

Maja Wołosiewicz-Towalska

# Szamańska podróż

*Czy w szamańską podróż może wyruszyć człowiek Zachodu, niezakorzeniony w plemiennej tradycji szamańskiej i nie znający jej nauk? Zdecydowanie tak. Dziewięć na dziesięć osób jest zdolnych do odbywania szamańskich podróży. (...) Jednak odbywanie szamańskich podróży (szamanienie) to nie to samo, co bycie szamanem. Istotna różnica wiąże się z kwestią odpowiedzialności za innych...*

Arvick Baghramian, *Magia szamanizmu*



**S**zamanizm jest jedną z najstarszych duchowych i uzdrowicielskich tradycji ludzkości. Jego korzenie leżą u podstaw każdej ze znanych kultur i dlatego szamańskie dziedzictwo jest w każdym z nas. Szamani to dawni uzdrowiciele, kapłani, wizjonerzy będący w łączności ze światem bogów i duchów. To poprzednicy współczesnych lekarzy i psychoterapeutów.

Dla szamanizmu tradycyjnego wspólna jest wiara w istnienie duchów i świata duchowego. A szaman, to ktoś, kto potrafi wkroczyć w ten świat i współpracować z niewidocznymi mocami, aby przynieść **wiedzę, moc i uzdrowie-**

**nie.** Szaman zajmuje się też utrzymaniem harmonii między światem rzeczywistym a duchowym, między człowiekiem a naturą. Uzdrawia, odczytuje przyszłość, pośredniczy w relacjach ludzi z duchami.

Według szamanów **wszystko, co istnieje w przyrodzie jest ożywione i ma duszę. Minerale, rośliny, zwierzęta, rzeki, a nawet cały wszechświat ma swojego ducha lub duszę. Wszystko, co żyje jest wypełnione energią, połączone ze sobą, z całą naturą, która tworzy Krąg Życia. Szamanizm to także pamięć o naszych przodkach, korzeniach, tradycji i kulturze. Szacunek dla przeszłości i tych, co żyli przed nami.** Korzystanie z pradawnej wiedzy i rytuałów.

## SZAMANIZM WSPÓŁCZESNY

**Każdy może poznać techniki szamańskie i praktykować je samodzielnie. Szamanizm to potężna technika dająca moc potrzebną do rozwoju, transformacji i sięgania po życie pełne radości, miłości i wolności.**

(Arvick Baghramian)

**ARVICK BAGHRAMIAN** – współczesna szamanka-terapeutka, prowadzi warsztaty szamańskie na całym świecie. Uczy także jak można wprowadzać szamanizm do pracy terapeutycznej w zawodzie coacha i psychoterapeuty. Autorka książki *Magia szamanizmu*.

Z zawodu psychoterapeutka specjalizująca się w pomocy dorosłym i dzieciom po traumatycznych przejściach. Podstawy szamanizmu poznała w latach 90-tych XX wieku w instytucie Jonathana Horwita w Skandynawskim Centrum Badań nad Szamanizmem, gdzie przeszła pełne wieloletnie szko-

lenie. Uczyła się także w Fundacji Studiów Szamańskich Michaela Harnera w USA. W swojej praktyce terapeutycznej korzysta z szamanizmu, ale także ze świadomego oddechania, wizualizacji, reiki i techniki Osobistego Słupa Totemicznego. Od ponad 30 lat pomaga ludziom podczas indywidualnych sesji i warsztatów odkrywać ich własny potencjał, doświadczać transformacji, odzyskiwać zdrowie i osobistą moc. W 2019 roku przyjechała po raz pierwszy do Polski i poprowadziła zajęcia. W 2019/20 zaplanowane są z nią kolejne warsztaty zaawansowane.

Szamanizm to nie tylko tradycyjny strój, bęben, dzikość, trans i pierwotne kultury – to coś o wiele głębszego... To połączenie z naturą i naszą wielowymiarową rzeczywistością na najgłębszym niewidocznym poziomie. To szacunek do wszystkiego co istnieje. To życie w zgodzie z rytmem przyrody, fazami księżyca, energią Słońca, gwiazd. To widzenie tego, co zostało zagubione i ukryte przez materialistyczny świat współczesny. To połączenie z naszym sercem, naszą duszą, intuicją i odczuwaniem przepływu życia. Otwarcie się na to co niewidzialne, na inne światy i rzeczywistości, o których mówili od zawsze mistycy i szamani, a które dopiero teraz nieśmiało odkrywa nowa fizy-

# Z Arvick Baghramian

ka.. Szaman, to ten „który widzi i czuje więcej”. Widzi to, co od zawsze było dostępne uzdrowicielom, osobom pracującym z energiami i duchowością.

**Ponieważ szamanizm był i jest praktykowany na całym świecie i we wszystkich kulturach, możemy na nowo odnaleźć i poczuć, że szamańskie dziedzictwo jest nadal w każdym z nas.** Wszyscy mamy zdolność do szamańskiego wglądu i szamańskich podróży do świata duchowego. To część nas, naszej zagubionej kultury, nasze korzenie. To pomost między przeszłością, teraźniejszością a przyszłością... **Współczesny szamanizm łączy w sobie pradawną mądrość naszych przodków i natury z najnowszymi odkryciami nowoczesnego świata.** Łączy różne tradycje, systemy religijne, psychologię, historię, medycynę, ludowe sposoby leczenia, biologię, a także nową fizykę. Czerpie mądrość z różnych źródeł, zarówno wiedzy medycznej, jak i kulturowej, psychologicznej, nawet filozoficznej. Ma oparcie w najnowszych odkryciach naukowych, zwłaszcza z zakresu psychobiologii, psychologii transpersonalnej i fizyki kwantowej. Pomaga ludziom zagubionym w materialistycznym świecie, odciętych od siebie, swojego ciała, natury i od innych. Daje odpowiedzi na najistotniejsze metafizyczne pytania – **co jest celem mego życia?, czy ze śmiercią wszystko się kończy?** czy istnieje świat duchowy? dusza? **Przywraca nam także naszą prawdziwą wewnętrzną naturę, łączy nas z naszą duszą, przodkami, energiami.**

Współczesny szamanizm, to nie tylko odkrywanie i budzenie własnych wewnętrznych mocy. To raczej osobista droga rozwoju, która uczy, że każda dusza ma własną mądrość i wie czego potrzebuje. A szaman pomaga nam rozpoznać ten wewnętrzny głos i osobiste

powołanie podczas wędrówki życia, byśmy w końcu mogli stać się tym, kim naprawdę jesteśmy.

## **SZAMANIZM JAKO TECHNIKA TERAPEUTYCZNA**

Współczesne praktyki szamańskie nadal pomagają uzdrawiać choroby ciała i duszy, zarówno te fizyczne, psychiczne, jak i somatyczne. Pomagają wejść w różne wymiary rzeczywistości naszego umysłu i duszy. To nie tylko praca z wizjami, snami, mitami, osobistymi historiami. To także praca z naszym cieniem, z tym co głęboko ukryte i wyparte, a co zawiera w sobie po przetransformowaniu olbrzymią Moc. To także praca z naszą nieświadomością i niewidocznym ciałem energetycznym. Praca z tym, co wymaga uzdrowienia, z samotnością, lękiem, smutkiem, zagubioną duszą...

---

Współczesny szamanizm,  
to nie tylko odkrywanie  
i budzenie własnych  
wewnętrznych mocy.  
To raczej osobista droga  
rozwoju.

---

Szamanizm w postaci szamańskich praktyk terapeutycznych pojawił się w kulturze Zachodu dopiero w drugiej połowie XX wieku. Zawsze wiemy to głównie antropologowi Michaelowi Harnerowi, który zajmował się szamanami Ameryki Północnej i Południowej, oraz Jonathanowi Horwitzowi ze Skandynawskiego Centrum

Badań nad Szamanizmem. **Powstał nowy typ szamana – współczesny szaman, terapeuta lub doradca szamański, który praktyki szamańskie traktuje jako wysoce pomocne narzędzie terapeutyczne, ale także drogę rozwoju osobistego i duchowego. Przyjmuje tradycyjną rolę szamana i zazwyczaj odbywa podróż w imieniu osoby potrzebującej pomocy lub jej w tym towarzyszy.** Może postawić diagnozę, uzdrowić, sprowadzić zwierzę mocy, przywołać naszych duchowych przewodników lub pomóc odzyskać utraconą duszę. Pomaga odbyć wewnętrzną podróż, poruszać się po świecie duchów i z nimi porozumiewać. **Szamańskie narzędzia i techniki, jako praktyki terapeutyczne, mogą być więc doskonale wykorzystywane przez psychoterapeutów, terapeutów, coachów, psychologów** – wszystkich tych, którzy chcieliby w swej pracy z klientami wykorzystywać pradawną mądrość i wiedzę. Są dla tych, którzy chcieliby wyjść poza ustalony nurt wyłącznie akademickiej nauki i odważyć się na nowe doświadczenia.

I właśnie taką współczesną szaman-ką/terapeutką jest Arvick Baghramian. Niezwykła nauczycielka i wspaniała terapeutka. Swobodnie przechodzi od tego co ziemskie do światów niewidzialnych. W kilka chwil potrafi wprowadzić całą grupę bębnieniem w trans i zabrać w Szamańską Podróż, by zaraz po powrocie śmiać się z uczestnikami zajęć przy posiłku i opowiadać historie o swojej rodzinie, podróżach, trudnych osobistych doświadczeniach. Bezpośrednia, w codziennym zwykłym ubraniu, szortach i podkoszulku, ale jej wiedza i umiejętności budzą olbrzymi szacunek. Szamańskie warsztaty z Arvick to naprawdę niesamowite przeżycie. ▶

## SZAMAŃSKIE WARSZTATY Z ARVICK BAGHRAMIAN – MOJA RELACJA PO KURSIE PODSTAWOWYM

Warsztat podstawowy pt. „Magia szamanizmu – Uzdrawiająca moc Szamańskiej Podróży” z Arvick Baghramian – współczesną szamanką/terapeutką, to było dla mnie niezwykle i totalnie transformujące doświadczenie. Brałam udział w wielu warsztatach szamańskich, ale praca z Arvick w czerwcu 2019 to było jednak coś zupełnie nowego – niezwykle intensywne szkolenie szamańskie, godzina po godzinie, dzień po dniu, od rana do późnej nocy. Wiedza od razu przekształcana w bezpośrednie doświadczenie.

To była praktyczna nauka szamanizmu od podstaw, jak w szamańskiej szkole – co to jest Szamańska Podróż, jak ją odbyć w bezpieczny dla siebie i innych sposób, jakie są jej kolejne etapy. Czym różnią się podróże do Górnego, Środkowego i Dolnego świata. Kogo możemy tam spotkać i jaka wiedzę od otrzymać. Jak przywoływać swojego Opiekuna i Duchy Pomocnicze. Jak formułować intencję Podróży i zadawać pytania istotom /duchom, które tam spotkamy. Czym jest szamańska grzechotka i jak jej używać podczas przywoływania Czterech Kierunków, jak przed rozpoczęciem Podróży, a jak podczas uzdrawiania. Wiedza, dlaczego bęben szamański jest tak ważny dla szamana i nauka szamańskiego bębnienia. Jakie rytmy zaczynają Podróż, a jakie przywołują nas z Innych Światów. Jak przywoływać Duchy Natury i jak rozmawiać ze zwierzętami, kamieniami, drzewami i chmurami. Nie tylko, jak widzieć i słyszeć, to co niewidzialne, ale także jak się porozumiewać z tymi Światami i Istotami. Co znaczą nasze sny i wizje. Jak przywołać Osobistego Opiekuna Duchowego i Zwierzę Mocy. I najważniejsze – co to jest Szamańskie Uzdrawianie i jak można je przeprowadzać dla siebie i najbliższych.. A to wszystko, podczas tylko niecałych czterech dni warsztatów! Podane w uporządkowany, logiczny sposób, świetnie trafiający do naszych „zachodnich, niezbyt szamańsko-mistycznych umysłów”.

Intensywna praca z Arvick podczas naszego warsztatu miała swój konkretny rytm – najpierw wiedza, obowiązkowe notatki i za chwilę już cała grupa leżała na podłodze z opaskami na oczach, a Arvick wybijała rytm na bębnie, aby wprowadzić nas w Szamańską Podróż – gdzie każdy, we własnym rytmie i czasie przechodził przez własne, indywidualne lekcje. Dotąd, aż mu się udało. Żadna lekcja, żaden etap nie mógł być opuszczony – jeśli coś się komuś nie udawało np. Podróż do Świata Dolnego (choć bez problemu wcześniej był w Świecie Górnym i Środkowym), to powtarzał podróż aż do skutku. A potem powrót i łyzy radości w oczach, wspólna wymiana doświadczeń, niesamowite opowieści i historie. I od razu, kolejny etap szamańskiej wiedzy i kolejna Podróż..

Najbardziej niesamowite było to, że przecież w zwykłym życiu, każdy z nas, uczestników tego warsztatu jest kimś twardo stojącym na ziemi, mocno osadzonym w pracy, rodzinie, w rzeczywistości, Na warsztat przyjechali ludzie z całej Polski – księgowka, lekarz, mechanik, nauczycielka, terapeuta, pisarz. Większość z nas nie miała nawet wcześniej żadnego doświadczenia z szamanizmem. I nikt z nas nie przypuszczał, że tak wiele może przeżyć, spotkać, zobaczyć i uzdrowić w ciągu kilku dni.

Każdy z uczestników naszej ponad 20 osobowej grupy wielokrotnie odbył swoją Szamańską Podróż do trzech światów i każdy przeszedł przez osobiste Szamańskie Uzdrawianie. Spotkał swoje Zwierzę Mocy, Opiekunów, i nie tylko zrozumiał, ale także odczuł, że Niewidzialny Świat wokół nas jest równie realny, jak nasz świat ziemski. I że Bramy do niego, po spotkaniu z Arvick, już na zawsze pozostaną dla nas otwarte.

**A oto opinie innych uczestników warsztatu z Arvick:**

Samo przebywanie z Arvick daje poczucie bezpieczeństwa i miłości. Płynąca moc uzdrawiania z szamańskich podróży w głąb siebie jest bardzo intensywna. Warsztaty pozwoliły mi znów ujrzeć świadomość samej istoty mojego życia. (Iza)

Arvick jest cudowną, ciepłą i kochającą osobą. Z wielką uważnością prowadzi grupę, dając każdemu uczestnikowi przestrzeń na indywidualną pracę. Doświadczenie, wiedza i praktyka widoczna jest w każdym słowie i geście. Metodyka warsztatu jest genialna. Krok po kroku, poprzez instrukcje, zasady, wytyczne, prowadzi każdego przez szamańskie podróże – bezpiecznie i w wielkiej radości odkrywania. Jeden z najlepszych warsztatów w moim doświadczeniu. (Krzysztof)

**WARSZTATY SZAMAŃSKIE  
ARVICK BAGHRAMIAN W POLSCE**

Od czerwca 2019 rozpoczął się w Polsce cykl warsztatów z tą niesamowitą nauczycielką – od poziomu podstawowego przez kolejne stopnie zaawansowania. Po ukończeniu kursu podstawowego „Magia szamanizmu”, uczestnicy mogą brać udział w warsztatach zaawansowanych takich jak: Praktykowanie szamanizmu, Szamańska terapia, Trening Szamańskiego Uzdrawiania – przez usuwanie blokad zgromadzonych w ciałach duchowych; Odzyskiwanie Duszy – Praca z Utratą Duszy; Związki i Szamanizm – Postrzeganie Związków Oczami Duchów; Szamańskie Uzdrawianie i Duchy Natury; Trening Szamańskiej Dywinacji; Osobisty Słup Totemiczny.

Maja Wołosiewicz-Towalska

**UZDRAWIAJĄCA MOC SZAMAŃSKIEJ  
PODRÓŻY Z ARVICK BAGHRAMIAN**

Warsztat podstawowy „Magia szamanizmu”: 24-27.X.2019

Warsztat zaawansowany „Praktykowanie szamanizmu”: 4-8.XII.2019

Szamańskie podróże, Duchowi Przewodnicy i Opiekunowie, Odzyskiwanie Duszy i Mocy, uzdrawianie, Zwierzęta Mocy, Duchy Natury, Osobisty Słup Totemiczny.



ZAPISY: [kawkowo@tuitera.eu](mailto:kawkowo@tuitera.eu) • 662 759 576 • [www.tuitera.eu](http://www.tuitera.eu)