

*Jak používat tuto CD?*

**První seznámení**  
 Během prvního poslechu je dobré poslehnout si i samotnou meditaci a přitom, jak jsou na CD, tak i na její popis. Ve sborníku každé meditace jsou 4 minuty ticha, aby poslechač měl čas v klidu vyposlouchat předlohu.

**Důležitosti**  
 Doporučení poslehnout si denně vždy po jednom meditaci, je totiž lepší, je meditace vysoce kvalitní a velmi účinná, je proto vhodné doplnit si své čas. Vzhledem k první meditaci (Světový papoušek) kterou lze kombinovat s každou jinou meditací a v tomto případě tedy můžete před každou meditací dělat.

**Opakování poslechu CD**  
 Můžete si za sebou první seznámení se všemi pěti meditacemi, můžete jít i s tímto poslechem opakovaně, ale hlavně je třeba, než začnete se svou meditační praxí, tak meditaci může „dát“ i, nebo i vzhledem k meditaci podle potřeby a důležitosti situace, na kterou pracujete.

**Pro pokročilé**  
 Během meditací (meditací) a hlavně po vyřazení poslechu si můžete seznámení se s touto CD, v tomto případě si můžete i svou meditaci „dát“ i, nebo i vzhledem k meditaci podle potřeby a důležitosti situace, na kterou pracujete.



## Niterná setkání

### Popis:

Niterná setkání jsou souborem pěti řízených meditací s hudebním podkladem pro každého, kdo touží na sobě samém pracovat.

Prostřednictvím tohoto CD se můžete nechat vést do vnitřních rovin vlastní Duše, setkat se s důležitými částmi svého "Já" a uzdravit je.

CD vychází z mé desetileté praxe, kdy jsem vedla jednotlivé účastníky svých seminářů do meditace.

Z celého srdce Vám přeji hluboké zážitky s meditacemi

Ranka

### Parametry:

Niterná setkání

Meditační zvukové (audio) CD

Celkový čas 64:20 min.

Nahráno ve studiu Prodigy v roce 2009.

Klasická plastová krabička

### Dostupnost:

**skladem**

### Cena:

**180,- Kč**

Objednat zboží můžete dvěma způsoby:

Telefonicky: +420 **603 518 357** nebo +420 603 712 750

E-mailem: [obchod@ranka.cz](mailto:obchod@ranka.cz)

Platbu je možno provést předem na účet, nebo také zasíláme na dobírku. O koncové částce budete včas informováni telefonicky či e-mailem.

[www.RANKA.cz](http://www.RANKA.cz)