

КЛЕТЪЧНО ПРОБУЖДАНЕ

Барбара Рен

Как тялото задържа и създава светлина

СЕРИЯ • ЗАРАВЕ •



КЛЕТЪЧНО
ПРОБУЖДАНЕ

За автора

Барбара Рен преподава и изнася лекции повече от 27 години, учейки хората на различен подход към здравето чрез хранене и лечебни техники. Тя винаги е вярвала, че свързването на индивида със собствената му вътрешна мъдрост е единственият истински път към възстановяване на целостта и постигането на щастие в танца на универсалните закони и ритми.

Създаденият от нея Институт по естествено хранене прилага уникален подход, който води към излекуване на тялото, така че то да може да откликва положително на извършващите се промени.

За повече информация за Барбара и нейната работа, посетете www.natnut.co.uk.

За книгата

Въз основа на дългогодишната си практика Барбара Рен споделя едно ново виждане за човешкото тяло и лечебния процес. Тя посочва, че всеки притежава потенциал да се излекува и този потенциал е свързан със ставащото в тялото на клетъчно равнище. Книгата представя подход, с помощта на който клетките ще се пробудят и ще бъдете в хармония с универсалната мъдрост. Когато осъществите връзка с универсалните енергии, вие задълбочавате и връзката с вашата истинска същност, а вътрешното знание води до решение на всеки проблем.

Посланието на Барбара Рен към читателя е той да поеме отговорността за собствения си живот, за да се радва на здраве, щастие и свобода. Ако здравословното ви състояние не е добро, тази книга ще ви даде разбиране за себе си, което ще ви помогне да намерите изцеление. Ако се радвате на добро здраве, ще обогатите съзнанието си и ще станете по-силни.

С Е Р И Я • З Д Р А В Е •

КЛЕТЪЧНО ПРОБУЖДАНЕ Барбара Рен	ПРАВИЛНИЯТ НАЧИН НА ЖИВОТ ЗА ВАШАТА КРЪВНА ГРУПА Д-р Питър Д'Агамо и Катрин Уитни
ТАЙНИТЕ НА ЩИТОВИДНАТА ЖЛЕЗА Д-р Оливие Лакурей, г-р Алфред Вернер и г-р Жером Клер	ПРАВИЛНИЯТ НАЧИН НА ЛЕЧЕНИЕ И ХРАНЕНЕ ЗА ВАШАТА КРЪВНА ГРУПА. ПЪЛНА ЕНЦИКЛОПЕДИЯ Д-р Питър Д'Агамо и Катрин Уитни
ЧУДОТО НА МАГНЕЗИЯ Д-р Димитър Пашкулев	ПРАВИЛНИЯТ НАЧИН НА ХРАНЕНЕ СПОРЕД КРЪВНАТА ГРУПА НА МАЙКАТА И БЕБЕТО Д-р Питър Д'Агамо и Катрин Уитни
МЕДИЦИНАТА НА СВ. ХИЛДЕГАРД ЗА ЖЕНИ Д-р Клаус Шулте-Юбинг	ХРАНЕНЕ СПОРЕД ГЕНОТИПА Д-р Питър Д'Агамо
ЧУДЕСА НА ЛЕЧЕНИЕТО С ПРАНА Мастър Чоа Кок Сюи	СЪВЪРШЕНОТО ЗДРАВЕ Д-р Дунак Чонпра
ЛЕЧЕНИЕ С ПРАНА ЗА НАПРЕДНАЛИ Мастър Чоа Кок Сюи	КВАНТОВО ЛЕЧЕНИЕ Д-р Дунак Чонпра
РЕЙКИ – ЦЯЛОСТНО РЪКОВОДСТВО Даян Стейн	ЦЯЛОСТНА СИСТЕМА ЗА САМОЛЕЧЕНИЕ Д-р Стивън Томас Чан
РЕЙКИ – РЪКОВОДСТВО ЗА УЧИТЕЛЯ Даян Стейн	ЙОГА, ПЪЛНО РЪКОВОДСТВО Шивананда йога център
МЕДИЦИНСКА ЕНЦИКЛОПЕДИЯ ЗА ВСЕКИ ДОМ Робърт Е. Ротенберг	ЙОГА ПРИ ЧЕСТО СРЕЩАНИ ЗАБОЛЯВАНИЯ Д-р Нагендра, г-р Нагаратхна, г-р Робин Мънро
ХРАНЕНЕ СПОРЕД ГЕНОТИПА Д-р Питър Д'Агамо	МАЛЪК НАРЪЧНИК ПО ЙОГА НА СМЕХА Кристоф Емелман
ПРАВИЛНИЯТ НАЧИН НА ХРАНЕНЕ ЗА ВАШАТА КРЪВНА ГРУПА Д-р Питър Д'Агамо и Катрин Уитни	МАЛЪК НАРЪЧНИК ПО ЙОГА И МЕДИТАЦИЯ Ролф ХЕРКЕРТ
ПРАВИЛНИЯТ НАЧИН НА ГОТВЕНЕ ЗА ВАШАТА КРЪВНА ГРУПА Д-р Питър Д'Агамо и Катрин Уитни	

КЛЕТЪЧНО ПРОБУЖДАНЕ

Барбара Рен

Как тялото задържа и създава светлина

Превод от английски Станислава Миланова



*Ако искате да закупите книги на „Кибеа“,
можете да ги поръчате чрез най-близкия до вас
книготърговец, или на телефон 02 988 0193,
както и на електронните ни пощи
bookstore@kibea.net и office@kibea.net.*

ЦЕНТЪР ЗА КНИГИ И ЗДРАВЕ „КИБЕА“

София 1000, ул. „Д-р Вълкович“ №2А
(близо до ул. „Ангел Кънчев“ и ул. „Солунска“)

Фирмена книжарница: 02 988 01 93

Barbara Wren
CELLULAR AWAKENING

How your body holds and creates light

© Barbara Wren, 2009

Всички права запазени.

© Издателска къща „Кибеа“, 2011

© Станислава Миланова, превод, 2011

© Красимира Деспотова, графичен дизайн, 2011

ISBN 978–954–474–560–8

На моята баба, Джейн,
която от ранна възраст ме научи,
че любовта движи света.

*Човешкото тяло е най-доброто изображение на вселената
в миниатюра. Което не съществува в човешкото тяло,
не може да бъде открито във вселената, а което съществува
във вселената, може да бъде открито в човешкото тяло.*

М А Х А Т М А Г А Н Д И

Съдържание

ПРЕДГОВОР ОТ АНДИ БЕГОТ	11
БЛАГОДАРНОСТИ	14

ЧАСТ I

ТЯЛОТО В СЪЗВУЧИЕ С ВСЕЛЕНАТА

ГЛАВА 1	Свързване с вътрешната мъдрост	17
ГЛАВА 2	Водата: течният кристал от горе до долу	35
ГЛАВА 3	Светлината: свързващата нишка	55
ГЛАВА 4	Универсалните цикли, с които танцуваме	67
ГЛАВА 5	Принципите на изцелението	79
ГЛАВА 6	Трайни насоки	98

ЧАСТ II

ДА ТАНЦУВАМЕ С ЕСТЕСТВЕНИТЕ РИТМИ

ГЛАВА 7	Намерете сила в личната си история	119
ГЛАВА 8	Трите етапа на лечението	146
ГЛАВА 9	Магията на техниките	166
ГЛАВА 10	Заключителни мисли	216

Приложение I	Три кратки истории на болестта	225
Приложение II	Йог	234

Речник на термините	238
---------------------------	-----



Предговор

Анди Бегот

Първия път, когато срещнах Барбара Рен, мигновено харесах нейната енергия. Барбара говори много сериозно за здравето и изцелението, но винаги с блеснали очи. Най-прекрасното и ободряващо в нейното учение е, че то те свързва с дълбоко вътрешно знание. Във всичко, което тя казва, има последователност и здрав разум и това достига до определени чувства, които всички сме имали в миналото, но може би сме отпъдили. Барбара говори откровено, защото самата тя живее в съгласие с философията си. Въпреки че когато се запознахме, аз вече имах дълбоко познание за здравето и изцелението, нейното обяснение за това как задържа и използваме светлината, ме вдъхнови да се уча от нея. В течение на две години опознавах тялото и неговата връзка с по-голямата вселена по начин, който ме отведе дълбоко навътре в мен. Основната философия на Барбара е свързана с личната отговорност и добиването на сила и тъкмо това прави работата ѝ така привлекателна. Тя приканва всички свои ученици да поемат контрол над живота си и да предприемат пътуване към по-дълбоки нива на здравето, щастието и свободата.

Ако здравословното ви състояние не е добро, независимо дали от давна или отскоро, тази книга ще ви даде с разбиране за себе си, което ще ви помогне да намерите истинско и дълготрайно изцеление. Ако вече сте поели по пътя на изцелението, ще откриете инструменти,

способни да ускорят процеса и да ви донесат бърза и мощна промяна. Когато открих учението на Барбара, вече от години се радвах на здраве и щастие. Може би ще си помислите, че в такъв случай тя не е имала какво толкова да ми предложи, но нищо не би могло да бъде по-далеч от истината. Аз изпробвах учението ѝ, проучих множеството видни лекари, учени и философи, които са я вдъхновявали, и пътешествието, което предприех, наистина промени живота ми. В съзнанието ми настъпиха толкова много промени, а разбирането ми за здравето и изцелението се обогати с толкова много нови неща, че продължавам да бъда развълнуван и изумен от моществото на процеса.

Барбара не само споделя философията си, но и повече от три десетилетия помага на хората да бъдат по-цялостни и силни в живота си. През това време тя е натрупала в „лекарската си чанта“ прекрасни инструменти, които използва изключително резултатно, за да подпомага позитивната промяна в собствения си живот и в живота на всички, които през годините са търсили мъдростта ѝ. В тази книга тя споделя с вас тези инструменти и ви приканва да ги изпробвате, за да усетите тяхната сила. Горещо ви препоръчвам да го направите, за да промените живота си. Представете си, че имате прекрасен автомобил и изведнъж откривате, че вътре в себе си носите цялото знание, необходимо, за да го поддържате в идеално състояние. Добавете към това всички инструменти, които ви трябва за целта, и никога повече няма да ви се наложи да търсите автомонтъор. Барбара оприличава тялото на автомобил и ни показва как можем да открием знанието, скрито във всеки от нас, за да го поддържаме в максимално добро състояние.

Уча от много години, но учението на Барбара е сред най-могъщите, до които съм се докосвал. Тя е истински визионер. След като приложих и изпробвах наученото от нея в собствения си живот и в живота на моите пациенти, мога да кажа с абсолютна увереност, че действва. Но не приемайте думите ми на доверие – опитайте сами. Мисля, че ще се изумите от това колко различно може да се чувствате.

Барбара има философия, подходяща за времето, в което живеем. Тя помага на хората да се свържат с истинската си същност и да се чувстват силни. Учението ѝ е разумно и ни осигурява ново виждане за здравето и изцелението. Тази книга разбулва мистерията на здравето и ви дава контрол над вашата същност и развитие. Барбара не иска от вас да вярвате на думите ѝ, тя ви приканва лично да проверите истинността им. Всеки от нас е роден с вътрешно знание за същността и мисията си, но мнозина са го забравили и животът ги е отклонил от пътя. Барбара ни призовава да поемем пълната отговорност за съществуването си и да си припомним колко прекрасни и изумителни сме всъщност. Ние сме същества, които разцъфтяват от светлината и са в състояние да я задържат в себе си и около всяка клетка в тялото. Това придава изцяло ново значение на идеята за просветлението и отваря ума за нови възможности. Затова седнете, отпуснете се и се пригответе да откриете вашия изумителен потенциал.