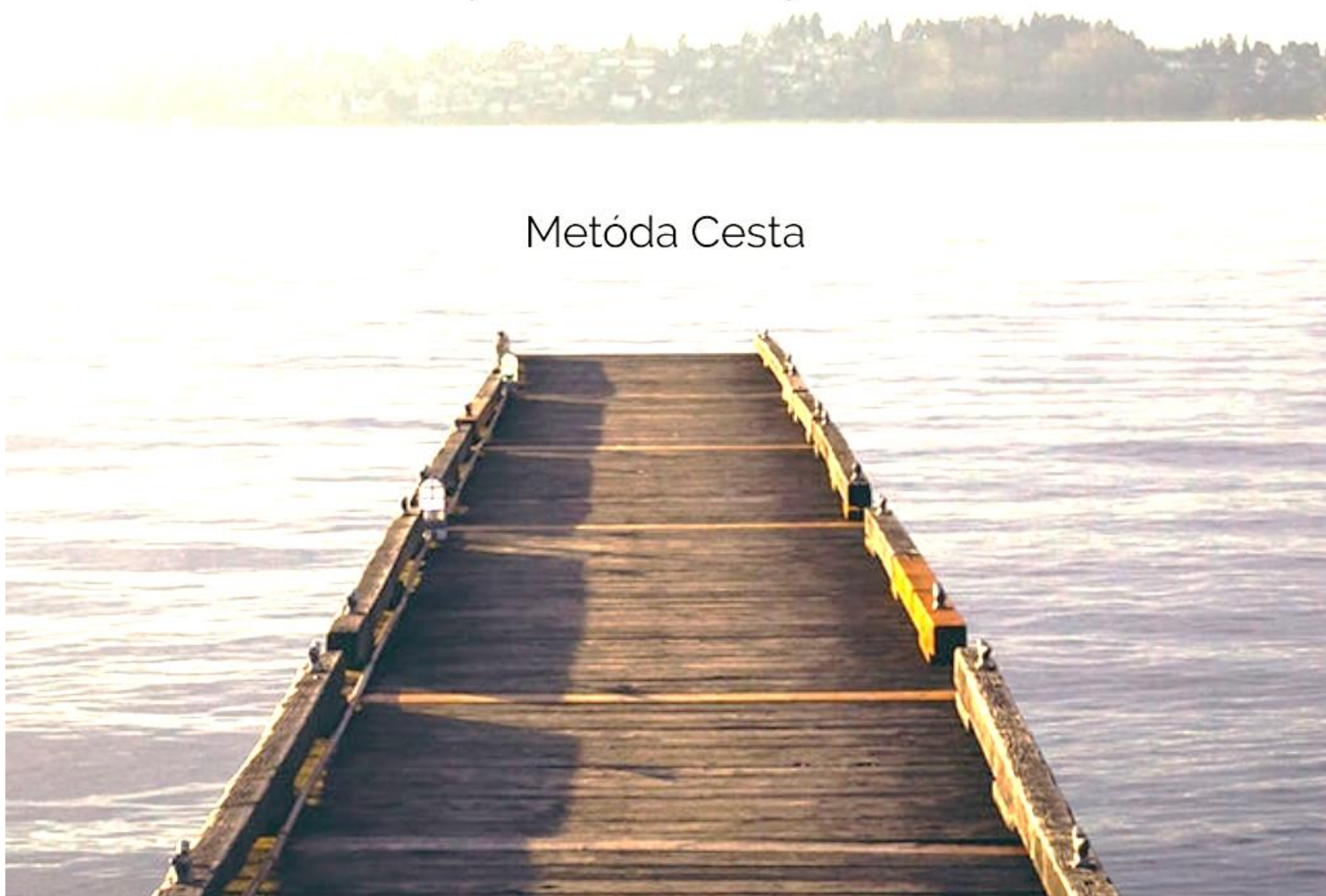




# Cesta k uzdraveniu

Príbehy 12 ľudí, ktorí sa prirodzenou cestou vyliečili z  
rakoviny a ďalších vážnych chorôb

Metóda Cesta



*Milí čitatelia,*

*sme veľmi radi, že si k vám táto elektronická kniha našla svoju cestu. Vybrali sme pre vás **12 silných skutočných príbehov ľudí, ktorí sa prirodzenou cestou uzdravili** z vážnych chorôb.*

*Je možné, že vy alebo niekto z vašich blízkych v súčasnosti čelí vážnej chorobe alebo bojuje s chronickým zdravotným problémom a my dúfame, že vás táto kniha inšpiruje a posilní vás a/alebo vašich blízkych **na vašej ceste k uzdraveniu.***

*Počas uplynulých 20 rokov pomohla Cesta tisíckam ľudí prirodzene sa uzdraviť z vážnych chorôb a problémov. Svojich lekárov nechali v nemom úžase a svoje vyliečenie pripisujú jednej veci – tomu, že sa **spojili s tou časťou svojho tela, ktorá presne vedela, ako sa uzdraviť.***

*Uzdravili sa tým, že vyriešili príčinu svojej choroby.*

*V nasledujúcich kapitolách nájdete príbehy 12 ľudí, ktorí si v boji so svojou chorobou prešli obrovskou bolesťou, strachom a beznádejou a predsa v sebe našli silu **sa úplne uzdraviť.***

*Niektorí kombinovali tradičnú medicínu s alternatívnymi metódami a iní sa naplno spoliehali na schopnosť svojho tela sa uzdraviť.*

*Nech je už vaša cesta akákoľvek, veríme, že vám táto kniha pomôže a podporí vás na nej.*

*Prajeme vám inšpirujúci čitateľský zážitok!*

*S láskou,*

*Tím Cesty*

## Viac o Brandon Bays a metóde Cesta

Cesta je jedinečná a silná liečebná metóda zameraná na riešenie rôznych problémov, s ktorými sa v našom živote stretávame – fyzických, mentálnych a emocionálnych.

Vedecké dôkazy potvrdzujú, že väčšina našich problémov má svoje korene v emocionálnej oblasti. To, čo robí metódu Cesta takou efektívnou je, že vám umožňuje odhaliť príčinu, ktorá leží v koreni vašej choroby a úplne ju odstrániť tak, aby mohlo dôjsť k uzdraveniu.

Táto liečebná metóda sa zrodila pred 20 rokmi z priamej skúsenosti Brandon Bays potom, čo sa uzdravila z obrovského nádoru len za 6 a pol týždňa a to bez užívania akýchkoľvek liekov alebo chirurgického zákroku.



Rozšírila sa po celom svete a zmenila životy tisíckam ľudí. Vďaka svojej jednoduchosti a možnosti dostať sa ku príčine, ktorá leží v koreni akéhokoľvek problému, sa metóda Cesta používa na celom svete v školstve, zdravotníckych zariadeniach, väzniciach, v podnikateľskej oblasti a dokonca aj na vládnej úrovni.

Táto elektronická kniha obsahuje 12 skutočných príbehov uzdravenia ľudí, ktorí na svojej ceste za vyliečením využili metódu Cesta a ktoré sme vybrali spomedzi tisícok zdieľaní, ktoré nám prichádzajú emailom alebo tých, ktoré sme získali na jednotlivých seminároch. Podľa vyhlásenia CDC (Centrum pre kontrolu a prevenciu chorôb) nemôžeme považovať tieto výsledky za typické a garantovať ich.

No to, čo vieme naisto je, že neustály vedecký vývoj potvrdzuje, že uzdravenie na bunkovej úrovni je možné. Odporúčame vám zistiť si o metóde Cesta viac a vyskúšať si ju na sebe.

”

*Až keď zistíte, čo vás má vaša choroba alebo fyzický problém naučiť a **pustíte emocionálne problémy uložené** vo vašich bunkách, potom – a len potom – môže dôjsť ku **skutočnému uzdraveniu** na všetkých úrovniach – emocionálnej, duchovnej a fyzickej.“*

*~ Brandon Bays*

## Skutočné príbehy zázračných uzdravení

### 1. Uzdravila som sa z rakoviny prsníka a mnohých ďalších ochorení a svoj život zmenila od základov

Jean trpela rakovinou prsníka, vysokým krvným tlakom, zvýšeným cholesterolom, ťažkými migrénami, alergiami, ktoré boli také silné, že každú chvíľu zvracala, bolesťami chrbta, ktoré boli natoľko ochromujúce, že nebola schopná chodiť, nádorom na mozgu a mieche, diagnózami ako depresia, porucha osobnosti a posttraumatická stresová porucha.

Potom, čo začala využívať techniky Cesty, má späť svoje zdravie, má viac energie ako kedykoľvek predtým a nepotrebuje užívať žiadne lieky.

---

Autor: Jean Callaway

Volám sa Jean Callaway a pred 15 rokmi som prekonala rakovinu prsníka. Takisto som sa **vyliečila z nádorov na mozgu a mieche.**

V detstve som zažila mnoho fyzického, emocionálneho a sexuálneho násillia a to viedlo k tomu, že som žila život plný strachu, hanby, hnevu, sebanenávisti, viny a nekonečného množstva negatívnych presvedčení o tom, kým v tomto svete som a aké tu mám miesto.



Môj život tak ako som ho poznala sa začal rozpadáť 11. marca 2000, keď mi nečakane zomrela moja najstaršia sestra. Svoju silu ísť vo svojom živote ďalej som čerpala z dennej dávky antidepresív.

O jedenásť mesiacov neskôr rutinná kontrola odhalila **rakovinu prsníka.**

**„Úplne ochromená som svoje telo bezmyšlienkovite odovzdala lekárskej komunite.“**

Keďže som verila, že nad rakovinou nemám žiadnu kontrolu a celý svoj život som riešenia na svoje problémy týkajúce sa života a prežitia hľadala **„tam vonku“**, tak som úplne ochromená bezmyšlienkovite odovzdala svoje telo lekárskej komunite v nádeji, že čoskoro príde do môjho života nový začiatok.

A ako zvyčajne, aj teraz som **zaparkovala svoje pocity niekde hlboko dovnútra**, tam, kde som ich nemusela cítiť.

Vyzbrojená motivačnými nahrávkami som denne fyzicky cvičila, zdravo som jedla, behávala maratóny s dobročinným účelom, radila druhým a lekárskou komunitou som bola vyzdvihovaná ako príklad pozitívneho prístupu k liečbe z rakoviny.

No s každou ďalšou operáciou, s každou ďalšou dávkou chemoterapie a ožarovania sa môj **zápas stával čoraz ťažším**.

Vedľajšie účinky tejto liečby ma dostali na nové dno a do môjho repertoáru pribudli ďalšie antidepresíva, ktoré mali zmierniť účinky chemoterapiou umelo navodenej menopauzy.

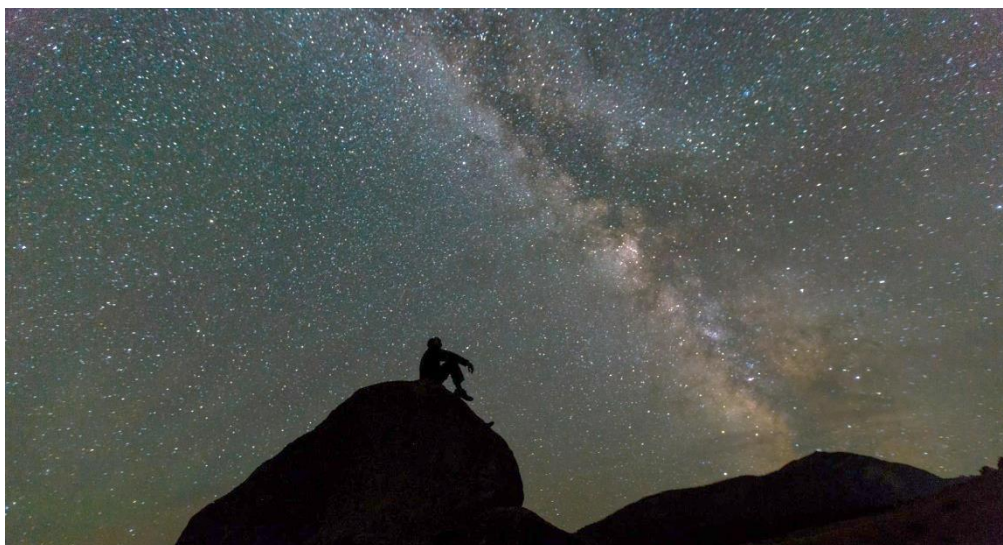
### **Naliata, holohlavá, unavená na smrť, osamelá, v strachu a vážnej depresii**

Veľmi jasne si spomínam na deň 11. septembra 2001 - deň, keď teroristi zaútočili na USA a veže Dvojičiek. Ten deň sa začal ako každý iný deň v mojom živote, **ktorý určovala rakovina**.

Mala som za sebou poslednú dávku chemoterapie, sedela som v obývačke prilepená na obrazovku televízora. **Účinky chemoterapie a menopauzy si vyberali svoju daň**.

Bola som naliata, holohlavá, unavená na smrť, osamelá, ponorená v strachu a hlboko deprimovaná. Svetová trauma 11/9 vtedy padla a zaklincovala môj vlastný hlboký strach o život.

Celá moja realita, vonku aj v mojom vnútri, sa rozpadala, bolo to akoby nastal koniec sveta. Vníkala som, ako sa prepadávam hlbšie a hlbšie do **čiernej diery depresie a zúfalstva**.



Už som sa nevládala schovávať za make up alebo masku, ktorú som si vytvorila. Pokúsila som sa pozrieť do svojho vnútra a snažila som sa presvedčiť samú seba, že to, čo tam vidím, sa mi páči.

Keď sa pozriem späť, uvedomujem si, že **môj pohľad dovnútra bol veľmi povrchný**, nemala som ani tušenia, ako ísť hlbšie alebo kým naozaj som.

Nasledujúce dva roky ma život postavil pred sériu bolestivých udalostí: zažila som smrť syna mojej najlepšej priateľky, môjho švagra, môjho nevlastného otca a mojej matky.

Bez ohľadu na to, kam som sa pohla, visel nado mnou Damoklov meč, čakajúc na svoju príležitosť a potvrdzujúc tak moje presvedčenie, že **život je ťažký**.

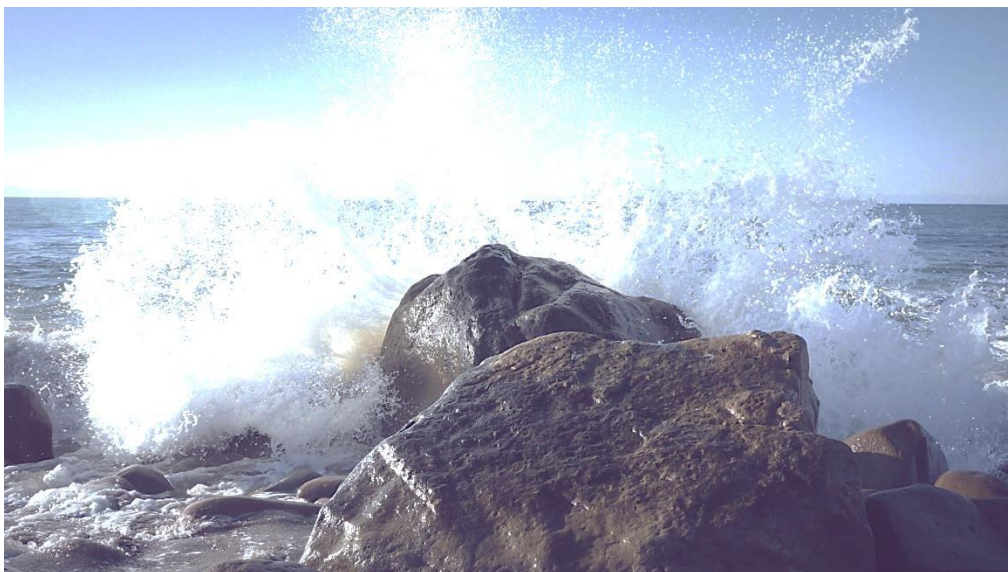
Len devätnásť mesiacov po ukončení liečby rakoviny prišiel ďalší zničujúci úder.

Bežná kontrola u onkológa odhalila „niečo cudzie“ na mozgu a mieche.

Iba päť dní po pohrebe mamy môj neurochirurg vyslovil šokujúcu správu, po ktorej som nebola schopná hovoriť. Ihneď som musela podstúpiť „urgentnú operáciu miechy“, ktorá mala spôsobiť v najlepšom prípade „nezvratné poškodenie“ a v najhoršom prípade som mala zostať na vozíčku.

## **Duchovne mŕtva, emocionálne vyčerpaná, pohltená bolesťou**

V tej chvíli moja budúcnosť vyzerala ako bludný kruh vážnej choroby, ďalších liekov, ktoré mali eliminovať vedľajšie účinky tých, ktoré som brala, paralýzy a smrti.



V ten deň som sa naštvála a **urobila som zásadné rozhodnutie:**

Už dosť!

V žiadnom prípade!

Nikdy viac!

## **Niekdde hlboko vo svojom vnútri som vedela, že život má vyzeráť inak...**

To, čo nasledovalo po tomto rozhodnutí ma otvorilo úplne novému spôsobu života. Začala som hľadať rôzne **alternatívne a doplnkové liečebné metódy** a postupne som získala úplne odlišný pohľad na to, čo je príčinou mojej choroby, ktorý ma veľmi posilnil.

Keď som po prvý krát počula o vedeckých dôkazoch toho, že koreňom každej choroby, či už fyzickej, emocionálnej alebo duchovnej, je **potlačená emocionálna trauma na bunkovej úrovni**, každá bunka v mojom tele *vedela*, že to je pravda.

O tejto možnosti sa mi nik z lekárskeho tímu nezmienil a bola to pre mňa OBROVSKÁ novinka.

Konečne som bola nútená priznať si fakt, že v sebe nosím **celoživotne potláčané pocity**.

Žila som život, ktorý bol o rakovine prsníka, vysokom krvnom tlaku a cholesterole, ťažkých migrénach, alergiách takých silných, že som každú chvíľu zvracala, s bolesťami chrbta, ktoré boli natoľko ochromujúce, že som takmer nemohla chodiť, s nádorom na mozgu a mieche, s diagnózou depresie, poruchou osobnosti a posttraumatickou stresovou poruchou a to všetko nado mnou viselo každú minútu môjho života ako ťažké, čierne mračná...

Bolo to na mňa príliš ťažké bremeno.

## **A takto sa začala moja osobná cesta k uzdraveniu**

V čase, keď som sa stretla s Cestou, som bola som duchovne mŕtva, emocionálne vyčerpaná a moje telo bolo pohltené bolesťou.

Už od prvého dotyku s Cestou sa táto metóda pre mňa stala **integrálnou súčasťou môjho vlastného uzdravenia** – fyzického, emocionálneho a duchovného.

Poskytovala mi objatie lásky, bezpečia, podpory a nástroje, ktoré som potrebovala na to, aby som sa pozrela do svojho vnútra a vrátila sa naspäť k sebe samej.



Počas nasledujúceho roka a pol, keď som prechádzala procesmi Cesty, stala som sa svedkom neuveriteľnej metamorfózy, ktorá sa diala v mojom vnútri. Naučila som sa, ako mám z môjho života zhodiť bremeno bolesti, smútku, žiaľu, viny, strachu a hnevu, pocitov, ktoré ničili moje telo, myseľ a ducha.

Teraz je tu zo mňa oveľa menej – menej ega, menej hnevu, menej strachu, menej závidi, menej túžob, menej pripútanosti.

A zároveň je tu zo mňa oveľa viac – viac lásky, viac radosti, viac súcitu, viac vnútorného pokoja, viac vďačnosti.

Spätne si uvedomujem, že som vlastne nikdy nevedela, kým som, nikdy som na to ani len nepomyslela.

Teraz viem, kým som, **som na seba hrdá a cítim sa vo svojej koži dobre** a všetko v mojom živote sa zmenilo od základov.

Kým predtým som bola celý svoj život závislá na druhých, teraz som nezávislá, kým predtým som svoj život trávila analýzou druhých, teraz som viac v sebe.

Milujem a súcitím s druhými spôsobom, ktorý im už neumožňuje zotrvať v seba deštruktívnom správaní.

Starosti, ktorých som mala predtým plnú hlavu, sú preč a namiesto nich je tu viera a vedomie, že všetky veci sa vyvinú presne tak, ako majú .... a všetko je v poriadku!

**Moje zdravie je skvelé a mám oveľa viac energie ako kedykoľvek predtým.**

Už viac nie som ochotná zažívať čokoľvek, čo nie je v súlade s mojou energiou alebo naráža na môj pocit radosti so života.

Keď som sa vybrala na svoju osobnú cestu a obrátila sa k alternatíve, **úplne prirodzene som prestala užívať akékoľvek predpísané lieky vrátane** tých, ktoré mali eliminovať možnosť recidívy rakoviny.

Na každom rohu na mňa teraz čaká nové, vzrušujúce dobrodružstvo. Teraz je pre mňa život vo väčšine prípadov ľahký, nenútený a oveľa zábavnejší.

Už viac nepochybujem o tom, že sme to my, kto naozaj môže a reálne ovplyvňuje naše vlastné prežívanie života. A to je úžasné!

Tiež som prišla na to, že NIE SME „nálepkami“, ktoré nám dala alopatická medicína, **NIE SME našou chorobou alebo fyzickým stavom.**

Choroba je vlastne len spôsob, akým sa naše telo snaží s nami komunikovať. Je načase sa stíšiť, ísť do svojho vnútra a začať počúvať, čo sa nám naše telá snažia tak zúfalo naznačiť.

A tu sa začína skutočné uzdravenie.

**Jean Callaway:** uznávaná koučka v oblasti duchovného a fyzického zdravia, učiteľka, intuitívna liečiteľka a terapeutka. Jej samotná prítomnosť vyžaruje liečivé vedomie, ktoré premieňa životy druhých. Jej hľadanie cesty k uzdraveniu z nádoru na mozgu a mieche viedlo k nájdeniu intenzívnej a fascinujúcej liečivej cesty, na ktorej došlo k zjednoteniu uzdravenia a regenerácie s vyšším vedomím. Žije v Ottawe, v Kanade a môžete ju kontaktovať na [jeancallaway@bell.net](mailto:jeancallaway@bell.net) alebo jej zavolať na 613-295-2756.

”

Ste tým, čo hľadáte.“

~ *Brandon Bays*

## 2. Našla som úľavu od chronickej a ničivej bolesti a vyliečila abnormálne bunky v mojom tele

Keď Dr. Rangane Rupavi Choudhuri lekári zistili abnormálne bunky a chronický stav hormonálnej nerovnováhy, nemala ani tušenia, že práve toto zmení jej život k lepšiemu. Bol to začiatok celoživotnej cesty, na ktorej zanechala svoju vtedajšiu prácu na prestížnej pozícii v rámci nadnárodnej spoločnosti a začala od nuly. Uzdravila sa bez chirurgického zákroku a našla svoje šťastie a vnútorný pokoj bez užívania kokteilu liekov, na ktorom roky fungovala.

---

Autor: Dr. Rangana Rupavi Choudhuri

Bola som zničená a v šoku, keď mi to v roku 2001 oznámili.

Diagnóza chronickej hormonálnej nerovnováhy a abnormálne bunky, čo si vyžadovalo okamžitú operáciu a neustálu liečbu.

Keďže som študovala a pôsobila na Oxfordskej univerzite vo Veľkej Británii a získala som PhD v rámci výskumu rakoviny, nečakala som, že sa to môže stať aj mne!



Stále mám v živej pamäti ten ranný telefonát z nemocnice. Šoférovala som do práce v rýchлом pruhu popri nádhernom floridskom pobreží a aby som to strávila, musela som zastaviť na sivom a opustenom stavenisku.

V snahe spracovať túto správu moja hlava bežala na plné obrátky a zároveň s tým som niekde v sebe cítila, že operácia nebolo pre mňa to pravé a že **musí existovať aj iná cesta.**

Len som zatiaľ nevedela, aká. Alebo ako tú cestu nájsť.

Až o rok neskôr, v decembri 2002, keď zomrel môj otec, som objavila **Cestu**, knihu od Brandon Bays.

**Ako som ju čítala, vedela som, že to, čo je v tej knihe, ma privedie k uzdraveniu môjho tela, mysle a ducha.**

Abnormálne bunky a nefunkčnosť reprodukčného systému sa mi začali spájať s mojou nevyriešenou minulosťou a obmedzujúcim myslením.

Postupne som si o emocionálnom uzdravení zisťovala viac a viac a začala som si uvedomovať, že...

... podľa vedeckých tvrdení malo neobmedzené zdravie tri hlavné súčasti:

- priamy prístup k negatívnym spomienkam z minulosti, ktoré zostali uložené v našich bunkách (bunkové spomienky), obmedzujúcim presvedčeniam a negatívnemu vedomiu v našom energetickom poli.
- schopnosť vyjadriť a vypustiť negatívne emócie a vydať zo seba bolesť, zranenie a sklamanie z minulosti a otvorenie sa odpusteniu, vrátane odpusteniu sebe samému
- prístup k vyššiemu vedomiu, nekonečnej inteligencii alebo energii Zdroja, ktorý naštartuje liečenie zvnútra.

Skrze moju vlastnú skúsenosť a vďaka práci s tisíckami ľudí po celom svete som si uvedomila, že **úplné uzdravenie sa udeje vtedy, keď sme otvorení v Zdroji** alebo vyššom vedomí.

Tiež som si uvedomila, že Zdroj je tu vždy a aby sme sa k nemu dostali, potrebujeme **vypustiť negatívne emócie**, potrebujeme sa zbaviť svojej minulej bolesti, nájsť v sebe efektívnejšie a posilňujúce zdroje, no čo je najdôležitejšie, potrebujeme **milovať, prijímať a odpustiť sebe samým**.

### **Metóda Cesta viedla k spontánnemu uzdraveniu**

Cestou ako ju popisuje Brandon vo svojej knihe som **uzdravila abnormálne bunky** – doslova sa z môjho tela vyplavili a môj reprodukčný systém sa spontánne naštartoval a začal fungovať úplne normálne.

Lekári a sestričky boli ohromení – bola som pre nich živým dôkazom toho, že **je možné sa uzdraviť alternatívnym spôsobom bez operácie alebo liekov**.

Okrem abnormálnych buniek som denne trpela chronickými migrénami a ničivou bolesťou pliec a chrbta.

Aby som ju zvládala a tlmila, využívala som terapiu šokom a niekoľko druhov liekov.

Počas nasledujúcich 7 rokov som pokračovala v práci v korporátnom svete, šéfovala som rôznym marketingovým tímom a obchodným líniam na celom svete a držala som sa istoty a pohodlia, ktoré mi moja vysoká pozícia dávala.

V decembri 2008 som mala vážnu nehodu, v ktorej som utrpela zlomeninu kostrče, krížovej kosti a panvy a musela som 9 mesiacov ležať.

**Bol to čas znovuzrodenia, reflexie, počas ktorého som využívala všetky liečebné možnosti, ktoré som poznala.**

Po 9 mesiacoch som bola bez bolesti a schopná znovu chodiť a doslova som odkráčala z mojej našliapnutej kariéry nechajúc za sebou športové auto, životný štýl biznis sveta a pripútanosť k vysokému platu.

Moja cesta k uzdraveniu ma tiež **zbavila potreby vonkajšieho uznania**, odmien a symbolov súvisiacich s mojím statusom.

Keď som zanechala svoj starý životný štýl, odovzdala som sa bez toho, aby som vedela, ako budem ďalej splácať hypotéku, účty alebo za čo si vlastne kúpim jedlo.

Spočiatku som bola stratená ako bója v oceáne, vznášajúc sa na vode a poskakujúc na hladine hore a dolu.

Žiaden jasný smer. Žiadna cesta a predsa - pokoj. Vznášajúc sa. Hojdajúc. V nevinosti. V neznáme.

### **Život naplnený zmyslom**

Vedená svojim vnútrom som v Londýne začala zdarma organizovať meditačné stretnutia a ľudia ku mne začali jeden po druhom prichádzať. Postupom času sa začali objavovať požiadavky na platené sedenia a takto som pomaly rozvinula svoju súkromnú prax.

Teraz cestujem po svete a ľuďom z rôznych zázemí, rás a kultúr prezentujem semináre, ktoré im pomáhajú v ich osobnom, profesionálnom a duchovnom rozvoji.



”

Život nás tak veľmi miluje, že nám každú chvíľu ponúka čistú stranu, na ktorej môžeme začať svoj život tvoriť nanovo. Je načas vykročiť za svojím snom, siahnuť po hviezdach, začať odznova...”

~ *Brandon Bays*

### 3. Koniec 5 rokom depresie vďaka trom procesom Cesty

**Keď Joanie McMahon zomrel manžel, s ktorým prežila 19 rokov, prepadla sa do hlbkej depresie a zdanlivo nekonečných samovražedných myšlienok. Po troch procesoch Cesty prestala brať antidepresíva a skoncovala s 5 rokmi depresie.**

---

Autor: Joanie McMahon

V roku 1997 mi po 4 rokoch boja s rakovinou zomrel môj manžel, Russell. Boli sme spolu 19 rokov.

Stálo ma **obrovské úsilie, mnoho času a energie** udržať ho v jeho fyzickej forme tak dlho. Máme dve nádherné deti a boli sme šťastní. Russell chcel tak veľmi žiť čo najdlhšie, no jeho telo bolo zničené rakovinou a bol veľmi slabý.

Zomrel 9. septembra. Bola nedeľa a bol to nádherný jesenný deň ... jeho obľúbené obdobie a obľúbený deň v týždni.

Po jeho smrti som bola zničená, vyčerpaná všetkým tým úsilím a trápením posledných rokov. Bola som zraniteľná a úplne stratená. Vlastne mi nikdy ani nenapadlo, že by mohol zomrieť.

#### **Boj s neutíchajúcimi samovražednými myšlienkami**

Veľmi krátko po jeho smrti som sa prepadla do **hlbkej depresie, ktorej som sa nemohla zbaviť.**

Pôsobila som ako poradca a psychológ a teraz som bola nútená vyhľadať pomoc inej poradkyne, ktorú som navštevovala raz týždenne po dobu 4 rokov.

Podobne ako ja ani ona nemala tušenia, prečo depresia nepoľavuje. Hľadala som pomoc úplne všade. Vedela som, že niečo nie je v poriadku, no nevedela som, čo spôsobovalo, že tu depresia stále bola.

V čase, keď som bola neustále v posteli a **bojovala s neutíchajúcimi samovražednými myšlienkami**, začala som sa modliť a prosiť o pomoc a úľavu od všetkých tých myšlienok a môjho stavu. Prosila som o smrť.

Bolo to temné, pekelné obdobie ... a ako sa často stáva, v prosbe o pomoc sme vedení k uzdraveniu ... niekto mi odporučil knihu od Brandon Bays, **Cesta** ... Len čo som si ju prečítala, vedela som, že mi pomôže.



Hneď na to som v meste vyhládala terapeutku tejto metódy ... keďže mala priestor, dohodli sme si terapiu a už po prvom sedení som cítila, ako sa ťažoba depresie začala dvíhať.

## **A o tri sedenia neskôr som bola schopná prestať brať lieky**

Po prvom sedení som sa pozrela na terapeutku a povedala som: „To je úžasné!“ Cítila som, ako trauma, ktorú som prežila, opúšťa moje telo.

Pomyslela som si a nahlas aj povedala: „ak môžem ja vyčistiť spomienku uloženú v maternici, potom má celá naša planéta obrovskú nádej sa uzdraviť.“

V tom čase som pracovala s problémovými tínedžermi a začala som s nimi robiť procesy Cesty a tie viedli k úžasným výsledkom.

Odvtedy som tejto práci verná a pravidelne si procesmi **čistím ďalšie a ďalšie nevyriešené problémy alebo veci, ktoré do môjho života prichádzajú.**

Je to súbor najsilnejších techník, aké poznám a hovorím o nich všade, kam sa pohnem.

”

Verte, že všetko, čo sa deje, má svoj dôvod  
a je tu pre vaše dobro.“

~ *Brandon Bays*

## 4. „Zobudila som sa bez migrény...“

**Už v prvom procese Cesty prišla Valerie Stillman na príčinu, ktorá stála za jej neznesiteľnými migrénami, ktorými trpela celý svoj život a natrvalo sa ich zbavila. Jedného rána sa zobudila bez bolesti a od vtedy už žiadnu migrénu nemala.**

---

Autor: Valerie Stillman

Migrénami som trpela odkedy si pamätám... Asi od 15 alebo 16-tich rokov som mávala pravidelné ničivé bolesti hlavy, ktoré niekedy trvali aj dva-tri dni.

Asi v 20-tich som objavila lieky, ktoré mi priniesli úľavu od tej hroznej bolesti a bola som za ne veľmi vďačná.

Samozrejme, že som nebola dvakrát nadšená myšlienkou, že mojou jedinou pomocou budú lieky na predpis, no potreba úľavy od bolesti bola väčšia ako táto nelichotivá vízia.

Život šiel ďalej a mňa čím ďalej tým viac frustrovalo to, že som tento zničujúci problém nemala vôbec pod kontrolou.

Začala som si všímať spúšťače bolestí hlavy a zároveň som vedela, že pod tým všetkým musí byť nejaká hlbšia príčina, ktorá migrény spôsobovala.

Vedela som, že tri dni strávené vo vysokej nadmorskej výške alebo môj cyklus neboli jedinou príčinou tých šialených bolestí.

### **Jediný proces ma zbavil niekoľkých rokov utrpenia**

Napokon som **požiadala o pomoc** známeho, ktorý bol terapeutom Cesty.

Odvzdala som sa neznámemu ... vo vedomí, že ak by som na to, čo sa ukrýva za mojimi bolesťami, mohla prísť sama, tak by som na to doteraz už prišla.

A tak sme si spoločne na hodinu a pol sadli a urobili sme niečo, čo sa volá proces Cesty.

Bola som jemne vedená do vnútra svojho tela, **vnímala som a počúvala nekonečnú múdrosť svojho tela** a prišla som k miestu, kde som si nevedomky uložila blok, ktorý bol príčinou mojich migrén.



Terapeut ma procesom viedol krok za krokom, až k hlbokému a skutočnému odpusteniu, ktoré skoncovalo s týmto zablokovaným bunkovým vzorcom.

Efekt a hĺbku toho procesu som však spoznala až niekoľko mesiacov neskôr.

Proces sa udial jedného dňa v novembri 2006 a bola som po ňom hlboko pokojná, no neverila som, že mi to pomohlo a naozaj niečo vyriešilo.

**Prešli mesiace... prišli spúšťače ... no migrény NIE.**

Jediné, čo môžem povedať je to, že od toho dňa v novembri 2006 som nemala ani jednu migrénu.

**Je to zázrak, v ktorý som dúfala celý svoj dospelý život.**

Stále som hlboko vďačná za toto uzdravenie a túto slobodu.

Ak ste migrénu na vlastnej koži nezažili, tak je možné, že nepochopíte obrovský význam toho, čo sa mi v živote stalo. Tí, ktorí pri mne boli a videli ma trpieť, to chápu a ja viem, že to nie je nič iné než zázrak.



”

Od svojich emócií nemôžete utiecť. Ak hľadáte pokoj, tak jedinou účinnou cestou ako ho nájsť, je otvoriť sa svojim pocitom.“

~ *Brandon Bays*

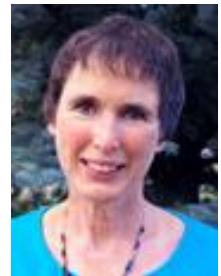
## 5. Po 20 rokoch snaženia sa dostať sa z chronickej bolesti zmizla po prvom procese Cesty

Patricia Kendall sa 20 rokov rôznymi liečebnými metódami usilovala nájsť príčinu bolestivej ulceróznej kolitídy, až kým ju jej hľadanie neprivedlo k Ceste. V prvom procese Cesty sa dostala do bunkovej spomienky, ktorá viedla ku vzniku choroby a úplne ju odstránila. Od toho dňa v tej oblasti svojho tela nepocítila bolesť.

---

Autor: Pat Kendall

V roku 2003 mi **ulcerózna kolitída, bolestivá a v niektorých prípadoch aj smrteľná choroba** už 20 rokov určovala môj život a viedla ma od jednej liečebnej metódy k druhej.



S hypnoterapeutom sme sa dohodli, že „pôjdeme dovnútra“ čreva, aby sme zistili, čo sa tam deje a spýtali sa, **ako sa môžem uzdraviť**.

Alebo s EMDR terapeutom sme urobili zoznam a znecitlivali tie traumatické udalosti, ktoré mohli **mať vplyv na tú časť môjho tela**.

Po každej z tých terapií som však cítila úzkosť, pochybnosti ... a neudiali sa žiadne zmeny.

S Cestou som však bola najprv jemne vedená k tomu, aby som sa **otvorila do rozľahlého vedomia vo svojom vnútri** – to, čo Brandon nazýva Zdrojom – a vedená touto nekonečnou múdrosťou a na moje veľké prekvapenie som sa ocitla v mojom srdci a nie mojom čreve!

A tam bola spomienka, ktorá prekvapujúco nebola na žiadnom zozname mojich tráum.

**„Tvoje dni sú zrátané“.**

Spomienka na to, ako som 12 ročná pomáhala jedno krásne popoludnie v ružovej záhrade môjmu milovanému otcovi.

Niekde v hĺbke v tej chvíli, keď sme zažívali jednotu, moja duša zavnímala, že môj otec zomrie v mladom veku. Bez toho, aby som to vedome vedela, sa moje milujúce srdce rozhodlo: „Ak odíde predčasne, tak ja musím tiež!“

A tak s každým úderom srdca, moje telo, **moje bytie, moje vnútro v sebe realizovalo tento odkaz:** „Tvoje dni sú zrátané... Nad tvojou hlavou visí meč ... a ty nikdy nevieš, kedy nadíde tvoj čas ...“

**Počas toho procesu Cesty sa moje bunky otvorili** a ja som zo seba vyliala všetok žiaľ, strach a napokon som oddelila svoj osud od osudu môjho otca.

Potom bezhraničná múdrosť môjho Zdroja naprogramovala moje srdce a telo oveľa zdravším spôsobom. A od toho dňa až doteraz som **nepocítila v tej oblasti môjho tela žiadnu bolesť.**

Nikdy by som sa nedopátrala k príčine mojej bolesti tým, že som **kombinovala môj a terapeutov najlepší odhad.**

Veď tým som strávila 20 rokov bez akéhokoľvek výsledku.

A úzkosť, ktorá mi bránila v meditácii 40 – áno, 40 – rokov, zázračne zmizla!

A moja závislosť na čítaní románov, ktorá ma chránila a zároveň bránila žiť svoj vlastný život viac ako pol storočia potichu, bez protestov a bez cielenej snahy vymizla tiež.

### **Opakujúce sa zázraky každodenného života**

Viem, že moji klienti zažívajú podobné – odvážim sa povedať - zázraky.

A tieto „zázraky“ sa opakujú a sú potvrdené vedou a uzdravením na všetkých úrovniach bytia.

**Som v neustálom úžase** nad fyzickým, emocionálnym a duševným uzdravením, ktoré zažívajú moji klienti a ja.

A som hlboko šťastná, keď vidím svet skrze oči Svetla a Lásky.

Patricia Kendall, Ph.D., LSHC, je psychoterapeutkou, akreditovanou terapeutkou Cesty a koučkou duchovného zdravia. Zastáva viacero administratívnych pozícií v rámci Cesty v severnej Amerike, vrátane pozície zakladateľky a Prezidentky severoamerickej asociácie terapeutov Cesty a je editorkou antológie príbehov uzdravenia, *Prežiť svoju Cestu*, ktorá bola vydaná v roku 2012. Pat žije vo Fort Collinse, v Colorade, no jej terapeutická prax má celosvetový záber. Už viac ako 20 rokov pomáha svojim klientom v pohľade do svojho vnútra, v púšťaní príčin bolesti v ich živote a v čistení blokov voči fyzickému a emocionálnemu uzdraveniu. Jej séria CD LifePath je zameraná na učenie životne dôležitých techník na zmiernenie stresu, ktoré sme sa v škole nikdy neučili: ako precítiť emóciu zdravým spôsobom; ako rýchlo a jemne zmeniť vzorce správania; ako spoznať a zmeniť nezdravé vzorce myslenia a jej meditačné CD smerujú k tomu, ako plávať po prúde života efektívne a s ľahkosťou. Môžete ju nájsť na [patkendall@lifepathconsulting.com](mailto:patkendall@lifepathconsulting.com).

”

Je čas prestať hľadať a len spočinúť  
v nekonečnej prítomnosti, ktorá vždy bola  
a vždy bude tým, kým už ste.“

~ *Brandon Bays*



## 6. Uzdravenie z rakoviny prsníka

Susan D'Agostino diagnostikovali rakovinu prsníka a po operácii sa prepadla do hlbkej depresie a pochybností o tom, či sa rozhodla správne.

Jej mentálne a fyzické zdravie zachránila kniha Cesta a teraz žije život v plnosti a autenticite, o akej sa jej predtým ani nesnívalo.

---

Autor: Susan D'Agostino

Nemohla som uveriť tomu, čo som práve počula.

Až do tohto momentu som bola presvedčená, že to nemôže byť rakovina.

Chirurgov hlas, ktorý mi oznamoval dátum operácie, znel ako ozvena prichádzajúca z diaľky. **Takmer som ho nepočula pre búšenie môjho srdca v ušiach.**

Keď som ležala na operačnom stole a umožnila lekárom odrezať kus môjho tela, uvedomila som si, že to nebola voľba, ktorú som pre seba chcela. A keď som potom pozerala na stehy, oči som mala plné slz, bola som otupená a cítila som sa slabá, bezmocná a násilným spôsobom poškodená.

Moje kedysi nádherné prsia boli preč, boli malé a nepekné.

**Bola som plná pochyb.**

Bola operácia správna voľba?

Bolo to moje rozhodnutie?

Nenávidela som to, ako moje prsia teraz vyzerali; akoby ani neboli mojou súčasťou.

Čo však bolo horšie, neznášala som svoje pocity a neznášala som to, že som **nevedela, ako sa prestať takto cítiť.**

**Čakanie na osud naplnený chemoterapiou a ožarovaním**

Priateľ môjho manžela mu povedal, že rakovina na pravej strane znamenala hnev a odpor.



Kým bol, že si dovoľil toto povedať a čo tým vlastne myslel?

Nemohol vedieť, že hnev bol tým, čo žilo v jadre môjho bytia; bol to démon v mojom vnútri, ktorého som sa usilovala tajiť a navonok som ho prejavovala prskaním na môjho manžela a neustálym podráždením.

Bolo horúce letné sobotné popoludnie a ja som ležala na posteli a plakala – čakajúc na trpký osud naplnený chemoterapiou a ožarovaním.

Strach a pomyslenie na túto liečbu zo mňa vysávalo akúkoľvek energiu a terorizovalo moju myseľ.

**Nechcela som byť chorá ... stratiť vlasy ... nechať si do žíl pichať jed. Hrozne som sa bála, že ma to zabije. Nevedela som, čo robiť.**

### **Pochybnosti a strach urobiť rozhodnutie**

Zazvonil telefón. Bola to kamarátova priateľka, ktorá sa uzdravila alternatívnym spôsobom z niečoho podobného.

Hovorila mi o rôznych alternatívnych prístupoch a o tom, aby som začala žiť život s vášňou. Úprimne, nevedela som, ako na to, no to, čo som vedela bolo, že **chcem žiť!**

V tej chvíli som si uvedomila, že **aj ja mám možnosť voľby a môžem si pomôcť** a moje telo zaplavila úľava. Zložila som telefón, vyskočila z postele a vydala sa na lokálnu farmu nakúpiť si čerstvú zeleninu a vyrobiť si šťavu.

Tradičná alebo alternatívna medicína – rozhodnutie bolo potrebné urobiť. Ako som sedela sama v obývačke – pohľtená neschopnosťou sa rozhodnúť – zmocnil sa ma strach.

Čo mám urobiť?

Čo ak sa rozhodnem nesprávne?

### **Nechaj sa viesť svojím telom**

Jemne som vnímala, že sa moje telo **cíti silné, keď som si predstavila alternatívnu cestu a terapie**, no oslablo s pomyslením na chemoterapiu a ožarovanie.

**A zrazu prišiel zvláštny pocit a vedomie, že keď budem počúvať svoje telo, bude ma viesť. Mala som pocit, že je to správne.**

Cítila som, že keď budem dôverovať svojmu telu a nechám sa ním viesť, urobím tú najlepšiu vec. A tak som sa rozhodla svoj imunitný systém posilniť a nie zničiť.

Spočiatku som neúspešne hľadala niekoho, kto by mi mohol pomôcť, no bola som rozhodnutá to nevzdať. Napokon som našla naturopata, s ktorým som pracovala a objavila ďalšie liečebné možnosti, ktoré so mnou rezonovali.

## **Našla som svoju cestu k uzdraveniu!**

Vďaka rakovine som sa naučila, ako žiť vo svojom tele a dôverovať jeho múdrosti. Ako sa milovať a žiť autentický život.

Po všetkých terapiách som **bola neustále vyčerpaná**. Začala som pociťovať úzkosť, pretože som vedela, že o niekoľko mesiacov sa musím vrátiť späť do práce.

Pravdou bolo, že som svoju prácu už niekoľko rokov nemala rada.

Prečítala som si zopár kníh a začala som si uvedomovať, že možno aj ja **môžem žiť život, aký som vždy chcela**.

A aj keď som popravde nemala ani tušenia, ako taký život vyzerá, pretože už veľmi dlho som si nič nepriala alebo nemala žiadnu víziu, rozhodla som sa odísť z práce. Nevedela som, či to bolo správne rozhodnutie, no bolo to *moje* rozhodnutie.

### **Pochybnosti sa vrátili spolu s depresiou. Naozaj som bola zdravá?**

Mnoho dní som len tak sedela a nič nerobila a moja myseľ bežala opreteký a vymýšľala, čo všetko by som mala urobiť.

Niekedy som plakala, no väčšinou som len tak sedela, nič necítila a zúfalo som sa snažila cítiť aspoň niečo ... čokoľvek. Vo vnútri som bola taká prázdna.

A hoci mi priatelia denne telefonovali, cítila som absolútnu osamelosť.

**A potom prišla zúrivosť. Začala z môjho tela vybuchovať ako sopka a už som ju viac nemohla potláčať. Mala som pocit, že šaliem.**

Táto obrovská energia spôsobovala, že moje telo sa prudko triaslo. Bola som úplne mimo akejkolvek kontroly a po každej takejto epizóde som plakala, cítila sa stratená, zmätená a zahanbená.

Po niekoľkých týždňoch potom, čo som sa tejto zúrivosti len odovzdávala, sa jej intenzita začala znižovať. Sedela som a pozerala do prázdna; s ovisnutými rukami po bokoch, nič som nehovorila ani nerobila, dokonca som ani nezdvíhala telefón.

### **Vzdala som boj**

Jedného rána som sa zobudila a cítila som sa dobre. Nič sa nezmenilo, len som sa odrazu cítila šťastne.

Ten pocit so mnou zostal a každé ráno som sa budila s odhodlaním prežiť nasledujúci deň a všetko, čo mi prinesie, naplno. Začala som chodiť na dlhé prechádzky a predstavovala som si to, po akom živote túžim a ako sa chcem cítiť.

Nevedela som ako alebo prečo došlo k takémuto posunu, no zrazu som bola **pripravená začať život naozaj žiť a nie len existovať.**

V tomto stave otvorenosti a sebaspytovania som počula o knihe od **Brandon Bays s názvom Cesta.**

Na internete som sa zúčastnila webináru o bunkovom uzdravení a vypočula si príbeh ženy – Brandon – ktorá sa **uzdravila z obrovského nádoru.**

Musela som sa o tom dozvedieť viac a preto som si ihneď kúpila jej knihu.

**Príbeh Brandon bol v mnohom zrkadlom môjho vlastného života za posledný rok a pol.**

Ona hovorila o obrovskej energii, ktorá triasla jej telom a o tom, ako vďaka svojmu **otvoreniu a odovzdaniu sa týmto silným pocitom našla uzdravenie a pokoj.**

Veľmi hlboko sa ma to dotklo.

Brandon ďalej hovorila o tom, že **táto emocionálna cesta k uzdraveniu je k dispozícii každému** a stačí na to pár hodín vedeného procesu, ktorý vyvinula na základe svojej vlastnej skúsenosti.

Nedočkavo som čakala na svoju prvú Cestu a tá splnila moje očakávania.

Vďaka procesu som zistila, že môj čas zúrivosti a žiaľu vlastne napomáhal môjmu telu k uzdraveniu. Strach a pochybnosti boli hrozné preto, lebo som si ich stotožňovala s chorobou.

V procesoch som objavila, ako sa otvoriť týmto pocitom a prijať ich ako súčasť seba samej a zároveň nájsť pre seba odpustenie a nechať staré veci odísť.

### **Úplne zdravá**

Naučila som sa naplno precítiť zúrivosť, ktorá zo mňa vybuchovala a dnes sa každé ráno zobúdzam vďačná, šťastná a uvoľnená z pút, vďaka ktorým som žila polovičný život.

**Cesta sa stala integrálnou súčasťou môjho uzdravenia** a už nepochybujem, že som úplne zdravá. Mám nástroje na to, aby som sa pozrela do svojho vnútra a obrátila som sa smerom k osobnému rastu a neustále prehlbujúcemu sa vedomiu seba samej. Dnes žijem na úrovni autenticity, o ktorej som predtým ani len nesnívala.

### **Privítanie sebalásky**

Naučila som sa milovať všetky svoje časti, moje menšie prsia, moje jazvy, môj hnev, moje strachy, bola som schopná prijať pocit lásky k sebe samej a ponoriť sa doň.

### **Nie je sebecké alebo arogantné milovať seba samú, je to nutnosť!**

Skrze rakovinu som sa naučila žiť vo svojom tele a dôverovať jeho múdrosti. Tiež som sa naučila milovať seba samú a žiť svoj život autenticky. A každý deň som za toto neustále učenie vďačná.

”

Dôverujte si a dajte vášmu vnútru a vášmu bytiu vedieť, že ste otvorení a ochotní sa počúvať, ochotní cítiť.“

~ *Brandon Bays*

## 7. Uzdravenie ničivých bolestí chrbta, panických atakov a depresie

**Alva L Gilmour bola nútená čeliť najhlbšiemu strachu zo smrti, pretože žila s HIV pozitívnym partnerom a jej najlepšia priateľka zomrela na leukémiu. To viedlo k depresii a bolestiam chrbta, ktoré vďaka Ceste vyriešila, pretože zistila, akú majú jej zdravotné problémy príčinu.**

---

Autor: Alva L Gilmour

Som poradkyňou pre duchovný život a detoxikáciu, takže keď som začala mať zdravotné problémy, **nevedela som pochopiť, prečo.**

Padala som do depresie a nebola som schopná utiecť pred svojimi strachmi z opustenia a bezcennosti.

To všetko postupne začalo vplývať na moje fyzické zdravie.

Mala som ničivé bolesti chrbta a začala som mávať panické ataky týkajúce sa môjho zhoršujúceho sa zdravia. Vedela som, že to pramení z minulosti, no nevedela som, ako to dostať späť pod kontrolu.

Nevedela som, čo robiť alebo na koho sa obrátiť.

### **Život s HIV pozitívnym partnerom a strata najlepšej priateľky**

4 roky som žila s HIV pozitívnym partnerom v neustálom strachu, že to od neho „chytím“. Chodila som na pravidelné testy a vedela som, že to nemám, no predsa....

Zrazu ma zaplavil obrovský strach, že som sa infikovala a už nedokážem čakať na ďalšie testy.

Aby toho nebolo málo, v tom čase mi na leukémiu v mojom náručí zomrela moja najlepšia priateľka. **Neexistovalo nič, čo by som mohla urobiť preto, aby som ju zachránila**, aj napriek tomu, že som urobila všetko, čo bolo v mojich silách.

Môj vzťah s partnerom sa začal postupne rozpadávať kvôli jeho problému s alkoholom.

### **Ocitla som sa v hlbkej kríze.**

Moje sebedomie sa dostalo na nulu a zrazu môj život nemal žiaden zmysel a nevedela som, ktorým smerom sa vybrať.

## Zmiernenie depresie a bolestí chrbta

Hľadala som možnosti, ako si pomôcť a narazila som na Cestu.

Stretla som sa s jednou z prezentérok Cesty a hneď som sa v jej prítomnosti cítila **bezpečne a ľahko**. Robili sme spolu procesy a prišli sme na to, čo bolo príčinou môjho strachu z opustenia, ktorý som v sebe nosila viac ako 30 rokov.

Pocit bezcennosti, ktorý vyplýval z kritiky a projektovanej bolesti môjho otca po smrti mojej matky. Ešte jeden proces Cesty a mala som **pocit, že som naspäť v živote**.

Nielenže som si začala znova veriť a získala som späť svoju hodnotu, bola som schopná pochopiť bolesť môjho otca a odpustiť jemu aj sebe naše nedorozumenia.

A keď som **našla a vyriešila príčinu môjho problému**, depresia zmizla a s ňou aj bolesti chrbta, ktoré sa už nikdy nevrátili.

Odhalila som vzorec svojho myslenia, ktorý vplýval na môj život a vytváral moje zdravotné problémy.

### Žijem svoj sen

Teraz, po dvoch rokoch, mám skvelý domov, nemám žiadne finančné starosti a všetky zdravotné problémy, s ktorými som bojovala, sú preč.

Som úspešnou podnikateľkou, využívam svoje schopnosti, dary a talenty naplno, mám klientov z celého sveta a mnohí z nich za mnou cestujú z rôznych kontinentov.

Našla som svoju duchovnú cestu a svoj zmysel a už sa neobzerám späť.

No najlepšie na tom všetkom je to, že sa to udialo bez liekov, psychiatrov, fyzioterapií – a len vďaka skvelo vyvinutej alternatívnej terapii vytvorenej na to, aby sme sa **dostali ku koreňu akéhokoľvek problému**.

”

Život nám na ceste ponúka výzvy, aby sme zistili, čoho sme schopní, rozšírili si obzory a našli silu v sebe samých.“

~ *Brandon Bays*



## 8. Uzdravenie z melanómu

Zdalo sa, že Bet to má všetko pod kontrolou: žila zdravý život v harmonickej rodine a zrazu jej diagnostikovali naraz dve formy rakoviny kože trikrát v rôznych obdobiach jej života.

V šoku a snahe nájsť príčinu svojej choroby si uvedomila, ako hlboko potláčala svoje pocity. Za svoje uzdravenie vďačí svojej ceste k sebe a spojeniu so svojimi pocitmi.

---

Autor: Bet Dening-Weatherston

Za žiadnych okolností by som neverila tomu, že mi lekári diagnostikujú hneď dva typy rakoviny kože – v 30-ke to bol bazocelulárny karcinóm a v 40-ke melanóm in-situ.

Môj svet bol zrazu naruby a mňa ovládla hrôza.

Keď som sa dozvedela svoju diagnózu, zrazu všetko prestalo mať zmysel.

Milujem svoj život, môj manžel a ja žijeme v raji, máme dvoch úžasných synov, môj drahý je pre mňa všetkým, čo som u svojho partnera vždy chcela mať a predsa – **život mi hovoril, poriadne NAHLAS, že niečo nie je v poriadku.**



**Ako môže niekto, kto je obklopený milujúcou rodinou, kto žije na najkrajšom mieste na tejto planéte, kto sa stravuje organicky a kto je fyzicky aktívny, dostať takú život ohrozujúcu formu rakoviny?**

Veď ja som tá, ktorá furt sedela v tieni a s klobúkom na hlave, preboha!.... to nedáva žiaden zmysel!

Až kým som sa nepozrela na to, akým spôsobom som potláčala svoje pocity...

### **Zhrozená z pocitov**

Emócie ma vždy nejakým spôsobom valcovali.

A mať kontrolu nad svojimi pocitmi pre mňa znamenalo, že sa na verejnosti alebo v súkromí pod ich vplyvom nerozpadnem. A vo vnútri som vedela, že **takto už ďalej nemôžem žiť.**

Veľmi skoro som vo svojom živote zistila, že **cítiť nie je bezpečné**, že pocity sú na posmech, takže som tie svoje nepustila na povrch za žiadnu cenu.

Samozrejme, okrem toho, keď som sa cítila trápne a moja tvár bola zrazu bordová...

A zistila som, že **moje telo funguje nejakou samo od seba** a moje pocity púšťalo na povrch bez môjho dovolenia... mala som pocit, že ma zrádza.

Bola som majstrom v zvládaní svojich vnútorných pochodov, aby svet uveril mojej fasáde, ktorá tvrdila „že to mám všetko pohromade“. Fakt vtipné!

### **Už som nemohla svoje pocity skrývať alebo falšovať**

V roku 2007, asi rok potom, čo mi odstránili melanomické znamienko, som sa stretla s Cestou.

Keď som sa zúčastnila semináru s Brandon Bays v Ottawe v Kanade, bola som úplne prevalcovaná kakofóniou ľudí a emócií.

Nemala som sa kam ukryť, nemala som ako falšovať svoje pocity a tony lásky a podpory ma pozývali k tomu, aby som sa konečne pozrela pravde do očí.

A tak som sa odovzdala! Do Cesty som sa totálne zamilovala, dala mi plné dovolenie zažiť a **vyjadriť rôznorodosť pocitov spôsobom, ktorý rešpektoval mňa a druhých.**

To si vyžadovalo, aby som bola absolútne pravdivá voči sebe a úprimne sa pozrela na to, ako sa v živote cítim. O otvorilo mi to dvere k spiritualite, ktorú som si dovtedy mýlila s náboženstvom.



## **Hrozivý dar melanómu**

Vždy predtým, než idem na pravidelnú kontrolu k lekárovi, si sadnem do meditácie. Sedím v čakárni a ďakujem za život a všetky jeho požehnania. **Hovorím so svojím telom a počúvam to, čo potrebuje.**

Svoju telu hovorím, ak sú potrebné drobné zákroky preto, aby som s ním udržiavala vzťah. **Celé svoje telo si predstavujem ako úplne zdravé a celistvé, kde všetky bunky medzi sebou komunikujú a jedna druhú počúvajú.**

Stravujem sa výživne, pravidelne cvičím, hovorím zo srdca a fotografie sú mojím spôsobom, ako zachytávam a vyjadrujem duchovnú krásu života.

Už to bude 10 rokov, odkedy „hrozivý dar“ melanómu zaklopal na moje dvere. Áno, vnímam to ako povestný „kopanec do zadku“, ktorý som potrebovala na to, aby som sa dostala z toho bludného kola, ktorý som považovala za život.

## **Odvaha cítiť emócie**

Som vďačná svojej rodine, sú súčasťou mojej duše, môjho bytia. Som šťastná a využívam tieto famózne nástroje Cesty, ktoré doslova zmenili život k lepšiemu stovkám tisícok ľudí.

Som nesmierne vďačná sebe samej za odvahu **čeliť, cítiť a uzdraviť niektoré z veľmi silných emocionálnych skúseností.** Teraz môžem úprimne povedať, že emócie milujem, sú spôsobom, ako prežiť život hlbšie a zmysluplnejšie.

Tiež som šťastná, že môžem priznať, že byť spirituálnou pre mňa znamená to, že si vedome vyberám to, čo je ľudské a čo ma inšpiruje.

Teraz som **slobodná a môžem byť takou, akú ma chce mať moja duša.**

”

Je načas vyčistiť vzorce, ktorými sme sa uzavreli voči životu a skoncovať s naším príbehom, ktorý nás väzní.“

~ *Brandon Bays*

## 9. Od konečného štádia rakoviny pľúc k uzdraveniu za sedem týždňov

Nicki hovorí zázračnom uzdravení svojej sestry, ktorá mala konečné štádium rakoviny pľúc a bola doslova odsúdená na smrť, kým neobjavila metódu Cesta, ktorá jej zachránila život. Po ôsmich procesoch Cesty sa jej sestra uzdravila a do dnešného dňa je bez rakoviny.

---

Autor: Nicki Forman-Levitan

K Ceste som sa dostala vtedy, keď moja sestra Kim ochorela. Liečili ju z rakoviny pľúc, ktorá bola v pokročilom štádiu s metastázami.

Prognózy boli nepriaznivé. Po čase lekári vyhlásili, že nemajú žiaden plán B.

**Vyskúšali všetky možnosti liečby a už pre ňu nemohli nič viac urobiť.**

Odsúdili ju na smrť – mala nejaké obdobie na dožitie a aj samotní lekári sa vyjadrili v zmysle, že „smrť nie je to najhoršie...“

No ukázalo sa, že **plán B bola Cesta.**

**Za sedem týždňov sa úplne uzdravila z rakoviny a do dnešného dňa je zdravá.**

Jej cesta k uzdraveniu sa začala, keď som sa zúčastnila semináru Cesta a na sebe vyskúšala **uzdravujúcu metódu, ktorú vyvinula Brandon Bays.**

Ten seminár ma úplne dostal – vzlietla som úplne za hranice svojej mysle a pochopenia, zažila som seba samú ako Pravdu, stala som sa svedkom zázračnej uzdravujúcej schopnosti odpustenia a spojenia so Zdrojom.

Na konci sa niektorí z účastníkov postavili a hovorili o spontánnom uzdravení, rozprávali zázračné príbehy ústupu rakoviny, rastu kostí, zbytočnosti okuliarov....

Keď som odtiaľ odišla, zavolala som Kim a všetko jej to porozprávala.

Nemohla som tušiť, že kým som ja bola celé tri dni v eufórii na seminári, lekári Kim oznámili, že už pre ňu urobili všetko, čo bolo v ich silách a nemali pre ňu žiaden plán B.

Že kým som ja celé tri dni lietala v oblakoch, Kim celé tri dni preplakala.

**Povedala som jej, že toto je *naš* plán B.**



Hneď ďalší deň som jej našla v Johannesburgu terapeuta Cesty a dohodla s ním stretnutie.

A s modlitbou za ňu a dôverou v to, že Boh jej dá uvedomiť si presne to, čo má a čo bude pre ňu najlepšie, som to odovzdala ...

Po šiestich týždňoch sedení z terapeutom nám Kim oznámila, že nádory na jej pľúcach zmizli.

O dva týždne testy potvrdili, že **na jej mozgu už nie sú žiadne detekovateľné nádory.**

Kim sa dostala zo smrti späť k životu bez rakoviny počas ôsmich procesov Cesty.



”

Nik vám nemá právo hovoriť, čo je pre vás to najlepšie. Počúvajte svoje srdce, ono presne vie, čo urobiť.“

~ *Brandon Bays*

## 10. Uzdravenie z reumatoidnej artritídy po 20 rokoch strávených v bolesti a 40 tabletkách týždenne

**Debbie trpela nesmiernou bolesťou, keď jej telo zaútočilo na seba samé a naštartovalo autoimunitné ochorenie: reumatoidnú artritídu.**

**Po 20 rokoch potláčania emócií a 40 tabletkách týždenne sa uzdravila vďaka Ceste a otvorila sa hlbokkej dôvere a radosti zo života.**

---

Autor: Debbie Clarke

Zopár týždňov pred svojimi 25-tymi narodeninami som sa zobudila zo zvláštnym pocitom v čelusti.

Počas nasledujúcich dní a týždňov som ústa dokázala otvoriť čoraz menej až napokon som medzi vrchné a spodné zuby takmer nemohla vložiť prst.

Celé telo ma začalo bolieť, opuchli mi kĺby mňa ako divoký oheň zachvátil zápal a bolesti.

Neschopnosť zjesť zakaždým viac ako odrobinku spôsobila zásadný úbytok na váhe a nesmiernu bolesť a stuhnutosť, ktorá mi nedovoľovala spať a každý jeden pohyb sa stal obrovskou výzvou - už len vstať ráno z postele si vyžadovalo obrovskú snahu.



Moje telo bolo stuhnuté a každým dňom ma obmedzovalo čoraz viac.

A tak sa začal bludný kruh lekárskeho vyšetrení a testov, ktoré mali zistiť, čo je vo veci. Lekári sa čudovali a ja som bola nesmierne zmätená a bála som sa, o čo ide.

**„To posledné, čo som potrebovala, bola tabletky na zamaskovanie mojich pocitov.“**

Napokon som skončila u reumatológa, ktorý mi predpísal antidepresíva, pretože podľa neho išlo o emocionálny alebo psychický problém.

Naštvalo ma to a cítila som sa ako hlupák, pretože ma vlastne považoval za blázna.

No teraz, keď to píšem, si uvedomujem, že mal pravdu – **príčina v koreni mojej bolesti mala emocionálny pôvod.** A tabletky na zamaskovanie mojich pocitov bolo to posledné, čo som potrebovala.



Potrebovala som nejakú techniku, ktorá by mi pomohla **počúvať svoje telo**, cítiť pocity a navždy ich zo seba vypustiť.

Žiaľ, v tom období som nemala ani tušenia o prepojení medzi telom a emóciami a verila som iba lekárom, ktorých som slepo počúvala.

Napokon mi **predpísali tony liekov**, aby udržali chorobu, ktorú nazvali reumatoidná artritída, pod kontrolou.

Je to autoimunitné ochorenie, čo znamená, že **moje telo útočilo na seba samé**.

Môj čeľustný kĺb si vyžadoval operáciu, pretože moja chrupavka bola úplne zničená. Takisto som musela podstúpiť operáciu oboch kolenných kĺbov a ramena, aby som sa mohla hýbať.

### **Vypustenie 20 rokov potláčaných emócií**

Kým som bola predtým, než moje telo začala nivočiť choroba?

Bola som naivné dievča z malého mesta, ktoré od svojich koreňov odišlo žiť do veľkého mesta. Pracovala som ako sociálny pracovník na oddelení sociálnych služieb.

Bola to stresujúca práca, riešila som tých najzraniteľnejších a najproblémovnejších klientov v jednej z najdrsnejších častí mesta.

Počula a videla som veci, s ktorými som sa nikdy predtým nestretla a ktoré boli **úplne mimo mojej zóny komfortu**.

A namiesto precítienia svojho strachu som sa v práci stala veľmi kompetentnou. Stretla som muža, splynula s jeho životom, udržiavala si blízky vzťah s rodinou a jediné, po čom som túžila bolo byť šťastná a milovaná.

20 rokov som **kontrolovala a potláčala svoje pocity** a usilovne pracovala na tom, aby som bola efektívna v práci a mala svoje okolie čo najviac pod kontrolou.

Nesmierne som sa snažila udržať pokoj a urobiť všetkých šťastnými. Brala som takmer 40 tabletiiek týždenne a čo je dôležitejšie, **žila som v hlbokom odmietaní**.

Popierala som svoju bolesť, svoje telo, svoje pocity, všetky varovné signály, ktoré ku mne prichádzali. Každý deň som sa nútila chodiť do práce a pred nikým som nepriznala vážnosť svojej choroby.

### **Jeden víkend Intenzívnej Cesty priniesol okamžitú úľavu**

Napokon som bola vo svojom hľadaní odpovedí vedená vyššou mocou k Ceste.

Zúčastnila som sa Intenzívnej Cesty a hneď som sa cítila lepšie a dokonca aj moji blízki si všimli, že som **v lepšom stave**.

To bol začiatok mojej doslova cesty k odhaľovaniu **dlho potláčaných emócií**, spoznaniu a uvoľneniu **negatívnych presvedčení** a uvedomeniu si **nezdravých vzorcov správania a dynamiky** v mojom živote.

Keď som tieto začala púšťať a čistila som dlho potláčané vzorce, **moje telo okamžite reagovalo uzdravovaním**.

Zápal sa zmiernil, moje telo sa uvoľnilo a bolesť začala ustupovať.

Postupom času som sa naučila komunikovať so svojim telom a otvárala som sa svojej vnútornej bolesti a **moje zdravie sa čím ďalej tým viac zlepšovalo**.

Je to akoby sa to, čo sa dialo v mojom vnútri odzrkadľovalo navonok – napokon, ako vždy. Ja som si len predtým neuvedomovala toto **prepojenie medzi myslou, telom a duchom**.

**Mám nástroje k tomu, aby som robila vedomé rozhodnutia**

Dnes mám 55 rokov a život sa pre mňa stal poľom nekonečných možností. Som takmer bez liekov a očakávam, že tie posledné v priebehu niekoľkých mesiacov vysadím.

Som skutočne šťastná a keď sa v živote niečo udeje, mám nástroje na to, aby som týmto situáciám čelila zdravým spôsobom. Vyčistila som si roky potláčaných emócií, ktoré môjmu telu ubližovali.

A čo je najúžasnejšie – teraz som schopná zažiť a vyjadriť všetky emócie a jasne vidím svoju životnú dynamiku a to mi dáva možnosť **zakaždým reagovať zdravým spôsobom**.

A ochromujúca bolesť, ktorá mi spôsobovala moje utrpenie mi napokon dala lekciu, ktorú som sa odmietala naučiť viac ako 20 rokov.

”

Každé ráno po zobudení si doprajte chvíľku a obzrite sa okolo seba, pozdravte nový deň novými očami a nechajte sa preniknúť milosťou, ktorá vás obklopuje.“

~ *Brandon Bays*

## 11. Potom, čo mi dvakrát povedali, že nie som schopná otehotnieť, čakám svoje druhé dieťa

Keď Amy vyoperovali ľavý vaječník, lekári tvrdili, že nebude schopná otehotnieť. No ako zázrakom potom, čo začala využívať metódu Cesta, otehotnela a porodila svoje prvé dieťa.

O niekoľko rokov neskôr jej na pravom vaječníku našli ďalší nádor a ona sa vďaka Cesta uzdravila prirodzene a bez operácie a o päť týždňov sa má narodiť jej druhé, zázračné dieťaťko.

---

Autor: Amy Barnes

Asi pred 10 rokmi mi na ľavom vaječníku našli nádor veľkosti futbalovej lopty.

Mala som v tom čase len 22 rokov a moja lekárka ma presvedčila, aby som šla na operáciu. Bola som mladá a naivná a len som si pomyslela: „Veď oni vedia lepšie“. Odstránili mi celý ľavý vaječník, vajíčkovid a nádor.

Krátko po operácii mi moja mama dala knihu s názvom Cesta a ja som si vtedy zúfalo priala, aby som pred operáciou viac hľadala a vedela o tej knihe skôr.

Nechala som sa ňou inšpirovať a začala som skúmať, **čo sa ma snažil ten nádor naučiť**.

### Tehotná navzdory lekárskeму presvedčeniu

Tesne pred tým, než mi nádor zistili, som odišla z veľmi násilného vzťahu a mala som v sebe veľa hnevu, ľútosti a bolesti, na ktorých som musela zapracovať.

Trvalo mi 4 roky, kým som v sebe našla odpustenie – a keď sa tak stalo, zistila som, že som tehotná – navzdory presvedčeniu lekárov.

Porodila som úžasného a dokonalého chlapčeka, ktorý je svetlom môjho života už 6 rokov.

V auguste 2014 mi zistili **nádor na pravom vaječníku**, na tom jedinom, ktorý mi zostal.

Práve som sa vydala a spolu s manželom sme plánovali dieťaťko. A zrazu nám tvrdili, že šance sú takmer nulové.

Moja lekárka ma chcela okamžite poslať na operáciu, no ja som si vtedy spomenula na tú skvelú knihu, ktorú som čítala. Tentokrát som svoju lekárku požiadala, aby mi dala čas a napriek jej presvedčeniu som si vydrankala 3 mesiace.

Čo také, čo som sa zrejme nenaučila prvýkrát, sa ma snažil naučiť *tento* nádor?

### **O tri mesiace neskôr nádor prirodzene zmizol**

A tak som sa vybrala na svoju cestu za uzdravením, nájdením svojej duše a pokoja, o ktorom som predtým netušila.

Celé tri mesiace som plne zasvätila svojej ceste za uzdravením, cvičeniam, zdravej strave, denným Reiki cvičeniam, odstránila som zo svojho života negatívu a čokoľvek, čo mohlo prispieť k zlepšeniu môjho zdravia.

Čo však bolo dôležitejšie, začala som robiť procesy Cesty, ktoré mi umožňovali zo seba vypustiť ochromujúci strach, ktorý ma mnoho rokov držal v hrsti a objavila som v sebe silu, ktorá mi tak dlho v mojom živote chýbala.

Keď som **o tri mesiace neskôr** išla k lekárke na kontrolu, **nádor bol preč**, zmizol bez stopy!

Tie tri mesiace boli pravdepodobne tie najťažšie, akými som si v živote prešla – no môj zámer a odovzdanosť sa vyplatili.

### **Ďalšie bábätko na ceste**

A teraz som šťastná, že vám môžem oznámiť, že s manželom o 5 týždňov očakávame narodenie nášho druhého chlapčeka. Potom, čo mi povedali, že nemôžem mať deti, je na ceste môj druhý malý zázrak.

To len poukazuje na to, ako úžasne silné je naše telo a myseľ, keď im dáme šancu.

Som v úžase z Brandon a Cesty a toho, že táto práca prináša uzdravenie tak mnohým ľuďom. Tieto nástroje mi dali možnosť splniť si sen o rodine, no čo je dôležitejšie, umožnili môjmu telu sa uzdraviť.

”

Ak vaše emocionálne problémy dlhý čas neriešite, môžu sa na fyzickej úrovni prejavíť vo forme ťažkostí alebo choroby.“

~ *Brandon Bays*

## 12. Po trvalom a nezvratnom poškodení kĺbu znova cvičím jógu a chodím bez bolesti

Po bežnej operácii členku skončila Malle s trvalým a nezvratným poškodením kĺbu, ktorý jej roky spôsobil nehybnosť a neustálu bolesť. Lekári povedali, že jej stav sa nedá zlepšiť.

Keď sa znovu spojila so svojím telom a začala uvoľňovať uložené emócie, jej telo sa začalo uzdravovať prirodzene. Jej noha sa za zopár mesiacov uzdravila. Po mnohých rokoch života v bolesti a navzdory tomu, čo jej tvrdili lekári, teraz znovu športuje a precvičuje jógu.

---

Autor: Malle Jürilo

V roku 2011 som podstúpila štandardnú operáciu členku. Spočiatku sa zdalo, že je všetko v poriadku a bolo mi povedané, že operácia sa vydarila.

No asi po týždni sa to zvrtilo a niečo očividne nebolo v poriadku. Moja pravá noha sčervenela a ja som dostala vysoké horúčky.

Keď som sa dostala do nemocnice, okamžite ma prijali a aby mi zachránili chodidlo, musela som ísť na ďalšiu operáciu.

### Diagnóza trvalého a nezvratného poškodenia kĺbu

V nemocnici som strávila dva týždne a po všetkej tej snahe zlepšiť stav mojej nohy mi lekári oznámili zničujúcu novinu – kĺb bol vo vnútri poškodený a podľa môjho lekára dôsledky boli trvalé a nezvratné.

V nasledujúcich rokoch bol **každý krok, ktorý som urobila, plný bolesti**. Mnoho nocí som kvôli bolestiam zaspávala v plači.

Jediné, čo mi pomáhalo, boli injekcie priamo do kĺbu, no tieto boli extrémne bolestivé a úľava trvala iba chvíľu.

Predtým som milovala šport a beh, no teraz som o tom mohla iba snívať. Každé ráno, keď som sa zobudila, bola moja noha nehybná, zamrznutá a až v priebehu dňa sa jemne uvoľňovala.



## **Uzdravenie zvnútra**

V novembri 2014 som začala skúšať metódu Cesta a procesy bez akéhokoľvek očakávania, že to vyrieši bolesť v mojej nohe.

O niekoľko mesiacov neskôr som sa pripravovala na jednu konferenciu a zrazu som dostala silnú angínu a kašeľ.

Dúfala som, že procesom dokážem zmierniť symptómy choroby, aby som mohla ísť na konferenciu, a tak som si sama urobila proces Cesty.

To, že by to nejakým spôsobom mohlo ovplyvniť alebo zlepšiť stav mojej nohy mi v tom momente ani nenapadlo.

## **Potom sa stal zázrak**

Niekoľko dní po mojom poslednom procese som si jedného rána všimla, že sa niečo zmenilo.

### **Po prvýkrát za mnoho rokov som bola schopná chodiť bez bolesti a stuhnutosti nohy!**

Hýbala som sa a dotýkala som sa nohy a plakala vďačnosťou. Toto som nebola schopná urobiť už veľmi dlhý čas a vôbec som sa nezameriavala na „uzdravenie“ nohy.

Uvedomila som si, že spolu s tým, ako **som vypustila napätie z iných častí v mojom tele, sa začala uzdravovať aj moja noha.**

## **Cvičenie jógy a behanie – navzdory poškodenému kĺbu**

O tri mesiace neskôr a po niekoľkých ďalších procesoch sa stalo ešte niečo, čo do dnešného dňa považujem za zázrak.

Ako som jedného večera ležala v posteli, pomyslela som si na hodiny jógy, ktoré som milovala. Spomenula som si, ako som robievala pozdrav slnku v stoji na špičkách.

Aj keď mi moja **mysel tvrdila, že toto už viac nebudem môcť robiť**, moje srdce to chcelo vyskúšať. A tak som vyskočila z postele a na moje prekvapenie som bola schopná sa postaviť na špičky – skúšala som to znovu a znovu!

Po lícach mi začali stekať veľké, horúce slzy, zaplavila ma radosť a vďačnosť!

### **Nemohla som uveriť tomu, že môj trvalo poškodený kĺb sa zrazu uzdravil**

Vybehla som do záhrady ako malé dievčatko a začala som skákať a spievať a smiať sa.

Bolo neuveriteľné môcť robiť všetky tie veci, o ktorých môj lekár tvrdil, že sú nemožné.

Dnes športujem bez akejkoľvek bolesti.



## **Zväčšenie prs bez chirurgického zákroku**

Pokračovala som v procesoch Cesty a stala sa mi ďalšia neuveriteľná vec, ktorá popiera všetko racionálne zmýšľanie.

Mám štyri deti a po skončení dojčenia sa moje prsia neuveriteľne zmenšili. Nezostalo z nich takmer nič. Nosila som podprsenku o dve čísla väčšiu, aby som sa cítila normálne, no pravdou je, že som svoje telo nenávidela zakaždým, keď som sa videla v zrkadle.

Už som sa viac necítila ako žena.

Potom, v jednom procese Cesty, vyšiel na povrch všetok hnev, pohrdanie a hanba. Naplno som vnímala to, ako táto seba nenávisť ničí moje telo.

Počas toho procesu som pri zažívaní všetkých tých potlačených pocitov vyplakala veľa slz a napokon som sa otvorila do pochopenia, prijatia a sebalásky.

Začala si svoje telo vážiť, ďakovať mu za to, že to so mnou celý ten čas vydržalo a bola som mu nesmierne vďačná.

Dva mesiace po tomto procese mi narástli „nové“ prsia, veľkosť B. Bez chirurgického zákroku. Nosím normálne podprsenky bez akýchkoľvek výplní. Cítim sa znovu atraktívne a sebavedomo.

Ak spolupracujete so svojím telom, láska robí zázraky,.

**Čokoľvek sa môže stať, ak počúvate, čo sa vám vaše telo snaží povedať a milujete sa presne takí, akí ste.**

Malle Jürilo: som 38 ročná žena z Estónska. Veľa rokov som pracovala ako vedúca účtovníčka, no vždy som cítila, že mi v živote niečo dôležité chýba. Potom, čo som odišla zo svojho zamestnania, začala som hľadať to, čo je skutočným zmyslom môjho života a urobila som vo svojom živote obrovské zmeny. Splnila som si svoj detský sen a stala sa zlatníčkou a neskôr terapeutkou Cesty. Mám toho najlepšieho manžela pod slnkom a spolu s deťmi a zvieratkami žijem v nádhernom starom farmárskom dome. Dnes je môj život plný vecí, ktoré milujem a moje zdravie nikdy nebolo lepšie.

”

Venujte čas tomu, aby ste odstránili čokoľvek, čo vám bráni uvedomiť si ten výnimočný dar, ktorým váš život je.“

~ *Brandon Bays*

## Čo je metóda Cesta a ako vám môže pomôcť?

Teraz sa možno zamýšľate nad tým, čo to vlastne metóda Cesta je a ako funguje.

Cesta je jednoduchá a pritom silná uzdravujúca metóda, ktorá adresuje problémy v našom živote – fyzické, mentálne či emocionálne.

Metóda Cesta vám umožňuje objaviť príčinu vášho problému a odstrániť ju. Keď odhalíte koreň problému, vaše telo má možnosť začať sa prirodzeným spôsobom uzdravovať.

Táto liečebná technika bola vyvinutá Brandon Bays a vychádzala z jej priamej skúsenosti a transformujúceho uzdravenia sa z nádoru veľkosti basketbalovej lopty.

Cesta má „na muške“ emocionálne bloky, ktoré vám umožňuje spolu s akýmikoľvek spojenými spomienkami odhaliť.

Keď odhalíte a odstránite tieto emocionálne bloky, potom môže dôjsť k akémukoľvek uzdraveniu.

### **Pozrieť sa na príčinu, ktorá spôsobuje vašu chorobu**

Ak vo svojom živote čelíte problémom – či už je to choroba, fyzický, emocionálny alebo mentálny problém ...

... Cesta vám umožňuje uzdravenie tým, že otvára dvere k tomu, aby ste sa dostali priamo k príčine akéhokoľvek problému vo vašom živote a vyčistili emocionálne bloky, ktoré sú v ňom uložené.

To sa deje vďaka elegantnému procesu Cesty, ktorý vám umožňuje privítať a otvoriť sa do akýchkoľvek pocitov a naplno ich precítiť.

Keď vyjadríte svoje povrchové, potlačené alebo skryté emócie, až potom sa môžu vyplaviť skutočné záležitosti, ktoré sú príčinou vášho stavu a ktoré tu sú pre vaše uzdravenie.

### **Vaše ďalšie možnosti**

Ak sa cítite pripravení na to, aby ste sa spojili so svojím telom novým spôsobom a otvorili sa svojej prirodzenej schopnosti sa uzdraviť, pozývame vás na najbližší seminár s Brandon Bays Intenzívna Cesta.

Urobte prvý krok na Intenzívnej Ceste

Trojdnňový seminár Intenzívna Cesta navždy zmení váš život. Prvým krokom je ochota a odvaha hovoriť pravdu o tom, ako sa cítite a vyčistiť minulé bolesti. Keď uvidíte pravdu z úrovne svojej duše, môžete odpustiť sebe a druhým a navždy vyliečiť každý aspekt vášho života.

Pochopíte sa na úrovni, o akej ste predtým nikdy nesnívali. A zistíte, že vaša fyzická a emocionálna pohoda sú nerozlučne späté a jedna druhú ovplyvňuje.

Techniky, ktoré sa naučíte, vás budú už navždy sprevádzať a podporia váš pocit šťastia, fyzického zdravia, vzťahov, mentálneho zdravia, duchovného prebudenia a hojnosti. Všetky tieto oblasti sú prepojené a neoddeliteľné. Ak sa uzdravíte v jednej oblasti, prejaví sa to aj v inej. Keď začnete robiť vedomé rozhodnutia, budete si svoj život naplno užívať.

---

**Je čas prevziať zodpovednosť za svoje vlastné šťastie a rozhodnúť sa vykročiť na cestu k uzdraveniu.**

---

**Najbližší seminár**

**23. – 25. septembra 2016**

**Prvá medzinárodná Intenzívna Cesta pre ženy s Brandon Bays a Gaby Burt**

Vstupenky si môžete [zakúpiť TU](#).

[Viac o seminári sa dozviete tu.](#)

Tešíme sa na stretnutie s vami – kedykoľvek a kdekoľvek.

Tím Cesta Slovensko