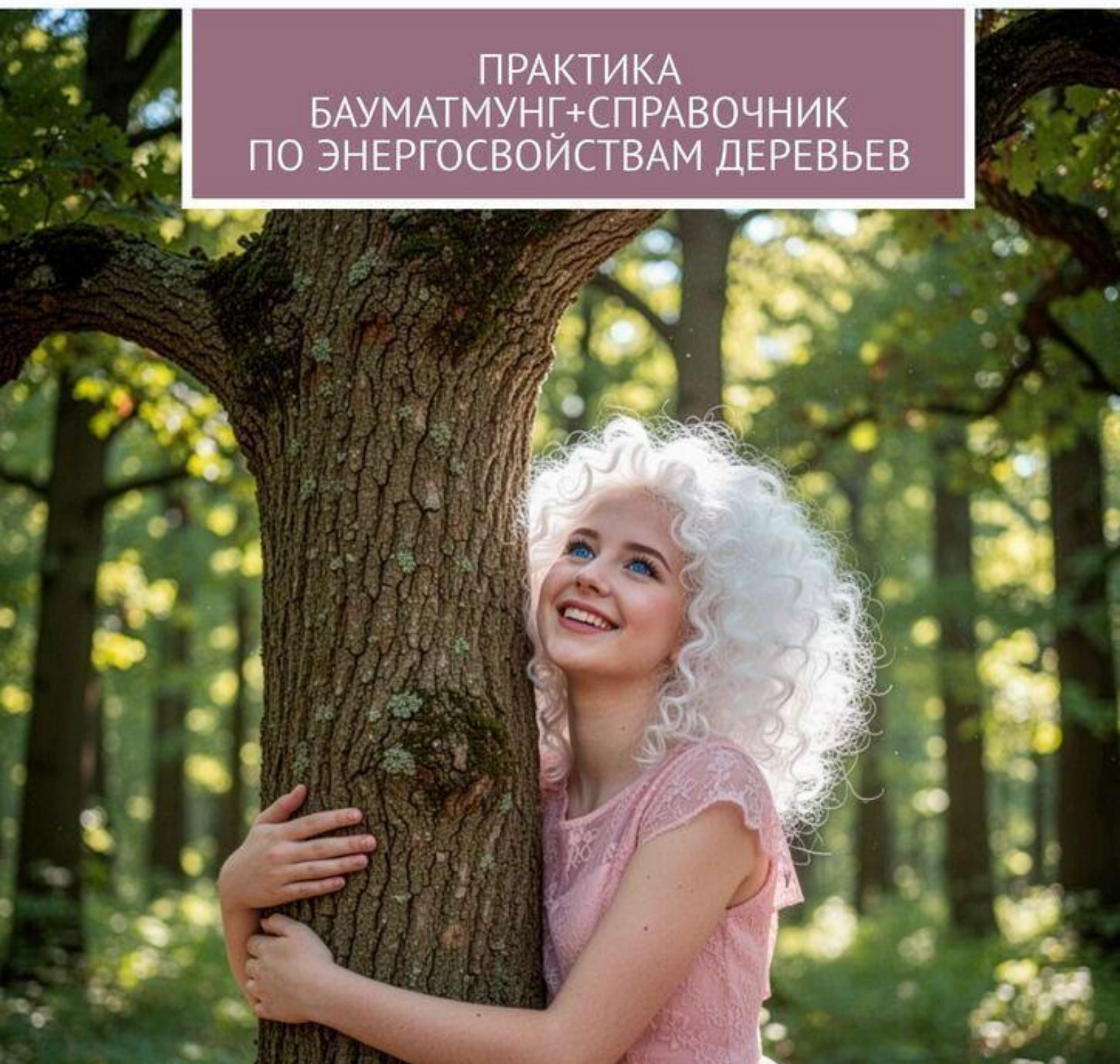


12+

ФРОСЯ ФИАЛКИНА

Обнять дерево

ПРАКТИКА
БАУМАТМУНГ+СПРАВОЧНИК
ПО ЭНЕРГОСВОЙСТВАМ ДЕРЕВЬЕВ



Фрося Фиалкина

**Обнять дерево. Практика
бауматмунг + справочник
по энергосвойствам деревьев**

«Издательские решения»

Фиалкина Ф.

Обнять дерево. Практика бауматмунг + справочник
по энергосвойствам деревьев / Ф. Фиалкина — «Издательские
решения»,

Что даёт бауматмунг? Всё, что вы попросите! Нужно уладить конфликт на работе — обратитесь к лиственнице. Если есть материальные трудности, то каштан поможет привлечь изобилие. Я намеренно не перечисляю свои личные результаты: у каждого они будут уникальными и именно теми, что нужны ему. Моя подруга в 50 лет нашла любовь и вышла замуж после нескольких недель практики. А брат получил работу мечты, едва начав! Просто попробуйте, и мир откликнется.

© Фиалкина Ф.

© Издательские решения

Содержание

Бауматмунг: древнее искусство дыхания с деревом	6
Как выполнять практику	7
Айва	8
Конец ознакомительного фрагмента.	9

Обнять дерево Практика бауматмунг + справочник по энергосвойствам деревьев

Фрося Фиалкина

Оформление обложки <https://www.crayon.com/>

© Фрося Фиалкина, 2026

ISBN 978-5-0070-7751-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Бауматмунг: древнее искусство дыхания с деревом

нем. Baumatmung: «дыхание с деревом»

Вы когда-нибудь слышали о бауматмунге? Это не просто экзотическое слово, а древняя практика немецких женщин, передававшаяся из поколения в поколение. Она проста, но глубока: нужно встать спиной к стволу подходящего по энергетике дерева, мысленно обратиться к его душе и начать правильно дышать. Ключ здесь — не просто стоять, а именно общаться, чувствовать силу дерева тактильно и энергетически. В отличие от обычной дендротерапии, где достаточно посидеть под кроной, бауматмунг требует полного включения и осознанного диалога.

Что даёт практика бауматмунг? Всё, что вы попросите! Нужно уладить конфликт на работе — обратитесь к лиственнице. Если есть материальные трудности, то каштан поможет привлечь изобилие. Я намеренно не перечисляю свои личные результаты: у каждого они будут уникальными и именно теми, что нужны ему. Моя подруга в 50 лет нашла любовь и вышла замуж после нескольких недель практики. А брат получил работу мечты, едва начав! Просто попробуйте, и мир откликнется.

Интересно, что даже близкие родственники среди деревьев действуют по-разному. Ель, например, мощный энергетический «вампир»: она забирает негатив, успокаивает нервную систему. А сосна же-настоящий доктор: наполняет силой, очищает лёгкие, возвращает бодрость. Выбор дерева — ваш первый шаг к гармонии.

Как выполнять практику

Всё просто. Обнять дерево, или встать к нему спиной так, чтобы позвоночник касался ствола. Войти в ритм правильного дыхания. Без мыслей совсем. Спустя три-пять минут начинать общение. Постепенно проговаривая проблему, или то, что необходимо получить. Минимальное время общения во время практики: 10—20 минут.

Дыхательная техника основана на «квадрате»: на три секунды глубокий вдох; три секунды — задержка; три секунды — плавный выдох; три секунды — пауза с пустыми лёгкими. Это ритм, который объединяет вас с природой.

Первое время совмещать дыхание и мысленный разговор с душой дерева непривычно, но это навык, который приходит за 3—5 дней. Достаточно практиковаться по 15 минут, просто прислонившись спиной к стволу. Главное, — довериться процессу.

Категорически нельзя:

— Говорить с деревом, находясь в состоянии изменённого сознания.

— Если вы выпивали алкоголь накануне и нужно снять состояние тяжести, то не стоит обращаться к дереву-магу, нужно идти к дереву-вампиру (ель, ива в зимнее время).

— Одежда на практикующем должна быть из натурального материала, или с незначительными добавками (хлопок, лён, шёлк, бамбук, шёлк).

— Просить зла (например, вам насолил кто-то на работе, и вы хотите увольнения/наказания для этого человека: нет, о таких вещах не стоит просить, просто ради вашей же выгоды, — всё сработает наоборот!).

— Выпрашивать (если не даётся что-либо в течении месяца, то будет дано позднее, или это и вовсе вам не нужно!).

Любая практика, связанная с энергиями, лучше работает с соблюдением аскезы (см. книгу моего авторства «Аскеза: исполни мечты просто!»).

Важно: не начинайте, если не готовы посвятить практике хотя бы месяц. Чтобы ощутить магию бауматмунга, нужно минимум 3—4 недели регулярных занятий. Иначе всё теряет смысл. В следующем разделе вы найдёте подробное описание энергетических свойств деревьев, чтобы выбрать своё, родное, идеально подходящее именно вам.

Айва

Айва — дерево-маг в тёплое время года! С мая по июнь айва дарит лёгкость при ежедневных практиках, помогает в духовных очищениях и отлично исполняет небольшие, бытовые просьбы практикующего! Не рекомендуется практиковать с ним, когда дерево стоит без листьев: айва в это время будет скорее «питаться» от просящего.

Обнимая айвовое дерево, просите, например, о свершении давно задуманного ремонта и силах для него, о вдохновении. Возможно говорить с этим деревом об отношениях в семье, -просить уладить мелкие конфликты, чтобы пришло верное решение при вопросах в воспитании детей.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.