne, by zapewnić dostęp czystego, świeżego powietrza, które zabierze domowe wyziewy.

Następny etap to porządkowania przestrzeni wokół. Pozbycie się rzeczy niepotrzebnych da ci potencjalną możliwość wprowadzenie w życie korzystnych zmian

Kiedy zauważysz, że w szafie, w szufladach, na półkach robi się ciasno, włącz dzwonek alarmowy. Ciasnota sprzyja złej wentylacji, czujemy wtedy zaduch, który wytwarza się wśród długo nie używanych /nawet czystych/ rzeczy. Jeśli stale ci czegoś szkoda wyrzucić, wierzysz, że dobierzesz nowe rzeczy do starych to trudno ci będzie uczynić rewolucję w swoim życiu. Tak jak codziennie myjemy ręce, tak powinniśmy dbać i o przestrzeń, w której są nasze rzeczy. Im więcej ma-

my rzeczy, tym rzadziej z nich korzystamy, tym bardziej jesteśmy związani z przeszłością. Badania dowodzą, że ludzie żyjący w zagraconych domach, wśród stert starej odzieży, częściej odczuwają stagnację i brak perspektyw.

Świece

Oczyszczającej mocy ognia nie można porównać z niczym innym!

Czasem jedynym dostępnym źródłem ognia w domu jest świeca. Warto je zapalać w tych miejscach domu, które są centrum złych i dobrych wydarzeń. Zachęcam, aby jak najczęściej celebrować romantyczne wieczory z mnóstwem świec. Można też bez okazji zapalić kilka świec, kameralna i ciepła atmosfera doskonale wpłynie na wszystkich domowników.

Aromaty

Zmianę w życiu można ugruntować nowym zapachem, który będzie symbolem podjętych decyzji i zaznaczeniem nowego etapu w naszym życiu.

Naturalne aromaty spalanych ziół i kadzideł dobrze wpływają na atmosferę w domu, poprawiają nastrój i samopoczucie, pobudzają potencjał twórczy. Najważniejsze, aby znaleźć „swoje” aromaty

Podłoga

Czystość zaczyna się od podłogi, bo na niej gromadzi się wszystko, co przynosimy ze świata do domu. Mycie podłogi wodą z dodatkiem wywaru z ziół takich jak piołun, dziurawiec, uczeń, jałowiec i sosna doskonale oczyszcza i eliminuje „szkodliwe fluidy”. Kilka razy w roku, należy umyć podłogi ręcznie, oczyścić aromatycznym płynem każdy kąt.

Dla dodatkowego oczyszczenia i odświeżenia powietrza można rozpylić przy podłodze kilka kropli olejku eterycznego wymieszanego z wodą. Nadają się do



Spotkanie z psychologiem i terapeutą **Anną Marciniak** Prawdy i mity o oczyszczaniu domów



Spotkanie z projekcją filmów odbędzie się
w środę 15 lutego 2017 r. o godz. 18.30
w sali widowiskowej Domu Kultury LSM
w Lublinie, ul. K. Wallenroda 4a, tel. 81 743 48 29
www.domkulturyism.pl
Wstęp wolny