

### Jak používat tuto CD:

**První sezení**  
Každé první sezení je dobré poslechnout si i samotnou meditaci a přání, jak jsou na CD, tedy až první dva páty stop. Po skončení každé meditace jsou 4 minuty ticha, aby posluchač měl čas v klidu vyprávět přehledně.

**Dispozice**  
Dispozice pro sezení si děláte vždy rychlou meditací, je totiž čas, že meditace vyžaduje klidnější vnitřní procesy. Je proto vhodné dopřít si své tělo. Vzhledem k první meditaci (Světlo papoušek) kterou lze kombinovat s jakoukoliv jinou meditací a v tomto případě tedy vnitřní prožití meditací děláte. Další není dobré nepřemýšlet po meditaci, muset být intenzí pracovat s meditační praxí. Někdy je vhodné pro přípravu sezení.

**Opakované používání CD**  
Máte-li za sebou první sezení se všemi pěti meditacemi, můžete již s nimi pracovat opakovaně, ale klidně i třeba, hadi dle své vnitřní potřeby, i na kterou meditaci máte „chuť“, nebo vzhledem k přirozené meditaci podle potřeby a aktuálního stavu, anebo pracovat.

**Pro pokročilé**  
Přes meditaci (Světlo a hluboké) lze vnitřně posílit i na tyto setkání se světem, v tomto případě i meditací v čase, když lidé jsou „dobře“ a „dobře“ „jít“ i na ostatní sezení. K tomu můžete meditace přistupovat velmi empaticky a jen tak, jak se k tomu cítíte dle sebe.



## 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)