



Przykład z Życia

**Jak powiększyć, a potem
zmniejszyć piersi dzięki
medytacji i w czasie
odchudzania...**

Paweł R. Stań

Źródło 21-06-2024: <https://prekognicja.pl/inspiracja/jak-powiekszyz-piersi-lub-zmniejszyc/>

Jak powiększyć piersi dzięki medytacji?

Jak zmniejszyć piersi dzięki medytacji?

Jaki mają wpływ myśli na ciało?

Efekty medytacji *Piękne Ciało Piękny Biust* – przykład z życia.

Jak mieć **większe piersi** bez skalpela?

Co zrobić, żeby mieć **mniejsze piersi**?



W tym wpisie będzie o **wpływie medytacji na ciało fizyczne** – konkretny przykład wykorzystania umysłu, świadomości, podświadomości do zmiany swojego wyglądu.

Nie będę jednak pisał, jak to wyglądało z mojej strony, ani przytaczał opisu założeń i [celu medytacji](#).

Zebrałem tylko kilka maili (fragmentów) z naszej korespondencji – wnioski pozostawiam Tobie.

(Miło mi wiedzieć, że czasami to, co tworzę, pomaga w rozwoju, w przekraczaniu swoich granic, w osiągnięciu celów...)

Tytułem wstępu, kilka dni temu dostałem od Magdy maila, jak na obrazku, i to oderwało mnie od rzemieślniczej pracy, a zainspirowało do tego wpisu.

Magda na początku korzystała z medytacji „**Piękne Ciało, Piękny Biust**,,, której celem jest jednocześnie [odchudzanie i powiększenie piersi](#).

Efekty tej praktyki medytacji okazały się „za dobre”. **Większe piersi**, to większe obciążenie dla kręgosłupa. Zbyt duże piersi, to zbyt duże obciążenie dla kręgosłupa i w dłuższym czasie nie wpływa to korzystnie na kręgosłup. Choć na początku myślałem, że może to „samo minie”, to nie minęło i w efekcie powstało dla Magdy nagranie na **mniejsze piersi**. Tak to było...

18.05.2016 – inspiracja do medytacji

*i drugie pytanie: słuchałam Pańskich nagrań piękne ciało piękny biust i co prawda schudłam 12 kg, ale mam rozmiar biustu większy o 3 miseczki niż przed schudnięciem i jest to tragedia, bo mnie boli kręgosłup piersiowy. Ta sugestia o magnezie dla komórek tłuszczowych trochę za bardzo zadziałała w moim przypadku. Chciałabym **zrzucić tłuszcz z piersi, ale żeby nie zwiotczały** czyli były normalne.*

10.10.2016 – medytacja nagrana

Dziękuję za nagranie na piersi!!!!

Już dzisiaj spróbuję!!!

Po Pańskim odchudzaniu mam już 15 kg mniej

25.10.2016

nagrania 3

1, to były afirmacje (te z pcph)

2, pragnienie/programowanie

3, aktywacja

19.11.2016 – proces medytacji i pierwsze efekty

*Dostałam od Pana nagranie **mniejsze piersi** i chciałabym się w związku z tym podzielić spostrzeżeniami.*

*Na początku medytowała PCPB 1, jak Pan sugerował, potem „Mniejsze piersi 2”, a od końca października „Mniejsze piersi3”. Wiem, że nie wolno stopniować i, że każdy reaguje inaczej, ale ta medytacja na mnie lepiej zadziałała niż PCPB. W ciągu 3 tygodni mniej więcej bardziej się czuję sprężysta w całości i mam **efekty ok 1/2 miseczki mniej, ale uwaga, uwaga! Moje piersi lepiej leżą.***

(Do oceny posłużyłam się metodą stosowaną w chirurgii plastycznej (wymaga asysty) trzeba stanąć prosto, ściągnąć łopatki i mierzy się długość w centymetrach, tzw. międzysutkową – centymetr przykłada się do 1 sutka, potem taśmę zawija się za szyję aż do drugiego). Odległość ta jest mniejsza o 3 cm , czyli moje piersi podniosły się o 1,5 cm każdy.

Dziękuję za nagranie i polecam innym

P.s.

Może Pana zdziwiły te pomiary antropometryczne zastosowane przeze mnie do oceny skuteczności medytacji, ale jako lekarz muszę mieć twardy dowód w postaci pomiaru, a nie „wydaje mi się”

31.12.2016 – dokumentowanie skutków medytacji

Zainspirowałam się zdjęciami ryżu (wpis na blogu: [fizyczny dowód na działanie afirmacji](#)) i zaczęłam dokumentować swoje efekty medytacji, te które mogę.

Jeśli chodzi o dwupunkt – nie mogę tego sfotografować, ale udało mi się tą metodą pozbyć jednej osoby, która się przyczepiła i przez kilka

lat – od 2011 roku mnie wykorzystywała – udało się po 2 sesjach i to tak, że w tej sprawie wsparły mnie osoby mające do niej stosunek neutralny lub ... lubiące ją – żałuję, że dopiero teraz to zrobiłam, że miałam taki pomysł, bo dwupunktem zajmuję się od około roku, ale na inne intencje.

*Dokumentuję fotograficznie **efekty medytacji „mniejsze piersi”** – na zdjęciach widać efekty. Zamierzam zrobić podsumowanie 3 miesięcy licząc od 25 października 2016 roku*

12.06.2017

Projekt mniejsze piersi nie został zakończony, słuchałam 3 miesiące i są widoczne efekty – jestem za granicą, ale mam zdjęcia i w przyszłym tygodniu Panu wyślę po wykadrowaniu. Po 3 miesiącach przerwałam, ale jestem bardzo zadowolona, gdyż zajęłam się pracą z innymi nagraniami, co było podyktowane potrzebami życiowymi. Zamierzam ponowić projekt pod koniec miesiąca

26.07.2017 – medytacja – ocena efektów

*Przepraszam, że tak późno, ale kiedy wróciłam do kraju sytuacja nie była za ciekawa i tak upłynęły 2 tygodnie. W załączniku wysyłam Panu 2 wykadrowane zdjęcia – niestety nie zrobiłam zdjęć na początku medytacji, tylko po 1,5 miesiąca i po trzech – ale **medytacja działa** – wyraźnie widoczne jest zmniejszenie piersi i podniesienie –*

ważne jest położenie nie tylko względem ramienia – wysokość brodawki, ale jej kształt i położenie względem samej piersi. Po 3 miesiącach przerwałam medytację, ale zamierzam wystartować znowu po wakacjach – myślę, że może Pan tą medytację wrzucić do sklepu spokojnie – po prostu działa.

*Teraz robię inne medytacje. Ciekawa jest powtarzalność doświadczenia połączona z generatorem szczęścia dla pieniędzy i biznesu – nie doczytałam, że tu chodzi o biznes i pieniądze i zaczęłam stosować obie medytacje przywołując doświadczenia z 1993 roku, gdyż było mi to potrzebne do innych celów. I... **coraz więcej osób mówi mi, że wyglądam jakoś młodziej ale nie wiedzą dlaczego.** Serdecznie pozdrawiam
Magdalena*

PS może Pan list wykorzystać jako recenzję, natomiast zdjęcia są tylko do wglądu bez możliwości publikacji na stronie

Magdo,
dziękuję za inspirację i zwiększanie mojej motywacji do działania...
Prawdopodobnie w tym momencie inspirujesz swoimi efektami i motywujesz wiele innych osób do działania...

**„Bo jeśli ktoś może, jeśli komuś się udaje – to i ja mogę podjąć
wyzwanie!”**

A dla Ciebie czytelniku, czytelniczko...

to wpis na temat „większych piersi” i „zmniejszania piersi”, ale na tej samej zasadzie **możesz wpływać na swoje ciało, zdrowie i życie** w ogóle.

To Ty tworzysz siebie. To Twoje przekonania, schematy, wzorce zachowania, nawyki... to wszystko tworzy Ciebie. I tylko Ty prawdziwie i trwale możesz zmienić siebie, zmieniając to, co Ciebie tworzy.

Twoje ciało, Twoje zdrowie, Twoje życie... ogranicza Cię tylko wyobraźnia.

Czego potrzebujesz do zmiany?

Wiara – że możesz.

Decyzja – że chcesz.

Plan – wiesz „jak”.

Działanie – krok po kroku zmierzasz do Celu.

I pamiętaj, nikt nie mówi, że to jest łatwe, ani że ktoś lub coś zrobi za ciebie.

Praca nad sobą bywa trudna, ale sama droga daje radość i efekty tej inwestycji zwracają się stukrotnie.

Poznanie siebie i swoich możliwości – BEZCENNE

Oczekiwanie na efekty (moja refleksja)

Z technicznego punktu widzenia, zwróć uwagę, ile to wszystko trwało?

(To jedno z najczęstszych pytań: **jak długo trzeba czekać na efekty medytacji?**)

Wydaje się, że zaczynasz słuchać medytacji, medytować i w końcu przynosi to efekt.

W przypadku Magdy wystarczyły 3 m-ce? Tak się wydaje, gdy weźmiesz pod uwagę czas korzystania z nagrania. Pozornie.

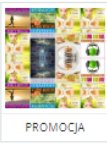
Wiesz jak jest z kiełkowaniem nasion – patrzysz na ziarenko, niby nic się nie dzieje, a jak zaczną rosnąć, to zaskoczenie: jak to, tak szybko rośnie?

Podobnie jest w pracy nad sobą. Zmiana ma charakter rewolucyjny i ewolucyjny. Czasami niby nic się nie dzieje, bo do zmiany dochodzisz ewolucyjnie, dzięki pracy i wytrwałości jedynie wierząc, że ta praca przyniesie oczekiwany efekt.

Kiedy zmiana zachodzi – dzieje się rewolucja – wchodzisz na kolejny level.

Kiedy mocno pragniesz i dążysz do czegoś przez dłuższy okres czasu, wtedy wystarczy tylko uwolnić ten potencjał. Pstryk – i jest!

Program „Piękne Ciało, Piękny Biust” jest również dostępny w Zestawie dla Kobiet: „Dbaj o Ciało”



PROMOCJA

Dbaj o Ciało – dla Kobiet (pakiet medytacji, wizualizacji, afirmacji)

~~299,74zł~~ **119,99zł** -60%

Prawie 7 godzin sesji medytacyjno-relaksacyjno-wizualizacyjnych ukierunkowanych na ciało. Dbaj o ciało. Szczegółowe opisy nagrań na ich stronach (linki poniżej)

Format: Mp3 do Pobrania **11** Czas trwania: prawie 7 godzin
Jakość: Hi-Fi 224-320 kbps Rozmiar: prawie 851 MB (11 plików *ZIP) Zawiera lektora: **Tak** Zalecane słuchawki: **tak** Instrukcja PDF: **tak** (szczegóły na stronach nagrań)

DODAJ DO KOSZYKA

Zmiana widoczna na zewnątrz

Z zewnątrz widać tylko efekt końcowy. Ludzie zwracają uwagę na to, co masz, na materialne efekty Twojego zaangażowania. Nie widzą ile czasu, potu, energii poświęcasz na osiągnięcie swojego celu. Nie wiedzą kim tak naprawdę jesteś, jakie masz przekonania, w co wierzysz, czy potwierdzasz swoją wiarę działaniem, czego doświadczasz, jakie są granice Twojej wiary...

Jak długo trzeba czekać na efekty?

Każdy z nas jest inny, więc Ty mi powiedz,

jak długo chcesz czekać na efekty?

Powodzenia!

Paweł R. Stań

PS. Oczywiście pomyśl o tym, czego Ty pragniesz.

o Autorze



Paweł R. Stań, autor ponad

- ✓ 300 medytacji
- ✓ 30+ lat praktyki
- ✓ 1,300k+ słuchaczy.

Z wykształcenia pedagog, terapeuta zajęciowy, technik elektronik, ojciec trójki dzieci... od ponad 30 lat praktykuje rozwój osobisty i duchowy.

