

„KRONIKA ZAMOJSKA”, 18 stycznia 1994 r.

Czułam się rozdrażniona i bezradna. Nie widziałam sensu życia. Byłam zakompleksiona, lękliwa, myślałam nawet o samobójstwie. Świat wydawał mi się okrutny, a ludzie nie do zniesienia. Codzienne, zwykłe sprawy były dla mnie udręką. Lekarz rozpoznał nerwicę ogólną i przepisał dużo lekarstw. Stałam przed wyborem: połykać tabletki, czy wziąć się za siebie w inny sposób. Moja koleżanka właśnie chodziła do Szkoły Rozwoju Duchowego mgr. Stanisława Kwasika. Postanowiłam i ja spróbować.

Już po pierwszym spotkaniu, gdy przyjechałam do domu, zaczął przy mnie kręcić się kot, miauczał, mruczał, gdy usiadłam od razu wskoczył mi na kolana. Dotąd w ogóle mnie nie zauważał. Zaczęli też do mojego pokoju przychodzić domownicy, wcześniej było im u mnie nudno, dziś jestem zupełnie innym człowiekiem. Życie moje stało się piękne. To nie złudzenia, naprawdę chce mi się żyć. Nabrałam dystansu do spraw, które przedtem niszczyły moją wrażliwą duszę. Posiadłam jakąś wewnętrzną moc. Kocham ludzi i czuję się kochana.

Zaczęłam, ot tak, chodzić na spacer do lasu, który dotychczas był „obok” mnie, a dziś jestem jego częścią. Mam w nim swoje drzewo, które zdejmuję ze mnie „brudną” energię, a później uzupełnia dobrą

Mam też swoją polankę, na której medytuję i ćwiczę jogę. Kiedyś bałam się chodzić sama do lasu, teraz już nie mam tego lęku.

Zmienił się też mój wygląd zewnętrzny. Przed rozpoczęciem terapii miałam grube łydki. Był to mój wielki kompleks. Zawsze chodziłam w spodniach. Nawet brat mi kiedyś powiedział, że miałabym zgrabne nogi, gdyby nie te łydki. Kiedy usłyszałam od pana Kwasika, że w wyniku terapii, nie tylko pozbędę się kompleksu, ale i autentycznie nogi mi wyszczupleją, to przyznam, nie uwierzyłam. Jak to możliwe, żeby poprzez oddziaływanie na psychikę zmienić kształt nóg? A jednak! Zauważył to nawet brat, prawiąc mi komplementy, że teraz mam piękne nogi. Okazuje się, że w różnych częściach ciała, nie tylko w mózgu, gromadzimy pamięć przeżyć, uczuć, urazów psychicznych z wszystkich okresów naszego życia. Z łydkami akurat związany jest lęk przed przyszłością; powoduje on, że są nadmiernie napięte, a przez to rozrastają się. Wystarczy uwolnić się od tego lęku.

Twarz stała się łagodniejsza, zrelaksowana, wyglądam młodziej. Dłonie - wcześniej rozbudowane, męskie - stały się delikatne, kobiece. Wiele napięć zeszło z szyi, jest smuklejsza, a przez to jakby dłuższa. Nie chowam już głowy w ramiona. Mam prostą sylwetkę. Lewe oko dotąd krótkowzroczne, teraz widzi wyraźniej. Mam lepszy węch. Odróżniam zapach każdego pokoju, każdego człowieka. Przestałam chorować na zatoki. Jestem zdrowa, a po nerwicy ani śladu.

Zmienił się też mój sposób życia. Z radością robię wokół siebie porządki. Inaczej też jem. Kiedyś łapczywie, nerwowo, teraz spokojnie. Bywało już tak, że jadłam stojąc lub chodząc, byle szybciej. Jestem wegetarianką. Kiedyś bardzo sztywno podchodziłam do wpojonych mi w dzieciństwie, zakazów i nakazów. Teraz od części z nich uwolniłam się, część natomiast uelastyczyłam, rozwinęłam. W ten sposób stałam się wolna od wielu wewnętrznych, chorobotwórczych napięć. Przestałam być uparta. Czerń moich ubiorów wymieniłam na kolory jasne. Polubiłam słońce. Cóż znaczy słowo „dziękuję” dla Pana Stanisława Kwasika, który pomógł mi odnaleźć się i wskazał mi drogę. Zdrowie przyszło samo, przy okazji. Jestem bardzo wdzięczna.

Magda