

„Gwiazdy mówią...”, nr 45 z 8.11.2009

Książka, którą warto przeczytać

Dla kogoś takiego jak Elżbieta Ellis, która od prawie czterech dekad bada świat kart tarota i kart anielskich, medytacje z aniołami są jednym z najgłębiej przeżywanych doświadczeń. Wieloletnia praca z klientami, przyjaciółmi i rodziną - słowem, ludźmi poddającymi się sile Opiekńczych Świetlistych Istot - zaowocowała niniejszą publikacją. Książka jest zapisem prawdziwych doświadczeń wielu osób, które miały szansę powędrować wraz ze swoim Aniołem Stróżem w głąb siebie. Dołączona jest do niej płyta, dzięki której każdy zatopi się w medytacji, zyska szansę zrozumienia własnego życia, odkryje tajniki duszy i osiągnie najcenniejszy dla człowieka stan - wewnętrzny spokój. Płyta CD (w formacie mp3) zawiera medytacje dla kobiet i mężczyzn.

„Medytuj z aniołami”, Elżbieta Ellis, Wydawnictwo KOS, 2009

„Gwiazdy mówią...”, nr 51 z 19.12.2010

Medytacje przywołujące anioły – Swojego Opiekuna poproś o wszystko

W dzieciństwie uczono nas, że najlepszym sposobem kontaktu z Aniołem Stróżem jest modlitwa. Dziś wiem, że anielskich opiekunów można przywołać także za pomocą medytacji - mówi Elżbieta Ellis, angelolog.

Dlaczego warto medytować? W buddyzmie medytacja służy osiągnięciu oświecenia i rozwojowi duchowemu. Dzięki niej można zyskać spokój wewnętrzny, znaleźć odpowiedź na trudne pytania czy nawet zmienić siebie albo poprawić swój stan zdrowia. I właściwie nie jest przypisana wyłącznie buddystom. Od lat stosują ją także chrześcijańscy zakonnicy, np. w klasztorze benedyktynów w Tyńcu stała się już codzienną praktyką.

Medytacja ma wiele twarzy. Polega na oczyszczaniu umysłu z jakichkolwiek myśli albo na wizualizacji. Ten ostatni sposób wykorzystuje Elżbieta Ellis do kontaktu z aniołami, co zresztą pięknie opisała w swojej książce „Medytuj z aniołami”.

Z książki można się dowiedzieć, w jaki sposób należy do medytacji się przygotować oraz jakiego anioła wybrać, aby pomógł rozwiązać dręczący nas problem. Osoby narzekające na zdrowie powinny przywoływać Archanioła Rafaela, aby ten swoją uzdrawiającą energią pomógł im w zwalczaniu choroby i najróżniejszych dolegliwości. Ci, którzy szukają mądrego pomysłu na życie, powinni zwrócić się do Archanioła Jofiela, bo daje on rady stojącym na rozstaju dróg. Z kolei Anioł Fortunata pomoże nam osiągnąć dobrobyt finansowy.

Ale to nie wszystko. W książce Elżbiety Ellis można znaleźć także rady, jak wzmocnić siedem najważniejszych czakr, jak prosić anioły o ochronę przed złymi energiami lub co zrobić, aby rozkwitło nasze życie duchowe.

Medytacja z Archaniołem Rafaelem

Moja siostra Ula zachorowała na rwę kulszową. Nie mogła siedzieć ani się położyć. Nie spała już kilka nocy. Kocham siostrę i chciałam choć trochę ulżyć jej w bólu. Weszłam w stan medytacji. Poprosiłam Anioła Stróża mojej siostry, by zezwolił zabrać ją w mojej medytacji do Archanioła Rafaela. Przeszłam przez most z Aniołem Stróżem. W połowie drogi dołączyła do nas siostra. Mocno kuląła. Anioł Stróż trzymał siostrę pod rękę i pomagał jej. Za mostem zaczął padać ulewny deszcz. Poprosiłam Archanioła Rafaela o pomoc dla Uli. W strugach deszczu pojawił się bardzo wysoki anioł, jego szmaragdowo-zielone szaty targał wiatr. Był to Archanioł Rafael. W jednej ręce trzymał zamkniętą księgę, w drugiej długą, prostą laskę. Nagle dotknął końcem swojej laski miejsca na kręgosłupie lędźwiowym mojej siostry. Widziałam ciało galaretowate, które powiększyło się i miało około 4-5 centymetrów średnicy. Archanioł Rafael zamieszał swoją laską tym galaretowatym „dysku”, który zmienił kolor na zielony. Teraz z tego zielonego dysku wystrzeliły zielone błyskawice, które przeszywały pośladek Uli w miejscu, gdzie usadowił się największy ból. Na koniec medytacji pięknie podziękowałam Aniołowi Stróżowi oraz Archaniołowi Rafaelowi za udzielenie pomocy mojej siostrze Uli. W medytacji na pośladku Uli pojawiła się jedna czterolistna koniczynka. Po kilku godzinach po medytacji zatelefonowałam do siostry. Ula położyła się na drugim boku, a nie kładła się od kilku dni, bo na leżąco miała bardzo silne bóle. Teraz odczuwała je trochę mniej. Najważniejsze jednak było to, że mogła się położyć choć na chwilę. Jeszcze raz dziękuję Archaniołowi Rafaelowi za pomoc, jakiej udzielił siostrze Uli.

Medytacja z Aniołem Fortunatą

Jest to anioł bogactwa i dostatku. Poproszony o pomoc ześle ci w medytacji energię dobrobytu.

Przygotowanie:

1. Wyłącz telefon, radio, telewizor.
2. Niech nic i nikt ci nie przeszkadza przez mniej więcej godzinę.
3. Zapal złotą lub żółtą świecę i ulubione kadzidło.
4. Posłuchaj muzyki relaksacyjnej.
5. Usiądź lub połóż się wygodnie. Nie krzyżuj rąk ani nóg.
6. Zamknij oczy i głęboko oddychaj. Weź wddech i licz: 1, 2, 3. Wydech i licz 1, 2, 3. Postaraj się zrobić to 10 razy.

Treść medytacji:

Przejdź przez most z Aniołem Stróżem. Przyjrzyj się, jak wygląda idący obok ciebie anioł. Przyjrzyj się sobie i okolicy wokół ciebie. Zobacz, jak z twojego serca wychodzą różowe promienie, które otulają całe ciało. Gdy już będziesz całkowicie tym różem otulony, zaproś Anioła Fortunatę. Kiedy nadejdzie, popatrz na niego. Jak jest ubrany, co trzyma w dłoniach. Poproś go o energię bogactwa, obfitość w sferze materialnej. Zobacz, jak Anioł podnosi nad twoją głową ręce. Spływają na ciebie świetliste promienie. Popatrz, jaki mają kolor. Wyobraź sobie, że Anioł obsypuje cię wszelkimi dobrami. Ale pamiętaj, że bogactwo to także talent. Poproś go więc, aby pomógł rozwijać twoje wewnętrzne zdolności. Gdy Anioł będzie obsypywał cię darami, ty zbieraj je, zbieraj. Popatrz teraz na siebie jak na szczęśliwego człowieka, który ma zdolności, otoczony jest przyjaznymi ludźmi, cieszy się szacunkiem - dzięki temu wszystkiemu staje się też bogatym (w sensie materialnym) człowiekiem. Na koniec medytacji najpiękniej, jak umiesz, podziękuj Aniołowi za otrzymane dary.

Ten piękny świat

25 listopada w filii Biblioteki Miejskiej przy ulicy Polnej w Cieszynie odbyło się spotkanie autorskie z Elżbietą Ellis. - *Mam nadzieję, że książka dotrze do tych, którzy jej potrzebują i da im nadzieję, wzruszenie i radość. To jest dla mnie najważniejsze - uśmiecha się.*

- *Gdy znalazłam się w szpitalu zdałam sobie sprawę z tego ile człowiek potrzebuje do życia. W moim przypadku był to mój mąż oraz mała szafka, na której mieścił się kubek, woda, ręcznik, mydło i książka - mówi autorka książki „Medytuj z aniołami”.*

Elżbieta Ellis z Cieszyna jest dziś uśmiechniętą i szczęśliwą kobietą. Z optymizmem patrzy przed siebie.

- *Życie mnie nie głaskało, musiałam pokonać wiele życiowych zakrętów. Zmieniłam się, gdy dostałam drugie życie - wyjawia. W 2000 roku pani Elżbieta przeszła bardzo poważną operację. Przez półtora roku była więziona przez własne ciało. - Miałam duży problem z poruszaniem się. Wyjście z domu stanowiło dla mnie nie lada wyczyn. Nie umiałam się opamiętać. Moja choroba stała się motorem napędowym, który sprawiał, że ciągle coś traciłam.*

Zostałam bez pracy i bez pieniędzy. Byłam załamana i nieszczęśliwa - wraca do wspomnień. -Zaczęłam, więc haftować. Robiłam to po osiem godzin dziennie, żeby zapomnieć, wyciszyć się i nie czuć bólu. To było moje lekarstwo na zły czas. Po roku udało mi się ukończyć dzieło. Wyhaftowany anioł pozwolił mi inaczej spojrzeć na wszystko. Dostałam drugą szansę i drugie życie. Dzisiaj cieszę się chwilą, a w każdym człowieku próbuję znaleźć coś dobrego. Gdy w moim życiu zaczyna się źle dziać, nie pytam dlaczego tak jest, ale zastanawiam się czego ta lekcja powinna mnie nauczyć. Przecież nic nie dzieje się bez przyczyny - podkreśla, kontynuując wędrówkę po zakamarkach pamięci.

- *Jest takie jedno wydarzenie z dawnych lat, które utknęło mi bardzo mocno w pamięci. Był wigilijny wieczór - opowiada pani Elżbieta. - Nie zasiedliśmy jeszcze do wieczerzy. Moja córka Monika miała wtedy osiem lub dziewięć lat. Poprosiłam syna Krystiana, żeby zajął czymś swoją młodszą o dziesięć lat siostrę. Chciałam w tym czasie podłożyć pod choinkę prezenty. Ledwie zdążyłam to zrobić córka wbiegła do pokoju, rozpromieniona i szczęśliwa*

wołając: „Mamo, mamó widziałam anioła. Teraz już wierzę, że to on przynosi prezenty”. Popatrzyłam na syna, on na mnie i uśmiechnęliśmy się. Przeprowadzona po latach rozmowa z córką utwierdziła mnie w przekonaniu, że w ten wigilijny wieczór ukazał jej się prawdziwy anioł, a nie wymysł dziecięcych fantazji. Pomyślałam, że też chciałabym coś takiego przeżyć, dotknąć świata, którego nie dostrzegamy, ale który istnieje wokół nas.

Zaczęła sięgać po różne publikacje na ten temat. Pewnego dnia wzięła do ręki karty anielskie, zapaliła kadzidełko, zamknęła oczy i nagle znalazła się w świecie medytacji. - *To było niezwykle przeżycie* - wspomina.

Pani Elżbieta przez cztery lata mieszkała w Wielkiej Brytanii. Do Cieszyna wróciła w ubiegłym roku i od razu postanowiła napisać książkę. Pracując po czternaście godzin dziennie, w ciągu dwóch miesięcy powstała publikacja pt. „Medytuj z aniołami”. - *Chciałam w ten sposób pomóc tym, którzy stracili nadzieję, bo przecież nadzieja jest siłą napędową. Medytacja nie ma skutków ubocznych. Pomaga w leczeniu. Jest doskonała dla osób, które mają problemy z sercem i nadciśnieniem. Przekonałam się o tym na własnej skórze. Od bardzo wielu lat choruję na nadciśnienie. Medytacje pozwoliły mi zredukować do minimum przyjmowane leki. Nawet moje wrzody odzywają się już tylko sporadycznie, raz na bardzo długi czas* - przekonuje autorka - *Medytacje sprawdzają się przy bólach kręgosłupa, migrenach i bólach kości. Osoba medytująca jest bardziej twórcza i pewna siebie, szybciej również realizuje swoje pomysły. Poza tym warto zobaczyć ten piękny świat.*

Głos Ziemi Cieszyńskiej, nr 48 z 4.12.2009

Za rękę z Aniołem

25 listopada w filii nr 3 Biblioteki Miejskiej w Cieszynie na osiedlu Piastowskim odbyła się promocja książki Elżbiety Ellis „Medytuj z aniołami”. Autorka od prawie czterdziestu lat zgłębia tajniki tarota i kart anielskich, natomiast od 2000 roku zajmuje się także medytacjami. Własne doświadczenia w tej dziedzinie, a także wieloletnia praca z klientami, przyjaciółmi i rodziną, zaowocowały powstaniem publikacji.

Książka, prócz dokładnych opisów szeregu medytacji, zawiera też wiele praktycznych informacji dla wszystkich, którzy chcieliby za pomocą tej metody osiągnąć wewnętrzny spokój. Autorka wskazuje, jak powinno wyglądać przygotowanie do medytacji, ujawnia

tajemnice siedmiu głównych czakramów, ale także podaje przykłady wzięte z życia własnego i innych ludzi - często bardzo osobiste. Co więcej, do książki dołączona jest płyta z muzyką relaksacyjną w wykonaniu Daniela Christa i Łukasza Kamienieckiego oraz gotowymi medytacjami dla kobiet i mężczyzn czytanyymi przez autorkę i Piotra Kosa, wydawcę publikacji.

Podczas środowej promocji książki autorka opowiedziała o motywach jej powstania, a także pozytywnych zmianach, jakie zaszły w życiu jej samej i jej rodziny dzięki medytacjom. Przeprowadziła również krótką medytację, dzięki czemu wszyscy zgromadzeni w bibliotece mogli sami przekonać się, jak wygląda taki seans.