

# MÓJ MAŻ - MÓJ ANIOŁ

DROGA OD CHOROBY NOWOTWOROWEJ  
DO ZDROWIA



LIDIA GUCWA - SUBERLAK

# Spis treści

PRZEDMOWA

WPROWADZENIE

HISTORIA CHOROBY

PRZED DIAGNOZĄ

MODLITWA ODNOWY W DUCHU ŚWIĘTYM

CHIRURGIA FANTOMOWA

ODŻYWIANIE ZGODNE Z GRUPĄ KRWI

WARSZTATY RADYKALNEGO WYBACZANIA

TERAPIA DŹWIĘKIEM GONGU

RECALL HEALING – UZDRAWIANIE PRZEZ PRZYPOMNIENIE

METODA ONE BRAIN (JEDNOLITY MÓZG)

MEDYTACJA

SYNCHRONICZNOŚĆ – PRZYPADKI NIE ISTNIEJĄ

ODNOWIONY ZWIĄZEK

PODZIĘKOWANIA

LIDIA GUCWA-SUBERLAK

# MÓJ MAŻ – MÓJ ANIOŁ

*Droga od choroby nowotworowej do zdrowia*

*ku pamięci mojego zmarłego męża*

SoulFree

Poznań 201

Projekt okładki:

Lidia Suberlak

Ilustracja:

Bogusława Bogna Chmielewska

Wydanie I – Ebook

Wydawnictwo Nowy Świat - 2011

Wydanie II - 2019

ISBN 978-83-7386-734-5

Copyright by © Lidia Gucwa, 2011

Druk i oprawa:

Poli Druk Poznań

62-090 Mrowino; Towarowa 4

tel. (061) 8-144-740



*Choroba nigdy nie jest karą za grzechy, ale konsekwencją  
naszych wyborów, jakich w życiu dokonaliśmy i nadal*

*dokonujemy.*

*Jacek Bartkowiak*



## PRZEDMOWA

Książka napisana została dla wszystkich, którzy nie boją się zmierzyć z nieuleczalną chorobą, nie uciekają od niej, ale podejmują trud, by nie tyle z nią walczyć, co ją zrozumieć, a jeśli wszelkie sposoby leczenia nie skutkują – zaakceptować. Ten proces akceptacji i rozumienia jest nie tylko trudem dla samego chorego, ale również dla najbliższych. Wsparcie chorego w tym bolesnym doświadczeniu nie polega na pocieszaniu, i dawaniu złudnych nadziei, ale na byciu jego ostoją, jego siłą, kiedy słabnie i rezygnuje z życia.

Życzę Państwu również wytrwałości i odwagi w tej trudnej podróży, jaką jest odzyskiwanie harmonii wewnętrznej i zdrowia.

# WPROWADZENIE

## Rok 2011

Książka, która powstała na podstawie autentycznej historii jest dla wszystkich, którzy postrzegają chorobę jako karę lub pewną "niesprawiedliwość"; dla tych, którzy nie wiedzą, w jaki sposób sobie z nią poradzić.

Sugestie, które zawarłam w niej są metodami, które odniosły skutek w naszym przypadku i wspomagały leczenie konwencjonalne mojego męża. Wiemy doskonale, że medycyna tzw. akademicka pomimo tego, iż posiada sprzęt i możliwości w leczeniu chorób, bardzo często nas zawodzi. Kierując się intuicją we wspieraniu mojego męża i dokonując trafnych wyborów, poznałam metody pracy z chorymi, które wymagają otwartości i świadomego podejścia do choroby.

Przedstawiając konkretną metodę starałam się wyjaśnić podłoże powstawania chorób i okoliczności zewnętrzne, które mogą sprzyjać zachorowalności. Mam nadzieję, że czytając naszą historię znajdziecie Państwo w niej nie tyle sens, co nadzieję, którą czasem odbierają nam lekarze stawiając diagnozę. W czasie całego procesu powrotu do zdrowia męża, byłam świadoma tego, że ów proces ma wpływ na całą rodzinę. Pomimo tego, że miewałam chwile smutku, obciążenia i obarczenia tym doświadczeniem, zawsze patrzyłam na męża jak na anioła, który daje mi życiową lekcję, jednocześnie uzdrawiając moje myślenie, przekonania i moją nadwrażliwość na pewne kryzysowe sytuacje.

## Rok 2019

Publikacja, którą Państwu przedstawiam, ukazała się w formie ebooka w roku 2011. Dziś prezentuję ją jako książkę poświęconą mojemu zmarłemu mężowi.

Jest ona podziękowaniem za spędzone lata, za jego obecność oraz dar od niego - nasze córki. Jest podziękowaniem za zmianę mojego myślenia i świadomości, za etap, bez którego nie byłoby mnie tej "dzisiejszej". Transformacja, jaką z nim przeszłam ukształtowała moją ŚWIADOMOŚĆ I

WEWNĘTRZNE POCZUCIE OPARCIA W SOBIE, a droga którą wspólnie przeszliśmy to połączenie tego co BOSKIE, z tym co ludzkie. Jako osoba wówczas głęboko religijna, katechetka, udzielająca nauk przedmażeńskich stanęłam przed dylematem skupić się na medycynie konwencjonalniej i pozwolić na śmierć, czy zaufać Bogu i podążać za głosem serca, który w tym przypadku oznaczał próbowanie wszystkich możliwości, które pozwoliłyby zatrzymać męża a ojca moich dzieci choćby jeszcze na krótki czas. Dokonałam wyboru: „Nigdy się nie poddamy”.

Mąż postanowił walczyć wraz ze mną i za jego pozwoleniem szliśmy tam, gdzie poprzez znaki kierował nas Bóg. Jedyne co było wówczas pewne, to fakt, że On nigdy nas nie zawiódł.

Po pewnym czasie zorientowałam się, że największą zmianę w sobie przechodzę ja, kiedy dostrzegam, że Bóg działa poprzez ludzi o otwartym sercu i chętnych do pomocy, że Bóg to nie tylko Ten, który nakazuje i jest obecny w instytucji, w Kościele, ale przede wszystkim ten, który żyje we mnie, który jest Miłosierny.

Zrozumiałam, że – choć dla wielu może wydać się to niedorzeczne – to **MÓJ ANIOŁ, KTÓRY ZAARANŻOWAŁ MOJĄ PRZEMIANĘ UCIELEŚNIŁ SIĘ JAKO MÓJ MAŻ.**

Stąd tytuł niniejszej publikacji.

Czas odnowy po jego chorobie, jaki był nam dany, to okres naszej wspólnej przemiany, do której musieliśmy oboje dojrzeć.

Zapytana przez moją znajomą czy dziś zrobiłabym to samo... odpowiem TAK, bowiem wsparcie i towarzyszenie najbliższej osobie w tym trudnym etapie jest wyznacznikiem Miłości małżeńskiej, do której powołał nas Bóg. Nawet, jeśli pewne decyzje, które podejmowaliśmy spotykały się z osądem i niezgodą innych ludzi.

# HISTORIA CHOROBY

*„Psychologowie twierdzą, że ludzie chorzy nie chcą naprawdę wyzdrowieć. W chorobie jest im dobrze. Oczekują ulgi, ale nie powrotu do zdrowia.”*

**Anthony de Mello**

Kiedy słyszysz słowa lekarza „przykro mi, to guz”, w jednej chwili tracisz wszystko, co do tej pory zbudowałeś. Wszystko jest pozbawione sensu a życie całe staje ci przed oczami. Myślisz: „Na pewno zaszła pomyłka, to nie dotyczy mnie”. Nie potrafię wyrazić słowami mego uczucia, gdy usłyszałam diagnozę: „Tak, wygląda to na guz mózgu”. Serce "podeszło mi do gardła" i pomyślałam, że za chwilę się obudzę i koszmar zniknie.

Diagnoza dotyczyła mojego męża. Osoby dotąd mi najbliższej, z którą spędziłam osiem lat wspólnego życia. Zawsze był zdrowy, pełen sił, bez jakichkolwiek objawów neurologicznych. Tym bardziej słowa lekarza wydały mi się niedorzeczne i nieprawdziwe.

Choroba objawiła się w listopadzie 2008 r. Mąż jak zwykle wyszedł do pracy. Był ranek więc zajęłam się porządkami w domu. Po dwóch godzinach od wyjścia męża przyjechał kierowca powiadomić mnie, że mąż poczuł się źle i w tej chwili jest w szpitalu na oddziale wewnętrznym. Na moje pytanie „co właściwie się wydarzyło” odpowiedział, że miał trudności z oddychaniem i stracił przytomność. O ataku epilepsji dowiedziałam się już w szpitalu. Badanie tomograficzne, które wykonano mężowi po trzech dniach nie wykazało jednoznacznie guza, więc skierowano nas do szpitala na oddział neurologiczny. Tam wykonano rezonans magnetyczny, który jednak potwierdził pewne podejrzenia lekarzy.

Dowiedziałam się, od neurologa, że guz to gwiaździak, niestety nieoperacyjny ze względu na położenie i „naciekający” charakter. Na moje pytanie „co dalej” pani doktor odpowiedziała, że najlepszym w tej chwili wyjściem jest wykonanie biopsji stereotaktycznej. Badanie polega na pobraniu wycinka guza, aby określić dokładnie jaki to rodzaj. Ponieważ w Poznaniu nie wykonywano biopsji, pani doktor postarała się o wizytę u

cieszącego się bardzo dobrą renomą neurochirurga, w Szpitalu Wojskowym w Bydgoszczy, Marka Harata.

Dnia 13 lutego mąż poddał się operacji. Chirurg usunął guz tylko w 40% twierdząc, że dalsza ingerencja mogłaby spowodować uszkodzenie ośrodka mowy i ruchu. Małżonek wrócił po trzech dniach do domu. Samopoczucie było dość dobre, poza znaczną utratą pamięci. Z dnia na dzień nastąpiła poprawa. Okres 6 tygodni to czas jaki był nam potrzebny, aby można było podjąć dalsze leczenie.

Etap następny, jaki nas czekał, to naświetlania. Na oddziale radioterapii, również w Bydgoszczy, mąż przebywał 6 tygodni. Otrzymał wówczas dawkę 27 naświetleń. Poza częściową utratą włosów, fizycznie czuł się bardzo dobrze. Niestety pamięć nadal była w nie najlepszej formie. Do tego doszło agresywne zachowanie, czasem nieadekwatne do sytuacji. Wcześniejsze zachowania agresji i obecne ataki nie były do końca działaniem świadomym. Wiedziałam również, że słowa wypowiedane bez sensu również są wynikiem ucisku guza.

Objawy te bardzo mnie zaniepokoiły. Kolejny rezonans wykonano 13 września. Okazało się wówczas, że w tak krótkim czasie guz odrósł 4 centymetry. Moje przeczucia niestety się sprawdziły i guz znów miał rozmiary takie, jak poprzednio – 39mm / 32mm / 25mm.

Myślę, że każdy domyśla się, jak czuje się młody człowiek, który właśnie dowiedział się, iż wszystkie metody lecznicze, w których pokładał nadzieję zawiodły. Jestem przekonana, że czas zmagania się z chorobą był dla nas sprawdzianem wierności i zawierzenia Bogu. Odpowiedź od Niego nadeszła niebawem. Neurochirurg współpracujący z lekarzem, który operował męża zaproponował, aby mąż zgodził się na testowanie nowego preparatu domózgowego w ramach niemieckiego programu „Sapphire”. Program przeznaczony był wyłącznie dla guzów typu gwiaździak anaplastyczny i polegał na losowym dobieraniu pacjentów do grupy leczenia nowym preparatem domózgowym lub do grupy porównawczej, leczenia cytotatystykami temodal. Oczywiście mąż natychmiast wyraził zgodę. Pod okiem neurochirurga rozpoczęły się przygotowania w wyniku których, pobrany wycinek w czasie operacji został wysłany do kliniki niemieckiej czuwającej nad programem.

Na wyniki czekaliśmy 3 tygodnie. Niestety mąż nie został zakwalifikowany do programu ze względu na wynik histopatologiczny. Podczas badania okazało się, że wycinek kwalifikuje guz jako glejak IV stopnia. Takiej wiadomości i diagnozy nie spodziewaliśmy się.

Lekarz, który czuwał nad procedurą programu powiadomił nas, że najlepszym wyjściem w tej sytuacji jest kontakt z onkologiem, który powinien jak najszybciej męża skierować na leczenie temodalem. Wśród wszystkich cytostatyków podawanych chorym temodal jest najbardziej skuteczny. Do mózgu przenika w 30%, podczas gdy pozostałe, np. lomustinum (CCNU) tylko w 10%. Wiedzieliśmy, że jest to jedyna szansa.

Z faktu, iż były to ostatnie miesiące roku kalendarzowego mieliśmy ogromne trudności aby zdobyć ten lek. Po trzech tygodniach starań o temodal – bez rezultatu – nasi znajomi i przyjaciele postanowili wesprzeć nas finansowo. Byłam na takim etapie, że pomyślałam: „Boże, rób co chcesz z moim mężem, ja nie mam sił. Od teraz jest Twój”.

Po dwóch tygodniach mieliśmy sumę, za którą mogliśmy kupić jedną dawkę leku; do drugiej trochę dołożyliśmy. W końcu trafiliśmy do onkologa w Bydgoszczy, który po badaniach wstępnych zakwalifikował męża do terapii. W listopadzie mąż otrzymał pierwszą dawkę leku. Od tej pory guz zmniejszał swoje rozmiary. Rezonans magnetyczny wykonywany był co 2 miesiące i z każdym badaniem wyniki były lepsze. Efekt końcowy z początkiem roku 2011 był taki, iż mój mąż był całkowicie zdrowy, a termin kontrolnej wizyty został wyznaczony za 3 miesiące.

Stan zdrowia fizyczny i psychiczny męża jest zadowalający. Być może nikogo nie dziwi fakt, iż po chemioterapii chory wraca do zdrowia. Rzeczywiście wiele przypadków to potwierdza. W przypadku guzów mózgu rzecz ma się inaczej. Lek aby zadziałać powinien przejść przez barierę krew - mózg. Niewiele jest leków, które zaliczają się do tej grupy. Jak wcześniej wspomniałam Lomustinum, lek zaproponowany przez onkologa w Poznaniu, przenika do mózgu w 10% - temodal w 30%, jest więc jednym z najskuteczniejszych leków w leczeniu nowotworów mózgu.

Aplikując pierwszą dawkę lekarz poinformował nas, że działanie leku tak naprawdę powstrzyma na jakiś czas rozwój guza, a mąż zyska czas. My zyskaliśmy nie tylko czas, ale znacznie więcej.

DZIŚ DOBRZE WIEMY, ŻE CHOROBA NIE BYŁA KARĄ ZA GRZECHY, JUŻ Z NIĄ NIE WALCZYMY. CHOROBA OKAZAŁA SIĘ DLA NAS BŁOGOSŁAWIEŃSTWEM. DZIĘKI NIEJ ZROZUMIELIŚMY JAKIE WARTOŚCI SĄ W ŻYCIU NAJWAŻNIEJSZE.

## PRZED DIAGNOZĄ

*„Niech nasza droga będzie wspólna.  
Niech nasza modlitwa będzie pokorna.  
Niech nasza miłość będzie potężna.  
Niech nasza nadzieja będzie większa od wszystkiego, co się tej nadziei może  
sprzeciwiać.”*

***Jan Paweł II***

Jesteśmy małżeństwem od 10 lat. Jestem teologiem, pedagogiem w zakresie wychowania do życia w rodzinie i wychowania seksualnego, doradcą życia duchowego, żoną, matką dwóch córek. Od lat dziewięciu prowadzę katechezy przedmałżeńskie oraz pracuję w poradni dla narzeczonych. Żyjąc w małżeństwie i wychowując dwójkę dzieci, pokonaliśmy wspólnie z mężem wiele przeszkód, które nieraz wymagały głębokiej wiary i nadziei. Za każdym razem w trudnościach pojawiała się Światło, które wyznaczało nam cel i dalszą drogę. Nadzieja zawsze towarzyszyła nam w tej drodze i w zmaganiach z problemami.

Najtrudniejszym doświadczeniem jednak i wyzwaniem dla nas była „praca” związana z chorobą męża. Do tej pory chorobę traktowałam jak trudne doświadczenie, które daje Bóg. Mój Bóg był Bogiem kochającym, ale głównie cierpiącym, który jedynie poprzez cierpienie wyzwala i daje zmartwychwstanie. Męka wpisana w życie Jezusa stała się cierpieniem w moim życiu. Nie buntowałam się, cierpliwie znosiłam każdy krzyż. Nie pytałam „dlaczego ja”, „jaki jest w tym sens”. Ufałam.

Patrzyłam na swoje życie ze spokojem i dumą, ale jednocześnie z uczuciem pustki i samotności. Nie miałam pojęcia, co to znaczy być blisko Boga, czuć się bezpieczną, spełnioną na polu zawodowym i osobistym (małżeńskim).

Minęły właśnie dwa lata od diagnozy, a ja wciąż pamiętam uczucie, które towarzyszyło mi na początku tego wydarzenia. Strach i przerażenie... ”Co



dalej”? Gnębiło mnie poczucie pustki i pesymizm. Przez trzy tygodnie nie mogłam z dziećmi rozmawiać o mężu. Zastanawiałam się, co mam im powiedzieć i jakich użyć słów. Czy można w ogóle użyć takich, aby nie brzmiały zbyt poważnie w obliczu śmiertelnej choroby?

”Tata będzie zdrowy?”

A może po prostu: „nie wiem.”

Pewnego po południa, gdy wracałam ze szpitala, dotarło do mnie, że uczucie lęku i beznadziejności tak bardzo we mnie tkwią, iż zrozumiałam, że teraz tylko Bóg może mnie wysłuchać. Przecież nie może mnie zawieść. Już dawno Go o nic nie prosiłam, to była wyjątkowa modlitwa. Siedziałam w kościele godzinę, przez cały czas prosząc i zanosząc się od płaczu. Byłam tylko ja i On. Po godzinie wpatrywania się w Obraz Jezusa Miłosiernego poczułam niesamowity spokój i ulgę, ale też przekonanie, że cokolwiek się stanie, On nas ochroni. Słowa: „JEZU UFAM TOBIE” utkwily we mnie na zawsze i towarzyszą mojej rodzinie do dziś.

Przez okres choroby męża otrzymywałam znaki, które Bóg mi zostawiał: obraz Jezusa Miłosiernego w pierwszym szpitalu, obrazek o. Pio w szpitalu onkologicznym podczas naświetleń...

Po raz pierwszy pojawiły się myśli, że tak nie może zakończyć się nasza wspólna droga, że choroba jest dla nas „darem”. Nie wiedziałam jeszcze w jakim celu się pojawiła, ale ufałam. Tak naprawdę dopiero wówczas odkryłam co to znaczy „mieć ufność w Panu”.

Ogarnął mnie niesamowity spokój. Dotarło do mnie, że rozpoczynamy nowy etap wspólnego życia.

# MODLITWA ODNOWY W DUCHU ŚWIĘTYM

*„Przywrócić komuś wiarę w życie, kiedy w nim wszystko się wypaliło...”*

**Lothar Zenetti**

Na swej drodze do zdrowia i spokoju spotykaliśmy wiele życzliwych osób, znajomych, przyjaciół, ja nazywam ich aniołami. Pomagali tak, jak potrafili: finansowo, dobrym słowem, oferowali bezinteresowne wsparcie. Doświadczenie to pozwoliło mi spojrzeć na ludzi inaczej, niż do tej pory. Zaczęłam dostrzegać w nich dobro i miłość, jaką nam dawali.

Od początku wspierała nas modlitwą mama mojej koleżanki ze szkoły podstawowej, pani Irenka. To dzięki niej dowiedziałam się o istnieniu grupy modlitewnej Odnowy w Duchu Świętym z ks. Janem Steckiewiczem, w miejscowości Biała. Słyszeliśmy z mężem opowieści o cudach, które tam miały miejsce, ale mąż potrzebował czasu, aby tam pojechać. Zawsze mówił: „jak będę chciał, to pojedę”. Gdy dojrzał do tej decyzji, postanowił odwiedzić kościół prosząc o modlitwę, o uleczenie z choroby, prosząc tak naprawdę o cud.

Po każdej mszy odprawianej przez ks. Jana, następowała modlitwa przez nałożenie rąk. Za każdym razem gdy modliliśmy się mąż odczuwał ból głowy w miejscu guza, po stronie lewej, ale jednocześnie głęboki spokój i wzruszenie. Wiele razy słyszałam od ks. Jana słowa zapewnienia: „będzie dobrze, ale musi uwierzyć”. Nie tylko mąż odnalazł tam wiarę. Ja odnalazłam tam spokój ducha, którego szukałam.

## **Historia objawienia Matki Bożej w Białej**

Miejsce jest wyjątkowe i słynie z cudu, który wydarzył się w XI wieku. Ziemię należącą do tej miejscowości zamieszkiwali pogańscy Pomorzanie. Z drugiej strony Noteci mieszkali polscy chrześcijanie. Wojowniczy poganie często najeżdżali na Polskę. Palili wsie a ludność zabierali do niewoli. Po walkach Pomorzanie świętowali swoje zwycięstwo w Świętym

lesie koło Białej, gdzie utworzyli krąg z kamieni. Pośrodku stał duży kamień, na którym kapłan pogan składał ich bogu Bulbugowi ofiary z ludzi (niewolników): języki, serca i wnętrzności zabitych ofiar.

W roku 1100, kiedy po raz kolejny sięgnął po nóż zabijając ofiary, z nieba błysnęło potężne światło. Oślepiło ich i padli ze strachu na kolana. Gdy podnieśli wzrok oczom ich ukazała się Matka Boska z Dzieciątkiem Jezus na rękach. Stała ona na kamieniu ofiarnym i rzekła: "Nie przelewajcie niewinnej krwi. Opuście swoich bogów i służcie jedynemu Bogu".

Po chwili chmura zabrała Matkę Boską z niewolnikami (chrześcijanami), a na kamieniu gdzie stała, wycisnęła się głęboko Jej stopa. Przestraszeni poganie w pośpiechu opuścili miejsce składania ofiar. Bóg chrześcijański zwyciężył, a poganie przyjęli chrzest.

Pierwsi nawróceni utworzyli w 1108 roku Parafię w Białej i zbudowali kościół chrześcijański, który nigdy nie był kościołem innych wyznań.

Do Białej przyjeżdżają wszyscy, którzy potrzebują pomocy, zdrowia. Zwłaszcza ci, wobec których medycyna jest bezsilna. Ks. Jan to nie tylko kapłan, ale bardzo ciepły, życzliwy i oddany Bogu i służbie chorym człowiek, który pełni swą służbę z dużym oddaniem. Podczas naszej pierwszej wizyty – 13 sierpnia 2009 r. Usłyszeliśmy słowa: „Będzie dobrze, tylko uwierz”.

Te słowa słyszy wiele osób, i wielu z nich zostaje cudownie uzdrowionych.

# CHIRURGIA FANTOMOWA

*„Choroby nigdy nie należy utożsamiać z karą boską. Choroba jest konsekwencją wyborów, jakich w życiu dokonaliśmy.”*

**Jacek Bartkowiak**

Od września 2009 roku mąż był pod opieką neurochirurga, który przygotowywał go do programu niemieckiego. Badaniem wstępnym, które miało potwierdzić obecność guza był rezonans wykonany dokładnie 13 września. Nie spodziewaliśmy się wówczas, że tak szybko nastąpi wznowa. Był to dla nas ogromny cios, ponieważ guz odrósł, a jego wielkość wynosiła 39 mm.

Pomyślałam, że jeżeli medycyna akademicka zawodzi, a wszelkie środki nie przynoszą rezultatu, to warto pomyśleć o leczeniu niekonwencjonalnym. Niektóre osoby z naszego środowiska były przeciwne temu, twierdząc, że jeżeli to ma być cud, to mamy czekać na niego z ufnością lecząc się wyłącznie u lekarzy. Przez jakiś czas toczyłam wewnętrzny spór. Rozważałam milion myśli, które pojawiały się. Wiedziałam jednak, że nie możemy się poddać. Mam czekać, tak po prostu i nic nie robić? Bóg działa również (a może przede wszystkim) przez ludzi, przez ich pasje, działania i talenty. Postanowiłam posłuchać mojej intuicji, która jak dotąd nigdy mnie nie zawiodła.

Wracając z pracy do domu przypomniałam sobie o książce, którą otrzymałam od życzliwej nam osoby. Autorem książki był Jacek Bartkowiak, który zajmuje się dziedziną zwaną „chirurgia fantomowa” oraz medycyną chińską. Jakiś głos wewnętrzny mówił, abym zadzwoniła pod numer telefonu wskazany w książce. Tak zrobiłam. Po drugiej stronie słuchawki usłyszałam głos sympatycznej, młodej dziewczyny, która oznajmiła mi, iż niestety terminy są odległe i możemy dopiero przyjechać w grudniu.

Nie mieliśmy tyle czasu! Guz odrastał bardzo szybko.

Po chwili namysłu jednak powiedziała, że mam skontaktować się za godzinę, postara się porozmawiać z ojcem. Jakiej radości doznałam i wzruszenia, kiedy okazało się, że po moim pierwszym telefonie, zadzwonił pacjent, który odmówił wizytę na dzień 29 września, wiem tylko ja i Bóg. Tego dnia pojechaliliśmy tam pierwszy raz.

Zarówno ja, jak i mąż czuliśmy się bardzo spokojni w obecności pana Jacka. Był to człowiek bardzo radosny, życzliwy i przy tym konkretny. U niego właśnie usłyszeliśmy słowa, które były skierowane do męża: „Bóg nie dał ci tej choroby. To nie On włożył do głowy guz, ale ty sam. To twoje destrukcyjne myśli, smutek i zamartwianie się... Choroby nigdy nie należy utożsamiać z karą boską. Choroba to konsekwencja wyborów, jakich w życiu dokonujemy. Choroby, zwłaszcza te przewlekłe i nieuleczalne, biorą się z życia codziennego”. Bardzo było nam to potrzebne, myślę, że bardziej mnie, ponieważ od pewnego czasu zastanawiałam się, jak to możliwe, że Bóg, który - jak wówczas sądziłam jest samym dobrem i doskonałością, daje takie doświadczenia. Czy On chce śmierci ukochanej osoby, z którą chcesz przeżyć do końca swoich dni? Dziękowałam za ten komunikat panu Jackowi i Bogu, który dał mi odpowiedź, na którą czekałam.

Każda wizyta rozpoczynała się od zabiegu, który miał na celu usunięcie guza i wzmocnienie metabolizmu. Mąż otrzymał leki wspomagające pracę mózgu oraz witaminę C, lecytynę i preparat Jiao Gu Lan, a także wskazówki dotyczące odżywiania zgodnego ze swoją grupą krwi.

Mąż ma grupę krwi „0”, która jest wyjątkowa, ponieważ organizm osób z tą grupą „leczy się sam” i jest silny (o diecie napiszę w następnym rozdziale).

### **Czym zatem jest chirurgia fantomowa i na czym polega?**

Metoda ta opiera się na obserwacjach pacjentów, którym amputowano część ciała, np. nogę. Po operacji bardzo często zdarzało się, że pacjent odczuwał swędzenie lub ból w części ciała, którą zoperowano. Medycyna o takich

bólach mówi „bóle fantomowe”. Ten stan to nic innego, jak inny wymiar ciała ludzkiego. Niewidoczny dla oka, a jednak istniejący.

Chirurgia fantomowa często określana jest mianem „bezkrwawych operacji”. Polegają one na tym, że chirurg fantomowy posługuje się w swoim działaniu energią nadnaturalną, po każdorazowej modlitwie do Boga. Nie stosuje żadnych ucisków, szarpania i ugniatania. Chirurg przykładając dłoń do danego narządu widzi jego strukturę i zmiany chorobowe. Jawią się one jako ciemne, wręcz czarne plamy, czy punkty. Widzenie to jest możliwe dzięki darowi, jaki otrzymał człowiek zajmujący się tą metodą. Chirurgia fantomowa umożliwia zatem wykonującemu operację dotarcie do każdego miejsca.

Od samego początku byliśmy zainteresowani tą metodą, ponieważ jak wcześniej wspomniałam guz usytuowany był w takim miejscu, że usunięto tylko część, aby nie uszkodzić nerwu w ośrodku mowy.

W swojej książce „Nadnaturalna siła chirurgii fantomowej” pan Jacek pisze tak:

„Praca nad równowagą emocjonalną i mentalną polega na autopsychoterapii i samoobserwacji, akceptowaniu siebie i innych, uważności we wszystkim co się mówi, myśli i czyni. Obserwowaniu, jakie skutki powodują nasze słowa, czyny, uczucia i myśli. To praca nad sobą i stylem życia, jaki się prowadzi. Wykonywanie każdej pracy z pełną dbałością. Dbanie o rozwój duchowy, życie w prawdzie, dbałość o wyżywienie i otaczający świat.”

Postanowiliśmy zaufać panu Jackowi. Urzekło nas jego poczucie humoru, takt, spokój i wielka pasja do tego co podejmuje na co dzień. Podczas wizyty podkreślał znaczenie wiary w Miłosierdzie Boże. Czekać na swoją kolej można było wyciszyć się w kaplicy, która jest obok gabinetów. Gdy weszłam do niej pierwszy raz, zobaczyłam obraz o. Pio. Zrozumiałam wówczas, dlaczego odczuwałam potrzebę wizyty w tym miejscu.

# ODŻYWIANIE ZGODNE Z GRUPĄ KRWI

*„We wczesnych stadiach chorobowych, kiedy skutki danej choroby nie dają jeszcze poczucia dużego dyskomfortu, wprowadzenie odpowiedniego żywienia może doprowadzić nawet do pełnego wyleczenia.”*

**Jacek Bartkowiak**

Podczas wizyty u Jacka Bartkowiaka dowiedzieliśmy się, iż jedną z najlepszych diet w walce z chorobami, w tym również nowotworami jest odżywanie zgodne z grupą krwi. Jakiś czas temu przed chorobą męża słyszałam o tej diecie, nie przypuszczałam jednak, że wejdzie ona na stałe w nasze życie.

Pierwszym krokiem był zakup książek autora: Dra Petera J. D`Adamo „Jedz zgodnie ze swoją grupą krwi” oraz „Gotuj zgodnie ze swoją grupą krwi”.

## **Przegląd grup oraz zalecenia według autora**

Grupa krwi 0 (grupa krwi męża), była pierwszą grupą i dziś jest jedną z najczęściej występujących na świecie. Osobnicy posiadający grupę 0, cechują się silnym i wytrzymałym układem odpornościowym oraz zdrowym systemem trawiennym... Zaczynij jeść małe porcje chudego, czerwonego mięsa trzy, cztery razy tygodniowo. Wyeliminuj pszenicę.

Grupa krwi A (grupa krwi moja). System trawienny przystosował się do przyswajania potrzebnego organizmowi białka przede wszystkim z roślin i zbóż. Jeziora, rzeki i morza dostarczały ludziom ogromnej ilości ryb, które stały się dla nich kolejnym źródłem białka... Zastąp mięso białkami roślinnymi, dietę uzupełnij rybami. Spożywaj więcej roślin strączkowych i zbóż.

Grupa krwi B. Systemy odpornościowe i trawienne tych ludzi zawierały w sobie cechy charakterystyczne zarówno dla grupy 0, jak i grupy A... Zaczynij

jeść nabiał kilka razy tygodniowo, wyeliminuj kurczaki.

Grupa krwi AB. Wiadomo, że grupa AB jest kombinacją największych sił i słabości grup A i B. System trawienny i system odpornościowy ludzi z grupą AB jest bardziej złożony niż w przypadku innych grup krwi... Podstawą uczyń bogactwa morza, jedz tofu i tylko w małych ilościach mięso, np. z indyka czy baraninę. Unikaj kurczaków, kukurydzy i większości roślin strączkowych.”

Zachęcam Państwa do zapoznania się ze wspomnianymi lekturami. Możecie znaleźć w nich dokładny jadłospis nawet na cały miesiąc.

Do zaleceń pana Jacka zastosowaliśmy się chętnie i niemalże natychmiast. Ponieważ mąż ma grupę 0, ja natomiast A, potrzebowałam trochę czasu aby nauczyć się wykorzystywać również produkty wspólne w przygotowaniu posiłków, np. mięso z indyka, kurczaka. Na większe odstępstwa pozwałam naszym dzieciom, którym niestety nie smakują przetwory np. sojowe. W tej chwili całkowicie zrezygnowaliśmy z mięsa wieprzowego, bardzo rzadko również jadamy ziemniaki.

Dr Peter J. D`Adamo dzieli produkty na trzy rodzaje: zalecane określonej grupie, obojętne i te, których należy unikać. Zalecane przyspieszają zdrowienie, zaś te, których należy unikać są dla danej grupy szkodliwe i toksyczne.

Obecnie można zapoznać się z różnymi dietami, które wspomagają leczenie organizmu. Mówi się o diecie makrobiotycznej, diecie Gersona. My z całego wachlarza propozycji wybraliśmy dietę zgodną z grupą krwi, zaufaliśmy p. Jackowi i jesteśmy do niej przekonani. Każdy ma prawo wybierać zgodnie ze swoją intuicją. Ważne w tym wyborze jest to, aby mieć przekonanie i pewność, że wybrana dieta wam służy.



# WARSZTATY RADYKALNEGO WYBACZANIA

*„Wybaczajmy skutecznie – darowanie krzywd ma moc uzdrawiania.”*

**Colin C. Tipping**

Wielu naszych przyjaciół i znajomych starało się nam pomagać na wszelkie sposoby. Jedna z moich koleżanek zakupiła dla nas książkę pt. „Radykalne wybaczenie”, autorstwa Colina C. Tippinga. Wyjaśniła wcześniej już, że słyszała o skutecznej metodzie, dzięki której wiele osób (stosując tylko tę metodę) odzyskiwało zdrowie, równowagę i spokój ducha. Przeczytałam ją w kilka dni i postanowiłam wziąć się do pracy z arkuszem wybaczenia. W miarę jak uwalniałam emocje związane z niemożliwością przebaczenia, pojawiały się pytania, ale i chęć uczestniczenia w warsztatach poświęconych temu tematowi.

Byłam szczęśliwa, że również w moim mężu wzbudziłam chęć przepracowania i przetransformowania swoich negatywnych emocji. Znalazłam więc w internecie instruktorkę tej dziedziny Ewę Żukowską, która po rozmowie zaproponowała nam wizytę w naszym domu i przybliżenie tej tematyki. Do spotkania doszło również 13 stycznia 2010 r. Byłam pod wrażeniem profesjonalizmu oraz podejścia do mojego męża, który zawsze był osobą niechętnie mówiącą o swoich uczuciach. Delikatność i spokój Ewy sprawił, że mąż stopniowo się przed nią otwierał. Po jej wizycie nie miałam żadnych wątpliwości, że jest osobą, która miałaby dla nas poprowadzić warsztaty.

Wzięliśmy w nich udział pod koniec stycznia 2010 r.

Podczas sesji wybaczenia zarówno ja, jak i mój mąż zrozumieliśmy, że aby uwolnić się od braku wybaczenia należy przyznać przed sobą, że czujemy się ofiarami. Często swoich rodziców, pracodawców, współmałżonków... Skoro jest ofiara wcześniej musiał być „oprawca”, czyli ktoś, kto z naszego

punktu widzenia wyrządza nam krzywdę. Wybaczając na warsztatach swoim rodzicom, teściom uwolniłam się wraz z mężem od świadomości ofiary. Przebacząc innym zrozumiałam, że uwolniłam się od nich i sama zwróciłam im wolność.

Pamiętam, kiedy podczas wizyty u nas Ewa powiedziała, że skrywany głęboko żal oraz brak wybaczenia jest przyczyną każdej choroby nowotworowej.

Podobnie do Colina Tippinga twierdzi Kurt Tepperwein, autor książki „Co choroba mówi o Tobie?”. Píše, iż na raka najczęściej chorują ludzie, którzy „mają skłonności do litowania się nad sobą lub zatrzymywania w sobie dawnych urazów. Nie potrafią przebaczać ani pielęgnować relacji międzyludzkich i dbać o ich utrzymanie. Mają zazwyczaj niskie poczucie własnej wartości lub doświadczają uczucia nieakceptacji i odrzucenia. To uczucie często ma swoje źródło w dzieciństwie”.

Przytaczam w tym miejscu ten cytat, ponieważ podczas sesji wybaczenia z Ewą, mąż bardzo często wspominał o swoim dzieciństwie. Jego uczucia z tego okresu nie należały do przyjemnych i radosnych. Wcześniej nie mówił na ten temat wiele, nie chciał ze mną rozmawiać, twierdząc, że nic nie pamięta. Dopiero po sesji zrozumiałam dlaczego. Jego mózg bronił dostępu do nich gdyż były to wspomnienia zbyt bolesne.

Według Tippinga, emocje nie są złe.

Jest wręcz odwrotnie. To odczuwanie emocji jest dla nas dobre. Problem pojawia się, gdy tłumimy je lub blokujemy, gdy zaprzeczamy ich istnieniu. Wiadomo, że zablokowane emocje są bardzo toksyczne i muszą być uwolnione jeśli chcemy zmniejszyć ryzyko zachorowania na nowotwór lub się z niego wyleczyć. Wobec tego każdy, kto ma nowotwór, powinien podjąć wszelki wysiłek, aby uleczyć emocjonalną jego przyczynę i zrobić to w jak najkrótszym czasie.

Mówimy: "czas leczy rany". Ale jeśli masz nowotwór, to czas nie wystarczy. Potrzebne są natychmiastowe rezultaty.

Pracując metodą radykalnego wybaczenia, z pomocą przychodzą nam narzędzia takie jak: arkusz, trzynaście kroków radykalnego wybaczenia (płyta CD), gra „Satori” (dla pięciu osób). Bez względu na to, jaką formę wybieramy, zawsze doświadczamy podróży, która zaczyna się w krainie ofiar, a kończy w krainie akceptacji i miłości.

Metoda radykalnego wybaczenia odwróciła całe moje dotychczasowe, tradycyjne podejście do wybaczenia. Miałam wiele okazji, aby zastosować je w praktyce. Zawsze zostawała we mnie zadra i uczucie zranienia przez tę osobę, uczucie bycia ofiarą. Radykalne wybaczenie dało mi nowe spojrzenie na ludzi, których spotykam, dało mi szansę rozwoju i akceptacji ich, takimi, jakimi są bez fałszu, oceniania i osądzania.

Co sesja dała mojemu mężowi?

Przede wszystkim wyzwolenie się od stłumionych i „zakopanych” emocji: żalu, poczucia niskiej wartości i bycia odrzuconym. Wrócił wraz ze mną do domu spokojniejszy i pełen nadziei.

# TERAPIA DŹWIĘKIEM GONGU

*„Nie zmieniaj innych ludzi, obserwuj swoje wnętrze zmieniając siebie.”*

**Marek Tomczak**

Dzień przed naszym wyjazdem na warsztaty radykalnego wybaczenia otrzymałam od Ewy wiadomość, że w czasie naszego pobytu będą odbywały się warsztaty „Kąpiel w dźwiękach gongu i mis”.

Prowadzący – Marek Tomczak wyraził się o tej terapii w ten sposób: „Dźwięk mis i gongów powoduje bardzo głębokie stany odprężenia pozwalające wprowadzać do podświadomości komunikaty programujące w dowolny sposób. Właśnie w naszej podświadomości tkwią błędne komunikaty powodujące właściwie większość chorób ciała i psychiki”.

Dźwięk gongu ma za zadanie, uwalniać stres, napięcia mięśniowe, przykurcze. Wibracje dźwięku nie tylko docierają do uszu, ale także do każdej komórki ciała i narządów usuwając blokady. Podczas terapii dźwiękiem umysł się wycisza i uspokaja. Często zauważamy w sobie emocje, których wcześniej nie dostrzegaliśmy, złość, agresję, smutek...

Kiedy dojechaliśmy na miejsce postanowiłam skorzystać z okazji i porozmawiać z Markiem na temat choroby mojego męża. Chciałam wykorzystać każdą chwilę, tak aby połączone terapie dały efekty.

W tym wszystkim, co przedstawił mi prowadzący terapię gongami zobaczyłam głęboki sens. Do dziś pamiętam niesamowite podekscytowanie - a może bardziej nadzieję, na powrót do zdrowia - kiedy pierwszy raz mieliśmy z mężem „wykąpać się” w dźwięku.

Uczestniczyliśmy w sumie w trzech sesjach gry.

Doznania jakich doznaliśmy nie różniły się wiele od siebie. Podczas pierwszej gry, zarówno mąż jak i ja odczuwaliśmy lekki ból i pieczenie w

miejscach chorych, tzn. tych, gdzie były blokady energetyczne. Mąż odczuwał ból w lewym kolanie (rana w wyniku wypadku), w dolnych odcinkach kręgosłupa i w miejscu guza (lewa skroń). Podczas każdej sesji odczuwał podobne bóle.

U mnie wyglądało to podobnie. W czasie pierwszej gry na gongach odczuwałam ból głowy oraz ucisk w okolicach serca. Druga i trzecia gra – owszem ból ale przede wszystkim wyciszenie i odprężenie, poczucie pustki w głowie. Żadnych myśli. Doświadczenie dla mnie nowe, ale i duchowe.

Spotkanie tam w Gąskach z Ewą i Markiem odmieniło przede wszystkim moje życie. W czasie tej podróży do swego wnętrza odkryłam co powinnam zmienić w sobie, jakich blokad się pozbyć. Najważniejsze jednak... otrzymałam odpowiedź na pytania o dalszą moją drogę życiową.

To właśnie wtedy rozpoczął się we mnie proces oczyszczania duchowego, który znalazł punkt kulminacyjny w lipcu. Dokładnie 3 lipca spotkaliśmy się w małym gronie na warsztatach w naszej miejscowości. Dzień spędzony w miłej atmosferze, ale bardzo pracowity i owocny. Zajęcia były przygotowane przez Marka profesjonalnie, ale co najważniejsze w taki sposób, aby każdy poczuł się ważny.

Dla mnie – bardzo osobiste i bolesne doświadczenie.

Poczułam po raz pierwszy, jak opada z mojej twarzy maska. Zobaczyłam całą moją niedoskonałość, zobaczyłam, że swoim zachowaniem raniłam osoby mi najdroższe. Przyczyniłam się do tego, iż mąż nie chcąc przeciwstawiać się moim decyzjom i mnie znalazł wyjście z sytuacji – chorobę.

Ogarnęło mnie poczucie winy i żal, ale nie chciałam w tym poczuciu trwać. Według Tippinga uczucie żalu i poczucie winy są emocjami o najniższej wibracji. Zrozumiałam dzięki Markowi, że aby wznieść się na wyższy poziom rozwoju, aby doświadczyć głębokiego oczyszczenia, musiałam wcześniej doświadczyć takich uczuć. Dzięki temu spotkaniu postanowiłam nie rozczulać się nad sobą, ale podziękować Bogu za chorobę męża i każde trudne doświadczenie przyjmując jako naukę i wyzwanie do zmiany na lepsze.

Po powrocie z warsztatów radykalnego wybaczenia i terapii dźwiękiem gongów mąż miał wykonane badanie – rezonans.

Wynik nas pozytywnie zaskoczył, ponieważ guz zmniejszył się prawie o połowę. Byłam przekonana, że dokonaliśmy dobrego wyboru. Wiedziałam, jak pracować z mężem i jaką drogą pójść, by dojść do całkowitego uzdrowienia.

# RECALL HEALING – UZDRAWIANIE PRZEZ PRZYPOMNIENIE

*„My nie diagnozujemy i nie leczymy, lecz przechodzimy z pacjentem pewien proces.”*

**Gilbert Renaud**

Na warsztaty Recall Healing (Totalnej Biologii) pojechaliśmy z mężem w kwietniu. Odbyły się wtedy dwa stopnie tego kursu. Prowadzone były przez Gilberta Renaud i Marie Ginette-Reaud. Przygotowane profesjonalnie, w atmosferze wzajemnego zaufania. Ważne dla mnie było to, że każdy z uczestników mógł zapytać o przyczyny (z punktu widzenia tej metody) swojej choroby i aktualnych problemów zdrowotnych. Atmosfera wzajemnego zaufania, jaka panowała na sali pozwalała uczestnikom na szczerą i głęboką konfrontację ze swoimi emocjami, które z punktu widzenia totalnej biologii powodują często choroby psychiczne i fizyczne.

Metoda Recall Healing, „leczenia przez przypomnienie”, polega między innymi na powrocie do emocji, źródła, które spowodowało chorobę. Twórcą metody jest Claude Sabbah, francuski naukowiec i lekarz. Według niego przyczyną zdrowotnych problemów jest stres o ogromnym natężeniu. Gdy nie możemy znieść traumatycznych i bolesnych sytuacji, mózg uruchamia „program awaryjny”, który działa niczym skrzynka z bezpiecznikami – jeżeli napięcie jest zbyt duże, automatycznie następuje zwarcie i zaczynamy chorować. Inaczej mówiąc, jeżeli niedomaga jakaś część ciała, oznacza to, że w naszej psychice rozgrywa się konflikt. Wówczas należy przyjrzeć się sobie od wewnątrz, zwrócić uwagę na to, co czujemy i przeżywamy.

Tak więc choroba jest najlepszym rozwiązaniem mózgu zastosowanym po to, by żyć tak długo, jak to jest możliwe.

W momencie, gdy przeżywamy ogromny wstrząs, traumę, stres lub długotrwały konflikt, abyśmy nie zginęli z wyczerpania, mózg przenosi

konflikt na ciało. Problem dotyczący nas zostaje przeniesiony przez mózg do obszaru ściśle odpowiadającego określonemu wydźwiękowi konfliktu.

Gdy przedstawiłam prowadzącym warsztaty historię choroby męża, usłyszałam odpowiedź, iż mąż musiał wcześniej, przeżyć konflikt związany z niskim poczuciem wartości związanym z ze swoim myśleniem, poglądami. Do mózgu dotarła informacja: „Nie jestem dobry w swoim myśleniu”.

W czasie terapii pacjenci przechodzą przez proces, podczas którego terapeuta uświadamia, jakie konkretnie emocje wywołały chorobę.

Na przykład:

- osteoporoza pojawia się, jeżeli człowiekowi brakuje poczucia własnej wartości,
- rak piersi to „konflikt gniazda (rodziny)”.
- Moja alergia na gluten ma związek z rozłąką z ojcem.

Analizując każdy problem, który pojawia się w życiu, należy zastanowić się z kim ma związek i w jakim cyklu życia się pojawił. Bardzo ważne jest czy trauma, którą przeżyliśmy była odczuciem w zupełnej izolacji od innych osób. Aby rozpocząć proces zdrowienia pacjent wypełnia szczegółową ankietę, w której podaje między innymi informacje o swoich narodzinach, okresie prenatalnym, oraz o swoich przodkach. Aby odprogramować chorobę, należy utożsamić się z emocją, która chorobę zapoczątkowała, odczuć ją, a następnie, jeżeli była związana z konkretną osobą, wybaczyć tej osobie.

Po powrocie z warsztatów rozmawialiśmy z mężem całe godziny, idąc za tropem emocji związanych z myśleniem i poglądami, według wskazówek, jakie podali mi Gilbert i Marie. Pracowaliśmy nad każdym wydarzeniem z życia, które mogłoby być przyczyną choroby.

Od prowadzącego warsztaty usłyszałam zdanie, które mam w swoim zeszycie podkreślone na czerwono, a brzmi ono:

**„NIE WALCZYĆ Z CHOROBA”!**



Słowo walka zakłada, że choroba jest złem. Tak naprawdę dolegliwość pojawia się, aby nas przestrzec przed dotychczasowym stylem życia, o czym wcześniej pisałam. Choroba zmusza nas, abyśmy spojrzeli za siebie i przeanalizowali swoje postawy wobec innych, wybory, decyzje i nasze relacje z Bogiem i bliźnimi.

Na warsztatach Recall Healing zrozumiałam, że choroba mojego męża pojawiła się, aby uratować moją rodzinę przed zwątpieniem, obojętnością i wzajemnym kontrolowaniem się. Pojawiła się, abyśmy zrozumieli, że mimo iż jesteśmy jednością w związku, to każde z nas ma prawo do zachowania swojej indywidualności i do dokonywania swoich wyborów.

Po ukończonym kursie zajęłam się moim mężem i wspólnie postanowiliśmy intensywnie popracować nad przeżywaniem swoich uczuć i emocji. W efekcie naszej pracy połączonej z leczeniem konwencjonalnym, guz zmniejszył się o połowę. Wyniki, które osiągnęliśmy zmobilizowały mnie do pracy z moją rodziną, a szczególnie z dziećmi. Dawniej z powodu bólu gardła, zapalenia zatok lub kataru łykaliśmy leki. Dziś, przy pojawieniu się pierwszych symptomów zaczynamy rozmawiać o emocjach i objawy znikają.

Ja sama od siódmego roku życia choruję na nietolerancję glutenu, co objawia się wysypką na kolanach, łokciach, plecach, pośladkach i skórze głowy. Medycyna akademicka nazywa te objawy chorobą Duringa. W Katowicach dowiedziałam się, że „niezmiennik biologiczny” (hasło dla mózgu) tego problemu to „rozłąka (separacja) z ojcem i niemożność przyswojenia tego”. Ważne przy tym jest to, w jaki sposób ja przeżywam sytuację. Może to być rozłąka nawet z misiem, ale jeśli ja intensywnie to przeżyję, to wówczas tworzy się konflikt!.

Zaczęłam więc analizować moje dzieciństwo. Tato był zawsze stanowczy, chociaż bardzo kochający i odpowiedzialny, jeżeli powiedział raz, że będzie kara, to tak było. Do dnia dzisiejszego mam bardzo dobre relacje z moim ojcem i zawsze byłam przekonana, że strach przed tatą, mnie nie dotyczył. Stopniowi więc zaczęłam przyglądać się, jak reagują nasze dziewczynki na karę, zadaną przez męża.

Ujrzałam w nich ten sam strach. Starłam się poczuć całą sobą emocje, jakie przeżywałam. Nie należały do przyjemnych, ale było warto. Oczywiście wracałam do tego przez jakiś czas prawie co dzień, aż pewnego dnia zauważyłam, że nie ograniczam produktów zawierających gluten, a mimo to mam coraz mniej miejsc pokrytych bąblami. Znikły całkowicie na kolanach, łokciach i pośladkach. Doświadczyłam na własnej skórze działania Totalnej Biologii i jestem przekonana, że przynosi efekty.

Dzięki warsztatom Recall Healing zyskałam nie tylko certyfikat, ale znacznie więcej – zyskałam zdrowie, świadomość i akceptację w przeżywaniu swoich uczuć i emocji.

# METODA ONE BRAIN (JEDNOLITY MÓZG)

*„Delikatność i dobroć nie są przejawem słabości i rozpacz, lecz oznaką siły i pewności siebie.”*

***Eliza Kurowska***

Nasze doświadczenie z metodą rozpoczęło się na kursie Totalnej Biologii w Katowicach. Instruktorka tej metody, wspaniała i pełna ciepła osoba Eliza Kurowska, zajęła miejsce obok mnie. Przedstawiła się, a po wymianie kilku zdań i wyjaśnieniu przyczyny mojej obecności na kursie, krótko zapoznała mnie z metodą, z którą od wielu lat pracuje. Pomyślałam wówczas, że byłoby dobrze gdyby mąż zechciał w takiej sesji uczestniczyć. Otrzymałam wówczas ulotkę i zaproszenie na warsztaty One Brain, prowadzone przez Elizę. Po trzech dniach pożegnałyśmy się, jednak myśl o udziale w warsztatach często powracała do mnie. Dzisiaj wiem, że potrzebowałam czasu aby dojrzeć do tej decyzji i samodzielnie ją podjąć.

Na pierwszy stopień z metody One Brain pojechałam z mężem we wrześniu. Warsztaty odbywały się we Wrocławiu w Akademii Wiedzy Holistycznej. Już po pierwszym odblokowaniu stresu, jakie zaprezentowała prowadząca nie miałam wątpliwości, że chcę pracować w ten sposób i pomóc nie tylko mężowi, ale wszystkim, którzy będą w potrzebie.

## **Na czym polega metoda One Brain i w jaki sposób działa?**

Metoda One Brain została opracowana w Stanach Zjednoczonych przez naukowców Daniela Whiteside`a i Gordona Stocksa, w latach osiemdziesiątych XX wieku.

Opiera się ona na holistycznym podejściu do człowieka, a jej celem jest eliminowanie negatywnego ładunku emocjonalnego i zintegrowanie człowieka na poziomie ciała, umysłu i ducha. Należy tutaj przede wszystkim powiedzieć, iż jest to metoda bezpieczna i łagodna, dzięki której

mamy możliwość poznania siebie, pogłębienia samoświadomości i przywrócenia zdolności kierowania własnym życiem.

W wielu krajach ta metoda jest wykorzystywana w szkołach, poradniach psychologiczno – pedagogicznych, placówkach służby zdrowia.

W jaki sposób pracuje się metodą One Brain i na czym polega odblokowanie stresu?

Do odblokowania wykorzystuje się strukturę mięśnia. Naciskając delikatnie mięśnie naramienny otrzymujemy odpowiedź „tak” lub „nie”. Jeżeli klient w danej sferze życia przeżywa stres, mięsień osłabnie, jeżeli jest spokojny, mięsień jest mocny. Podczas odblokowania stresu, pytania należy tak zadawać, aby uzyskać jednoznaczną odpowiedź: „tak” lub „nie”. Odpowiedź zawsze uzyskujemy z obu półkul mózgowych.

W prawej półkuli nie istnieje pojęcie czasu, nie ma lęku. Prawa półkula jest świadkiem wydarzeń i zna całą prawdę o nas samych.

W lewej półkuli jest czas linearny. Odpowiada ona za ocenę, osąd, tworzy przekonania. Tutaj zapisywane są reakcje lękowe. Lewa półkula daje informację taką, jaka jest rzeczywistość.

Podczas sesji odblokowania docieramy do źródła, problemu, stresu, a następnie zmieniamy sytuację na pozytywną, kodując emocje dla nas korzystne. Zmiany, jakich doświadczamy w czasie sesji są skuteczne i niezmiennie.

Każdy uczestnik, po dwóch dniach warsztatów przeprowadził pierwsze w swoim życiu odblokowanie. Moja reakcja po przeprowadzeniu odblokowania? „Ja to zrobiłam!” Doświadczeniu temu towarzyszyła ekscytacja i niesamowita radość. Wróciłam do domu w innym nastroju. Nie rozumiałam do końca co było powodem tego, ale byłam spokojna, wyciszona i pewna siebie. Postanowiłam więc wykorzystać zdobytą wiedzę i przeprowadziłam dwa odblokowania mojemu mężowi i koleżance. Gdy jechałam na drugi stopień metody One Brain, miałam na koncie pięć sesji.

Pracując z moim mężem, zdałam sobie sprawę, że czasem skutki tej pracy są widoczne szybko i wyraźnie. Niekiedy jednak na efekty trzeba poczekać

dłużej.

# MEDYTACJA

*„W stanie wyciszenia dusza widzi ścieżkę w jaśniejszym świetle, a to, co nieuchwytnie i złudne, staje się krystalicznie czyste.”*

**Mahatma Gandhi**

Pracując z mężem według Totalnej Biologii zwróciłam uwagę na niezmiennik biologiczny dla nowotworów, zwłaszcza guzów mózgu. Zawsze jest to natłok myśli. Gromadzone w głowie, jeżeli nie znajdują ujścia, kumulują się w różnych częściach ciała. Myśli o szczęściu, spokoju, miłości sprawiają, że czujemy się szczęśliwi, spokojni i kochani. Myśli o tym, czego nie chcemy, rachunki, stresująca praca itp. powodują pojawienie się wewnętrznego niepokoju, lęków, pośpiechu. Mąż przyznał, że zawsze o czymś myśli, nie potrafi poczuć „pustki”, nie potrafi się z nich wyzwolić.

Rok przed pojawieniem się choroby mąż zrezygnował z pracy w Niemczech i wrócił do Polski. Znalazł pracę w firmie, w której zdobył nowe doświadczenie, czuł się doceniony i zamierzał tam pozostać. Według Totalnej Biologii choroba pojawia się wówczas, gdy problem zostaje rozwiązany (wybaczenie komuś, nowa praca, czasem rozstanie). Gdy zrozumiałam podstawy działania Totalnej Biologii wiedziałam, że dla niego nowa praca okazała się rozwiązaniem problemu, który przeżywał za granicą w poprzednim miejscu pracy. Mąż zamartwiał się nieustannie, czy po powrocie do Polski znajdzie pracę, czy poradzi sobie, czy będzie nas stać na godne życie.

Istotną rzeczą w leczeniu chorób, zwłaszcza nowotworów, guzów jest wyciszenie umysłu, pozbycie się destrukcyjnych myśli. Techniki temu sprzyjające, to między innymi: dźwięk gongu oraz medytacja. Istnieje wiele form medytacji, które można znaleźć w internecie. Wszystkie jednak mają na celu stopniowe odwrócenie uwagi od własnych myśli, własnych idei i pożądań.

Od czego należy rozpocząć medytację? Najpierw należy usiąść wygodnie i zrelaksować się. Najlepszym przygotowaniem do medytacji jednak jest

milczenie i wyciszenie się tak długo, jak to możliwe. Można zamknąć oczy i zacząć powtarzać w swoim sercu słowo np: „Maranatha”, co znaczy „przyjdź Panie Jezu”. Niektórzy powtarzają „Jezu Chryste, zmiłuj się nade mną”.

Kiedy rozpoczęłam medytować, nie potrafiłam w ogóle się wyciszyć. O tej formie modlitwy słyszałam wcześniej, jednak namówił mnie do jej praktykowania Wojtek, kolega, którego spotkałam nieoczekiwanie przed wyjazdem na warsztaty radykalnego wybaczenia. Zapoznał mnie wówczas z buddyjską medytacją „zen”, którą również praktykują między innymi zakonnicy benedyktyni w Lubiniu (Poznań).

Moje pierwsze spotkania z medytacją ograniczały się do 5 minut, ponieważ nie potrafiłam w takiej pozycji utrzymać ciała. Poza tym, myśli gromadziły się i następowały jedna po drugiej. Z każdym dniem było lepiej. Coraz częściej odczuwałam w głowie „pustkę”, i osiągałam wyciszenie. Zamykałam oczy i wchodziłam w błogą ciszę, która ratowała mnie od wchodzenia w jakiś obłąd myśli i strach o każdy dzień.

Dziś po roku potrafię trwać przed Bogiem w tej ciszy do trzydziestu minut. Mąż nie odnalazł się w tej medytacji i nie praktykuje jej. Twierdzi, że najbardziej wycisza się na Mszy Świętej, szczególnie prowadzonej przez księdza Jana.

Zainteresowanych medytacją odsyłam do strony internetowej.

<http://www.benedyktyni.net>

# SYNCHRONICZNOŚĆ – PRZYPADKI NIE ISTNIEJĄ

*„Równoczesne zdarzenie dwóch wydarzeń połączonych przez znaczenie, a nie przez przyczynę.”*

**Carl Gustav Jung**

Według Junga są trzy kategorie synchroniczności:

- Zbieg okoliczności między stanem psychicznym i równoczesną zewnętrzną stroną wydarzenia, na przykład myślenie o słowie i słyszenie wymowy tego słowa.
- Zbieg okoliczności między stanem psychicznym i zewnętrzną stroną wydarzenia następującą równocześnie na zewnątrz pola percepcji, takie jak: rozmowy o przyjacielu i dowiedzenie się następnego dnia, że miał ona wypadek.
- Zbieg okoliczności między stanem psychicznym i zewnętrzną stroną wydarzenia, które ma miejsce w przyszłości, takie jak: niechęć do pomysłu pojechania na wakacje do pewnego kraju i szturm wojenny w tym kraju, od dziesięciu do dwudziestu dni później.

Rzeczy nie przydarzają się nam „z powodu” innych rzeczy, ale raczej mają miejsce równocześnie w tej chwili, gdy jednostka potrzebuje wprowadzić w życie nasz program.

W momencie gdy konflikt materializuje się w czyimś życiu, wszystko zostaje zaaranżowane tak, abyśmy przeżyli ten konflikt. Nie możemy uciec z programu, chyba, że staniemy się go świadomi. Podczas choroby męża i procesu zdrowienia, wielokrotnie przeżywaliśmy wydarzenia, które utwierdzały – zwłaszcza mnie – w przekonaniu, że „mam szczęście”, „że Pan Bóg czuwa”.



Dość szybko zauważyłam, że każde ważne wydarzenie, podjęte decyzje, badania miały miejsce 13 dnia miesiąca.

- 13 grudnia umówiłam nas na wstępną wizytę do neurochirurga;
- 13 lutego była operacja;
- 13 marca otrzymaliśmy wynik histopatologiczny;
- 13 sierpnia nastąpił pierwszy wyjazd męża do Kościoła w Białej;
- 13 września - rezonans, który wykazał wznowę guza;
- 13 stycznia – wizyta Ewy;
- 13 grudnia - msza św. w Białej w intencji uzdrowienia męża;
- 13 stycznia – wizyta u onkologa stwierdzająca całkowite wyleczenie!

Powtarzające się trzynastki odczytałam jako opiekę ze strony Matki Bożej Fatimskiej. Przed operacją mąż otrzymał od mojej koleżanki różaniec, który ta przywiozła z pielgrzymki do Fatimy. Przekazała go nam, ponieważ - jak twierdziła – wielokrotnie, w trudnych momentach życia Matka Boża jej samej pomagała.

Szczególną opieką darzył męża o. Pio. Wspomniałam już wcześniej o obrazku znalezionym przy łóżku. Taki sam obrazek otrzymał od kapłana mąż, gdy przebywał na oddziale radioterapii.

Pewnego wieczoru, mąż pojechał na mszę do Kościoła pw. Wniebowzięcia NMP. Najczęściej siadał w miejscu, z którego widział obraz O. Pio. W tym samym czasie ja zadzwoniłam do ks. Jana z prośbą o modlitwę. Ks. Jan odpowiedział, "zaraz będę się modlił". Spojrzałam na zegar i zapamiętałam godzinę. Była 18.10. Gdy mąż wrócił do domu powiedział, że dziwnie się czuł. Patrzył cały czas na obraz i odczuwał bóle głowy. Zapytałam, o której godzinie mogło to być. Odpowiedział - tak na początku Mszy św. Nie mieliśmy wątpliwości co się wtedy wydarzyło.

Uważam, że każde spotkanie z osobami prowadzącymi warsztaty również zaaranżowane było przez wszechświat - Boga. Wiem doskonale, że wszystkie „przydarzające” się wydarzenia, osoby, sposobności do leczenia nie były przypadkiem.

Wszystko wydarzyło się po to, aby ułatwić nam powrót do zdrowia i wprowadzić na nową drogę.

## ODNOWIONY ZWIĄZEK

Właśnie minęła dziesiąta rocznica naszego ślubu. W prezencie otrzymaliśmy zdrowie i większą ŚWIADOMOŚĆ swojego życia.

Wstępując na drogę małżeństwa, miałam za sobą studia teologiczne oraz studium rodziny. W zasadzie miałam wiedzę, która powinna wystarczyć, aby budować trwałą i szczęśliwą związek – takie miałam przekonanie.

Popełniłam ten sam błąd, który popełnia wielu młodych ludzi: oczekiwałam od partnera spełniania i realizacji moich marzeń.

Będąc na warsztatach Totalnej Biologii usłyszałam od Gilberta zdanie: „Małżeństwo jest po to, aby rozwiązać problemy, które mamy we dwoje, a które nie pojawiłyby się, gdybyśmy byli sami”.

Zrozumiałam, że spośród wszystkich mężczyzn wybrałam takiego, który doskonale ukazuje mi moje trudności, emocje i zachowanie. Wcześniej nasz związek był nasycony wzajemnymi żalami i pretensjami: o wspólny pobyt u rodziców, o wspólny udział we mszy św., o to, kto ile czasu poświęca dzieciom itd.

Dziś po wspólnych przeżyciach związanych z nowotworem jesteśmy innymi partnerami dla siebie.

Pozwalam mężowi decydować o sobie. Pozostawiłam mu zupełnie autonomię w jego wyborach, podejmowanych decyzjach.

Trwając w związku nie możemy zapomnieć, że nadal jesteśmy istotami mającymi wolną wolę, prawo do szczęścia i samorealizacji.

Często wspominam słowa Marka, który napisał: „Lidia, rodzina wtedy jest rodziną i jest ważna, gdy każdy jest na swoim miejscu”.

# PODZIĘKOWANIA

Od samego początku choroby wspierali nas nasi znajomi, przyjaciele i rodzina. W takich momentach życia, najtrudniejszych, wartości nabiera powiedzenie: „prawdziwych przyjaciół poznaje się w biedzie”.

Chcielibyśmy bardzo podziękować wszystkim, którzy przyczynili się do tego, że możemy z mężem budować nowy związek, oparty na wzajemnym uszanowaniu swojej autonomii, że Przemek może cieszyć się dziś życiem.

Dziękujemy naszej rodzinie, wujkowi Adamowi, także Andrzejowi i teściom, którzy wspierali nas finansowo, udzielali noclegu.

Jestem wdzięczna moim rodzicom, siostrze i szwagrowi Tomkowi za to, że mieli zawsze czas dla naszych dzieci, że znosili czasem płacz, nerwowość i nasze humory.

Wdzięczni jesteśmy Przyjaciołom:

pani Irencie, Ewuni, Karolinie, Dorotce, Renacie Wróbel i Renacie Woltman, Agnieszce i Wojtkowi, Violi za podtrzymywanie na duchu i modlitwę.

Magdzie Bóg zapłać za różaniec.

Moim współpracownikom ze szkoły -miejsca pracy - składam podziękowania za pomoc finansową i wyrozumiałość.

Wyrażam wdzięczność lekarzom z Bydgoszczy: neurochirurgowi p. Markowi Haratowi i onkologowi p. Janowi Kopecowi, oraz dr Berełkowskiej z Poznania.

Panu Jackowi Bartkowiakowi – za nowe spojrzenie na chorobę i na to, co stanowi radość w życiu.

Dziękujemy tym, którzy swoją mądrością wskazywali i nadal wskazują nam kierunek w rozwoju duchowym: ks. Janowi, Gilbertowi, Markowi

Tomczakowi, Elizie Kurowskiej, Elen Kanickiej i Ewie Żukowskiej.

Wyrazy wdzięczności kierujemy do wszystkich, którzy przyczynili się do zakupu leku temodal.

Szczególnie dziękuję mojemu mężowi za lekcje, jakie pozwolił mi „przerobić”, za cierpliwość dla mnie i za jego miłość.

Nie mogę pominąć naszych dzieci – aniołki Monikę i Alunię, za to, że były tak wytrwałe i cierpliwe dla nieobecnej w ważnych chwilach mamy.

Osoby, które poruszyła nasza historia, a które chciałyby nawiązać kontakt i wypowiedzieć się w związku z tematem zapraszam na stronę:

[www.soulfreebook.pl](http://www.soulfreebook.pl)

[www.selfirelacje.pl](http://www.selfirelacje.pl)

Email:

lidiasub@wp.pl