instagram.com/harmonija_knjige
facebook.com/harmonija_knjige
www.harmonijaknjige.rs

Naslov originala:
Mona Lisa Schulz
The Intuitive Advisor: *A Psychic Doctor Teaches You How to Solve Your Most Pressing Health Problems*

Copyright © 2009 by Mona Lisa Schulz
Originally published in 2009 by Hay House Inc. USA
Za izdanje na srpskom jeziku © Publik praktikum 2019

ZA IZDAVAČA:
Marko Sabovljević

GLAVNI I ODGOVORNI UREDNIK:
Marina Sabovljević

UREDNIK IZDANJA:
Milica Simić

PREVOD:
Mirjana Kefer

LEKTURA I KOREKTURA:
Borka Slepčević

DIZAJN KORICE:
Siniša Subotić

ŠTAMPA:
Alpha print, Zemun

TIRAŽ:
1000

IZDAVAČ:
Publik praktikum
Dobrovoljačka 10/I, Zemun
office@publikpraktikum.rs
011/4202 544; 011/4202 545

Sva prava su zadržana. Nijedan deo ove knjige ne sme se kopirati ni prenositi u bilo kom obliku ili bilo kojim sredstvima, elektronskim ili mehaničkim, uključujući fotokopiranje, snimanje ili bilo koji sistem za skladištenje i pretraživanje informacija, bez pismenog odobrenja izdavača.

CIP - Каталогизација у публикацији
Народна библиотека Србије, Београд

ISBN 978-86-6035-648-4
COBISS.SR-ID 276106764

DR MONA LIZA ŠULC

INTUITIVNI SAVETNIK

HARMONIJA

U portugalskom miljeu, iz kog potičem, postoje *madrinhas* – kume kojima se obraćamo i u radosti i u bolu. Kerolin Mejs i Liza Gorman savršeno se uklapaju u tu sliku. Vole i grle kada je to prikladno. Vrište, viču i prete kada je kritično. Govore mi da štedim kada preteram s kreditnim karticama. Opominju me kada vozim „prokleto brzo". Skreću mi pažnju kada se ne hranim zdravo ili kada unosim previše šećera.

Madrinhas su uvek sjajne kuvarice – Kerolin i njen prokelj, šargarepa i piletina; Liza i njen čokoladni hleb s bananama i rugelač kiflice.

Možete računati na to da će i Kerolin i Liza biti brutalno iskrene kada ih budem pitala šta misle o prvoj skici ove knjige. („Ovaj intro je @#%$#, ML." „Mrzim ovo. Ovo ne razumem. Šta pokušavaš da kažeš?") I Liza i Kerolin su u stanju da me nateraju da se rasplačem poput bebe ili smejem poput hijene, i to u roku od pet sekundi.

Ne samo da ova knjiga ne bi bila napisana bez ovih velikih *madrinhas* već ja verovatno ne bih ni bila živa bez njih. Kerolin mi je pomogla da promenim svoj kruti akademski stil i napišem ovu knjigu. Većina zna da je briljantan pisac i medicinski intuitivna osoba, ali ne i da može da bude i sjajan urednik knjiga. Kerolin mi takođe uputi „onaj pogled" uvek kada radim stvari koje mi uništavaju zdravlje. Liza je bila jedinstvena sila na koju sam mogla da računam u ličnom i privatnom životu, kao i kad je u pitanju zdravlje. Pružala mi je podršku punu ljubavi, vozila se dugo sa mnom kolima, jela u usputnim restoranima... Jednostavno, ne znam šta bih bez nje.

Obema *madrinhas*, Lizi Gorman i Kerolin Mejs, mojim najbližim savetnicama, vama posvećujem ovu knjigu s mnogo ljubavi i odanosti.

SADRŽAJ

Predgovor Kerolin Mejs.....9

DEO I: **KORIŠĆENJE MEDICINSKE INTUICIJE**

Uvod: Kako sam uopšte počela da se bavim medicinskom intuicijom.....17

Prvo poglavlje: Sedam pravila za intuitivno zdravlje.....31

Drugo poglavlje: Intuitivna intervencija: Priprema za promenu uma i tela 51

DEO II: **IDENTIFIKOVANJE I REŠAVANJE ZDRAVSTVENIH PROBLEMA**

Treće poglavlje: Prva čakra: „Vodi me kući" (Zdravlje krvi, imunološkog sistema, kostiju, zglobova i kože).....67

Četvrto poglavlje: Druga čakra: „Imam te, mala" (Zdravlje donjeg dela leđa, urinarnog trakta i reproduktivnih organa) 95

Peto poglavlje: Treća čakra: „Dovoljno snažan/a" (Zdravlje sistema za varenje, prekomerna težina i problemi zavisnosti) 123

Šesto poglavlje: Četvrta čakra: „Drugačija ljubavna pesma" (Zdravlje srca, grudi i pluća)..... 155

Sedmo poglavlje: Peta čakra: „Ne idi, mala" (Zdravlje vrata, tiroide i usta) 183

Osmo poglavlje: Šesta čakra: „Kad bih mogao/la da vratim vreme” (Zdravlje mozga, očiju i ušiju) 213

Deveto poglavlje: Sedma čakra: „Svirka se nastavlja” (Bolesti opasne po život i bliski susreti sa smrću) 245

Pogovor: Zašto ne ja? 277

PREDGOVOR

Svi se rađamo s intuitivnim sposobnostima. To što nismo svi u skladu sa svojim unutrašnjim glasom druga je stvar, ali svi se rađamo s intuitivnim instinktom za preživljavanje koji aktivira, na primer, naš mehanizam bori se-ili-beži, kao i instinktivnu reakciju prilikom upoznavanja s nekim novim koja govori da li verujemo toj osobi ili ne. Ovaj smisao za preživljavanje usklađen je i sa zdravljem. Na načine koji su istovremeno neverovatni i povremeno dosadni, opominje nas da bi trebalo više da vežbamo ili da povedemo više računa o tome šta jedemo. Unutrašnji glas je u toj meri podešen da će, ako je potrebno, dopreti do nas u snovima i preneti nam poruku da smo na dobrom putu da se suočimo sa ozbiljnim zdravstvenim problemima ako ne promenimo ono što radimo ili ne odemo na lekarski pregled. Kada bismo obraćali više pažnje na intuiciju preživljavanja, ne bi nam bila potrebna pomoć ljudi spolja u dobijanju neophodnih informacija u onoj meri u kojoj mislimo da nam je potrebna. Naša intuicija preživljavanja unutrašnji je lekar koji je svakom od nas obezbedila sama priroda.

Mona Liza Šulc je u *Intuitivnom savetniku* proširila glas našeg unutrašnjeg lekara i napisala vodič kroz osnovne šablone sistema čakri koji skicira odnos između ovih sedam centara moći i stresnih poremećaja koji se vezuju za njih. Intuiciju ćete najviše pojačati ako svesno prihvatite da je ona nerazdvojiva od vlastitog sistema, i ovaj profil sistema čakri upravo je tip podataka koji vam je potreban za obrazovanje vlastite intuicije. Kad shvatite ovaj sistem, obezbedićete svojim intuitivnim sposobnostima vokabular i unutrašnju referentnu biblioteku koja overava vaše instinktivne odgovore.

Često odbacujemo intuitivne nagoveštaje jer predstavljaju brze, prolazne deliće energetskih podataka koje je teško povezati s fizičkim dokazom. Ili ih odbacujemo jer nam se ne dopada informacija koju od njih dobijamo. To je čest slučaj kada je zdravlje u pitanju, što sam i lično iskusila kao učitelj na ovom polju.

Medicinska intuitivna čitanja predstavljaju najizazovniji tip intuitivnih očitavanja koji treba savladati, što je i razumljivo jer je reč o zdravlju, a na zdravlje utiče mnogo faktora. Izuzetno je složeno pokriti svet emocija, mentalne dinamike, psihičkih faktora, seksualnosti i fizičke bolesti. Ništa nije jednostavno kada je u pitanju medicinsko intuitivno čitanje.

Pa ipak je vaš intuitivni sistem podešen na svaku nit psihičkog polja, na svako sećanje, svaki strah, nadu i ćeliju u vašem telu. Neverovatno je čak i što to znate. Koliko zapravo *želite* da znate o sebi, predstavlja veći izazov od toga da li ste u stanju da se priključite na ovu informaciju. Ja već znam da se svako rađa sa sposobnošću da se priključi.

Neverovatno, kako su godine prolazile, shvatila sam da u svom radu tragam za različitim stvarima kod ljudi. Nekada sam se više usredsređivala na probleme vezane za bolest, a sada me više privlači izučavanje drugih stvari – na primer, zašto smo toliko vezani za vlastita ustrojstva patnje. Patnja je centralna tema u našoj kulturi, i među mnogim razlozima zašto ljudi svesno pate jeste i taj da nismo u stanju sebe da nateramo da reagujemo na vlastito intuitivno vođstvo. Čin samoizdaje, izvan svake sumnje, razlog je što sami sebi nanosimo toliko nemerljivog bola. Ironija je u tome što sebe sada smatramo intuitivnim, a slušanje intuitivnog glasa i reagovanje na njega i dalje neizmerno plaši većinu pojedinaca.

Ovu knjigu smatram još jednom prekretnicom u pomaganju ljudima da prebrode duboku neprijatnost koju u njima izaziva vlastiti intuitivni glas. Što se toga tiče, Mona Lizin doprinos na polju isceljenja i te kako je nužan. Uostalom, napisala je ovu veoma nadahnutu i informativnu knjigu o tome kako da se usaglasimo s vlastitim zdravstvenim sistemom s mnogo humora, uvida i pouzdanih informacija – što i te kako može da vam promeni život. Priče o mnogim čitanjima koja je obavila za svoje klijente i koje je podelila s vama ne samo da su zabavne već svaka predstavlja dragulj istinske mudrosti. Osim toga, treba ceniti korist koju je svaka osoba imala samo od jednog čitanja, jer je mogla da koristi nivo informacija koje Mona Liza sada iznosi u ovoj knjizi.

Kao medicinski intuitivna osoba, u radu s kolegom C. Normanom Šilijem, doktorom medicine, koristila sam sistem čakri dvadeset pet

godina. Kombinacija fizičke anatomije i energije anatomije omogućava da zdravstvena pitanja posmatramo u sasvim novoj svetlosti. Mogućnost da diskutujemo o tome kako i zašto pacijent gubi moć zbog straha, duhovne krize ili traume koji i dalje žive u njegovoj psihi, a samim tim i u ćelijskom tkivu, redefinisala je naš pristup lečenju sebe. Stekli smo potpuno novo i kompletnije razumevanje toga ko smo i kako funkcionišemo jer znamo za ljudski energetski sistem i njegovu povezanost s fizičkom anatomijom.

Ako ćemo pravo, ne možete sebi dozvoliti da *ne* poznajete vlastitu energetsku anatomiju, svoj sistem čakri. Ne možete dozvoliti da *ne* pročitate ovu knjigu. Mona Liza je napisala ono što smatram suštinskim radom o ljudskom energetskom sistemu, koji je više od udžbenika, jer je njen cilj da obrazuje vas čitaoce, dok vas istovremeno još više usaglašava s intuicijom potrebnom za preživljavanje. Kao neko ko ju je pratio dok je pisala ovu knjigu sa strašću, srdžbom, panikom i posvećenošću, mogu sa sigurnošću da kažem da je u svaku stranicu unela i srce i dušu, kao i svoj beskompromisni genije. Ona je izuzetno medicinski intuitivna, ona je naučnica i lekar; ali još više od toga, ona je moja draga prijateljica.

Očigledno je da nisam nepristrasna kada je u pitanju Mona Lizino pisanje, ali sam stroga kada je reč o mojim standardima kao učitelja, pisca i medicinski intuitivne osobe. Zaista verujem da će vam ova knjiga pomoći da probudite svoje unutrašnje sposobnosti i da će vam možda čak pomoći da izbegnete ozbiljnu bolest. Imajući to u vidu, verujem da je ova knjiga sada potrebnija čak i više nego što je Mona Liza toga svesna.

– Kerolin Mejs

DEO I

Korišćenje medicinske intuicije

Napomena čitaocu

Informacije iz ove knjige nisu date kao zamena za medicinsku negu. Ako imate medicinski ili emocionalni problem, posetite svog lekara ili nekog drugog praktičara s licencom u svojoj oblasti. Medicinska intuicija ne postavlja dijagnozu bolesti niti prepisuje specifično medicinsko lečenje. Medicinske odluke treba da donosite jedino sa svojim lekarom s kojim ste izgradili odnos poverenja.

Kada je bolest u pitanju, ljudska ranjivost ne može se svesti na samo jedan fizički ili emocionalni uzrok. Brojni genetski, nutricioni, ekološki, emocionalni i drugi nepoznati faktori doprinose razvoju bolesti i oboljenja. Svako naučno ispitivanje ima određena ograničenja. Pacijenti bi trebalo da rade sa svojim zdravstvenim radnicima i sami istraže koji problemi, veze, navike i situacije u njihovom životu doprinose pojavi bolesti i koja su im medicinska, biljna i nutriciona rešenja na raspolaganju kako bi povratili zdravlje.

Studije klijenata i medicinska intuitivna čitanja iznete u ovoj knjizi predstavljaju mešavinu nekoliko sličnih slučajeva. Nijedan od njih ne predstavlja jednog pojedinca koji se može identifikovati. Pol partnera i dece često je promenjen; a zanimanja, imena i lokacije izmenjeni. Svaka sličnost s imenom ili identitetom bilo koje stvarne osobe je slučajna.