



DZIENNIK PRAKTYK MAGICZNYCH

Reo Giza, ezonet.pl, 2025

Przedmowa do Dziennika Praktyk Magicznych

Ten dziennik nie jest zwykłą księgą. To zwierciadło, w którym odbijają się twoje doświadczenia, intencje i spotkania z tym, co niewidzialne. Każda praktyka, którą tu zapiszesz, staje się nicią w tkance twojej osobistej magiji – nicią, którą możesz śledzić wstecz, by odnaleźć wzorce, albo poprowadzić naprzód, by wyznaczyć kierunek własnej ścieżki.

Nie spiesz się, gdy uzupełniasz strony. Zapisuj z taką samą uważnością, z jaką wykonujesz rytuał. Zauważaj zarówno subtelne rozproszenia, jak i znaki, które przynosi Ci świat – sny, synchroniczności, nieoczekiwane spotkania. To właśnie one tworzą alfabet, którym przemawia do Ciebie rzeczywistość.

Niech ten dziennik stanie się Twoim towarzyszem, nauczycielem i kronikarzem. Gdy powrócisz do zapisów po tygodniach czy miesiącach, dostrzeżesz, jak zmienia się twoja praktyka i jak ona zmienia Ciebie.

Zapisując tu swoje doświadczenia, zasiewasz ziarna świadomości, z których wyrasta twoja własna Księga Życia.

Niech każda strona prowadzi cię bliżej Źródła. Niech każdy wpis stanie się krokiem ku pełni światła i mocy.

Reo Giza

ezonet.pl

Czym jest Dziennik Praktyk Magicznych

Twój Dziennik Praktyk Magicznych – a więc karta zawarta na następnej stronie niniejszej książeczki, który możesz skopiować i powielić) można opisać jako narzędzie samoobserwacji i pogłębiania uważności w pracy magicznej. Nie jest to zwykły notes, ale formularz pozwalający uchwycić zarówno warunki zewnętrzne, jak i wewnętrzne, w jakich odbywa się rytuał czy ćwiczenie. Dzięki temu staje się rodzajem „laboratoryjnego protokołu” – pozwala wracać do doświadczeń, porównywać je w czasie i odkrywać powtarzalne schematy wpływające na skuteczność praktyk.

Opis dla użytkownika

Dziennik prowadzi cię krok po kroku przez proces zapisu każdej praktyki: od fazy księżyca i pogody, przez stan psychofizyczny, kierunek świata, ku któremu jesteś zwrócony, aż po opis przebiegu rytuału. Ważną częścią jest też analiza rozprożeń – myśli, wyobrażeń, doznań czy wydarzeń zewnętrznych – co pozwala lepiej zrozumieć własny umysł. Formularz obejmuje także miejsce na dywinację przed praktyką oraz zapis snów i synchroniczności po ćwiczeniu. To narzędzie łączy w sobie aspekt dziennika duchowego, notatnika eksperymentatora i kroniki magicznych synchroniczności.

Instrukcja użytkowania

1. Przed praktyką – uzupełnij datę, fazę księżyca, pogodę i wykonaj krótką dywinację (np. Tarot, I-Ching). Zanonuj jej wynik i interpretację.
2. W trakcie – zapisz godzinę rozpoczęcia, stan psychofizyczny, asanę (pozycję, w jakiej stoisz lub siedzisz w trakcie praktyki), miejsce i kierunek (strona świata) w jakim się zwracasz. Po rytuale zanonuj jego przebieg i refleksje.
3. Po praktyce – oceń, czy cel został osiągnięty i przeanalizuj rozprożenia. To pozwoli ci monitorować postępy w koncentracji.
4. W ciągu dnia/nocy – zwróć uwagę na sny, synchroniczności lub nietypowe doświadczenia. Zapisz je, nawet jeśli wydają się nieistotne.
5. Archiwizuj – powielaj kolejne strony i zbieraj je w segregatorze. Z czasem zobaczysz, jak warunki zewnętrzne i wewnętrzne wpływają na skuteczność twojej praktyki.

DZIENNIK PRAKTYK MAGICZNYCH

data:	faza księżyca:	pogoda:
-------	----------------	---------

PRAKTYKA

rodzaj dywinacji przed praktyką:	cel dywinacji przed praktyką:	wynik dywinacji przed praktyką:
----------------------------------	-------------------------------	---------------------------------

godzina rozpoczęcia:	godzina zakończenia:	wyjściowy stan psychofizyczny:
asana:	miejsce wykonywania:	kierunek zwrócenia się:

inne okoliczności:

opis przebiegu:	zakładany cel:
	czy został osiągnięty:

rodzaje i ilości rozprożeń w poszczególnych kategoriach:

popłynięcie z myślami	kontrolowane zaangażowanie w pojedynczą myśl	popłynięcie z wyobrażeniami (drzemka na jawie/sen)	kontrolowane zaangażowanie w pojedyncze wyobrażenie
popłynięcie z doznaniem zmysłowymi	kontrolowane zaangażowanie w doznanie zmysłowe	popłynięcie (niekontrolowane zaangażowanie) z wydarzeniami	kontrolowane zaangażowanie w wydarzenia

szczególne wydarzenia i doświadczenia w następstwie ćwiczenia (np. sny lub synchroniczności):

DZIENNIK PRAKTYK MAGICZNYCH – PRZYKŁAD WYPEŁNIENIA / OBJAŚNIENIE

data: 5 listopada 2025	faza księżyca: ścisła pełnia w Strzelcu (poszerzanie horyzontów)	pogoda: duże zachmurzenie, ok 10 stopni Celsjusza
------------------------	--	---

PRAKTYKA: RYTUAŁ ŚRODKOWEGO FILARU

rodzaj dywinacji przed praktyką: I-Ching	cel dywinacji przed praktyką: Pytanie, jaki rezultat przyniesie rytuał, który zaraz rozpocznę.	wynik dywinacji przed praktyką: Heksagram 7: Shī (師) – Armia (skup się na organizacji i dyscyplinie. Unikaj nadmiernej agresji i wykorzystywania siły.)
--	--	---

godzina rozpoczęcia: 14:20	godzina zakończenia: 14:50	wyjściowy stan psychofizyczny: wyspany, pewny i zrelaksowany
asana: ruchy rytualne	miejsce wykonywania: salon	kierunek zwrócenia się: ku wschodowi

inne okoliczności:
 Obudzenie się o 8:00, praca przy komputerze, o 13:00 zjedzenie lekkiego posiłku (owoce morza).
 Zamierzam pierwszy raz odprawić rytuał/ćwiczenie środkowego Filaru bez wspierania się notatkami, jest podekscytowany tym faktem.

opis przebiegu: Wykonałem rytuał z pełną koncentracją, Wibrowanie hebrajskich słów poprowadziło mnie do granicy transu. Wizualizacje nie bardzo mi się udały, może dlatego, że jeszcze nie wykonuję tego rytuału automatycznie na poziomie technicznym.	zakładany cel: lepsze opanowanie tego rytuału czy został osiągnięty: wydaje mi się, że tak
--	---

rodzaje i ilości rozproszeń w poszczególnych kategoriach:

popłynięcie z myślami 1 raz zacząłem w trakcie myśleć o pracy i przez chwilę byłem tam, a nie tu i teraz	kontrolowane zaangażowanie w pojedynczą myśl 2 razy miałem refleksje o rytuale, które zapisałem, przerywając go	popłynięcie z wyobrażeniami (drzemka na jawie/sen) nie miałem	kontrolowane zaangażowanie w pojedyncze wyobrażenie gdy wibrowałem JHVH miałem wizję tego bóstwa, którą zapisałem osobno
popłynięcie z doznaniem zmysłowymi raz się odruchowo podrapałem po głowie (w momencie gdy ćwiczenie koncentrowało się na moich stopach)	kontrolowane zaangażowanie w doznanie zmysłowe dwa razy się podrapałem po udzie decydując się na to, świadomie. Swędzenie pojawiło się gdy zaczynałem wizualizować światło nad moją głową	popłynięcie (niekontrolowane zaangażowanie) z wydarzeniami gdy zaczynałem rytuał coś spadło w kuchni i odruchowo przeszedłem się tam, żeby sprawdzić	kontrolowane zaangażowanie w wydarzenia gdy kończyłem rytuał zsunęła się ze mnie szata rytualna. Poprawiłem ją świadom, że to robię, jako w pewnym sensie część rytuału.

szczególne wydarzenia i doświadczenia w następstwie ćwiczenia (np. sny lub synchroniczności):

Wieczorem tego samego dnia znalazłem na ulicy 50 złotych. W nocy miałem sen, w którym zaprzyjaźniałem się z kozłem górskim.

