



dr Anne Bérubé
Przedmowa: Anita Moorjani

Bądź, myśl, czuj, działaj

Przez śmierć do życia



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
czucie lepsze niż

Pochwały dla *Bądź, myśl, czuj, działaj*

Bądź, myśl, czuj, działaj zgrabnie łączy osobistą narrację autorki oraz dojmujące spostrzeżenia. Anne prowadzi swojego czytelnika do prawdziwego źródła szczęścia, które jest naszym naturalnym stanem bycia.

– Deepak Chopra, doktor medycyny, numer jeden na liście autorów bestsellerów „New York Timesa”

Piękna książka o tym, co się dzieje, gdy twoja dusza obudzi w tobie kogoś, kim naprawdę jesteś, gdy podążysz za głosem serca i nauczysz się ufać twojemu wewnętrznemu dzikiemu przekonaniu oraz odkryjesz życie, którego istnienia nawet nie podejrzewałeś. Wśród tak wielu duchowych poradników ten napisany przez Anne Bérubé jest wart przeczytania.

– Colette Baron-Reid, autorka inspirującego bestsellera
Odważ się na zmiany

Swoim poruszającym pamiętnikiem Anne Bérubé zaprasza nas, abyśmy w jej historii przebudzenia i duchowej podróży odnaleźli siebie samych. Z wielką gracją opisuje własne doświadczenia, które mogą stać się dla nas lustrem i pomóc nam w zidentyfikowaniu naszej własnej ścieżki. Płynąca prosto z serca propozycja Anne jest szczerym zaproszeniem do połączenia się z tym, co najcenniejsze.

– Nancy Levin, autorka *Jesteś tego warta*

Historia Anne o poszukiwaniu własnej duszy jest porywająca i napisana mocnym stylem. Przyglądanie się transformacji autorki zmienia definicję prawdopodobieństwa.

Jeżeli lubisz pamiętniki, których lektura przypomina czytanie dobrej powieści romantycznej, książka Anne cię nie zawiedzie. Jeżeli

lubisz życiowe lekcje wplecione we wspaniałą opowieść, pokochasz
Bądź, myśl, czuj, działaj.

*Dzięki tej książce jasno dostrzeżesz własne rozwidlenie dróg oraz
zobaczysz, że wybranie odważnej ścieżki odplaca się nam naprawdę
dobrymi rzeczami.*

– Julie Daniluk

Bądź, myśl,
czuj, działaj

dr Anne Bérubé
Przedmowa: Anita Moorjani

Bądź, myśl, czuj, działaj

Przez śmierć do życia

Słuchaj radia Hay House na:
www.hayhouseradio.com



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

REDAKCJA: Anna Bergiel
SKŁAD: Tomasz Piłasiewicz
PROJEKT OKŁADKI: Aleksandra Lipińska
TŁUMACZENIE: Sylwia Grodzicka
KOREKTA: Małgorzata Koniarska

Wydanie I
BIAŁYSTOK 2017
ISBN 978-83-7377-865-8

Tytuł oryginału: *Be Feel Think Do*

BE FEEL THINK DO
Copyright © 2017 by Anne Bérubé, Ph.D.
Originally published in 2017 by Hay House Inc.

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2016
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej publikacji nie może być powielana ani rozpowszechniana za pomocą urządzeń elektronicznych, mechanicznych, kopiujących, nagrywających i innych bez pisemnej zgody posiadaczy praw autorskich.



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.
www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

15-762 Białystok
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
85 662 92 67 – redakcja
85 654 78 06 – sekretariat
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt
85 654 78 35 – www.talizman.pl – detal
strona wydawnictwa: www.studioastro.pl
sklep firmowy: Białystok, ul. Antoniuk Fabr. 55/20

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.psychotronika.pl

PRINTED IN POLAND

Pamięci Wayne'a Dyera
„Dobre rzeczy się zdarzają”.



Dla Oliviera, mojego księżycyca, oraz Hanalei, mojego słońca.

Dla Paula, mojej bratniej duszy.

Dla mojego ojca, mojego cheerleadera i dla mojej matki,
mojej największej nauczycielki.



SPIS TREŚCI

<i>Przedmowa</i>	11
<i>Wstęp</i>	15

CZĘŚĆ I: Działaj myśl czuj bądź: Przypominając sobie duszę

Rozdział 1: Gdy czas bardzo zwolnił.....	21
Rozdział 2: Mój ruch.....	23
Rozdział 3: A może to ten.....	27
Rozdział 4: Korekta kursu	37
Rozdział 5: Babcia	43
Rozdział 6: Dzikie wewnętrzne przekonanie.....	49
Rozdział 7: Zmiana miejsca.....	55
Rozdział 8: Letnia lektura	57
Rozdział 9: Ponad falą.....	61
Rozdział 10: Dwa lata, dwa kontynenty, dwa fakultety i dziecko	67
Rozdział 11: Gdzie jest wyjście?	73
Rozdział 12: Znajdując matkę	79
Rozdział 13: Teza o winie i serce.....	89
Rozdział 14: Szamańska podróż	95
Rozdział 15: Autopoetyckie życie.....	105
Rozdział 16: Kompas w kształcie serca.....	111
Rozdział 17: Koniec świata.....	119
Rozdział 18: Co dzieli dwoje obejmujących się ludzi	123
Rozdział 19: Dar	127

CZEŚĆ II: Bądź czuj myśl działaj: żyj duszą

Rozdział 20: Cztery proste słowa	141
Rozdział 21: Wewnętrzna praca	145
Rozdział 22: Jesteśmy wieczni	151
Rozdział 23: Życie oparte na świecie zewnętrznym.....	157
Rozdział 24: Dar poranka.....	161
Rozdział 25: Obecna w sobie	165
Rozdział 26: Brama do duszy	173
Rozdział 27: Kreatywne ciało	181
Rozdział 28: Język duszy	187
Rozdział 29: Sztuka oddychania.....	193
Rozdział 30: Trzy skłony w kierunku światła	203
Rozdział 31: Serce – nowy mózg.....	209
Rozdział 32: Pierwszy wybór, ostatnia wolność.....	215
Rozdział 33: Lustra i metafory	227
Rozdział 34: Świadomy twórca.....	241
Rozdział 35: Autentyczna komunikacja.....	247
Rozdział 36: To samo źródło, ale różne punkty wejścia	257
Rozdział 37: Miłość do samego siebie jako akt służby.....	265
Rozdział 38: Życie bez strachu	275
<i>Postowie</i>	283
<i>Przypisy</i>	297
<i>Podziękowanie</i>	299
<i>O Autorce</i>	301

PRZEDMOWA

Treść trzymanej przez ciebie książki głęboko mnie poruszyła, tym bardziej że z Anne Bérubé łączę mnie osobista przyjaźń.

Anne pojawiła się w moim życiu dzięki serii zbiegów okoliczności oraz naszemu wspólnemu znajomemu, zmarłemu wielkiemu doktorowi Wayne'owi Dyerowi.

Niektórzy z was znają być może moją historię walki z zaawansowanym rakiem, który przywiódł mnie do wrót śmierci, a nawet dalej. Na szczęście przeżyłam i odtąd opowiadam ludziom o mojej wizycie w innym królestwie. To Wayne Dyer odkrył moją historię i przedstawił mnie swojej ogromnej publiczności. Podróżując po świecie i dzieląc z nim scenę, miałam ten zaszczyt, że poznałam Anne i jej męża, Paula, których Wayne uważał za swoich bliskich przyjaciół, a de facto – niemalże za członków rodziny. Zarówno Anne, jak i Paul bywali często na widowni i z biegiem czasu nasza przyjaźń pogłębiała się. Jednak naszą więź przypieczętowało dopiero tragiczne wydarzenie – śmierć naszego wspólnego drogiego przyjaciela, Wayne'a. Obie z Anne przeżyłyśmy to na swój własny sposób i obie nieustannie odczuwamy jego obecność oraz jego przewodnictwo.

Pewnego dnia, krótko po odejściu Wayne'a, Anne i Paul koordynowali moim tournée po Kanadzie. Było to coś, co kiedyś robili dla Wayne'a. Zazwyczaj, kiedy wyjeżdżam w trasę, towarzyszy mi asystentka. To ktoś, kto zna dokładnie wszystkie szczegóły mojego grafiku oraz zaplanowanych podczas podróży spotkań i dba o to, aby wszystko przebiegało zgodnie z planem, podczas gdy ja mogę skupić się na prezentowanym materiale.

Z pewnego konkretnego powodu przydzielona mi asystentka została wezwana na jakiś pilny (jednak nie z powodów zagrażających życiu) zabieg i nie mogła mi towarzyszyć. Na znalezienie kogoś, kto mógłby ją zastąpić, było już za późno – zwłaszcza że potrzebowałam kogoś, kto mógł zapoznać się ze wszystkimi szczegółami dotyczącymi logistycznego aspektu podróży. Na samą myśl o próbach zaznajomienia się bez pomocy asystentki ze wszystkimi detalami nadchodzącego tournée (to obszar, w którym nie jestem szczególnie dobra), poczułam się zestresowana i nieco zagubiona. Martwiłam się, jak sobie z tym wszystkim poradzę.

Jednak dosłownie na kilka dni przed wyjazdem z domu zadzwoniła do mnie Anne. Wyczuwając w jakiś sposób moją niepewność i rozpacz, Anne powiedziała: *Będę przy tobie! Mogę zająć się twoimi lotami, hotelami i wszystkimi innymi rzeczami, jakie planujesz w związku z tą podróżą. Robiłam to już dla Deepaka Chopry; robiłam to już dla Wayne'a. Nie martw się. Będę przy tobie od początku do końca twojego kanadyjskiego tournée!* Odłożyłam słuchawkę z wyraźną ulgą. Z moich barków spadł naprawdę ogromny ciężar!

I tak wyruszyliśmy w dwutygodniową podróż po Kanadzie, która rozpoczęła się od rodzinnego miasta Anne - Halifaxu. W chwili, kiedy powitała mnie na lotnisku, nawiązała się między nami bliska więź. Rozmawialiśmy o wszystkim, poczynwszy od naszych snów, aż po najgłębsze nadzieje oraz marzenia związane

z punktem, w jakim znajdowało się nasze życie. Rozmawialiśmy również o naszym droгим przyjacielu Wayne'u oraz o tym, że Wayne opuścił nas tak nagle. Podczas naszych konwersacji stało się dla mnie jasne, że obie w jakiś sposób czujemy, że zza zasłony Wayne dyryguje tymi wszystkimi rzeczami, jakie miały się wydarzyć. Zaaranżował, żebyśmy spędziły wspólnie wspaniałe chwile, poznały się lepiej i przypieczętowały naszą przyjaźń.

To właśnie podczas tego wyjazdu Anne powiedziała mi, że pisze książkę. Tę samą, którą ty czytasz teraz. Wayne zachęcił ją do przelania historii jej podróży na papier, podobnie jak kiedyś zrobił ze mną. Podczas rozmowy obie odczuwałyśmy smutek, że Wayne nie jest już z nami na tym fizycznym świecie i nie może zobaczyć ukończonego dzieła Anne, jednak jednocześnie miałyśmy pewność, że on wciąż był tutaj i obserwował nas zza drugiej strony kurtyny. Prawdopodobnie cieszył się i uśmiechał na myśl, że Anne wzięła sobie jego radę do serca i została autorką autobiografii!

W pierwszej części tej pięknej książki Anne z niecodzienną szczerością dzieli się z czytelnikami historią swojego życia. Uwielbiam w Anne to, że nie boi się dzielić również swoją wrażliwością. Na tych stronach poznasz kobietę, która jest zarówno bardzo odważna, jak i delikatna, a przy okazji zapoznasz się również z całą jej wspaniałą rodziną.

W drugiej części książki Anne dzieli się tym wszystkim, czego nauczyły ją wyzwania, z jakimi musiała się w życiu zmierzyć oraz udziela wielu praktycznych rad, które pomogą ci wdrożyć tę wiedzę w praktyce. Anne opisuje je bardzo szczegółowo, co sprawia, że są łatwe do zrozumienia i przystępne.

Gdyby Wayne żył do dzisiaj, jestem pewna, że to on napisałby przedmowę do tej pięknej książki. Mam ten zaszczyt, że mogę

uczynić to w jego imieniu i odegrać niewielką rolę w udostępnieniu tej historii światu. Życzę ci dobrej zabawy podczas lektury oraz podczas poznawania Anne dzięki napisanym przez nią słowom. W tej książce poznasz ją taką, jakiej ja sama doświadczyłam podczas czytania tej książki.

Z miłością, Anita Moorjani

ROZDZIAŁ 21

WEWNĘTRZNA PRACA

Udaj się w dowolne miejsce na ziemi i zapytaj ludzi, czego pragną najbardziej. Najczęściej odpowiedzą ci: *Chcę być szczęśliwy* lub coś podobnego. Wydaje się, że szczęście to pragnienie uniwersalne, które stanowi istotę wszystkich kobiet, mężczyzn i dzieci: każdy nosi w sobie nieodłączną potrzebę, aby czuć się dobrze, co z kolei sprawiło, że ludzie jako gatunek wyruszyli na poszukiwanie jeszcze większej ilości szczęścia. Szukaliśmy go na wiele różnych sposobów, otrzymując przy tym wiele różnych rezultatów. Jednak sedno tych poszukiwań zawsze pozostaje takie samo: chcemy, żeby nasze potrzeby zostawały spełnione, chcemy czuć radość i spokój, pragniemy wolności od niechcianych uczuć i doświadczeń.

Tym, czego nie wiedziałam, gdy miałam dwadzieścia kilka lat, był fakt, że prawdziwa radość nie zależy ani od tego, co robię, ani od poziomu mojego statusu materialnego, ani od pewności co do przyszłości mojej kariery lub związku, ani nawet od tego, jak postrzegali mnie inni. To wszystko nieprawda. Pozwalałam zewnętrznemu światu dyktować mi, co było ważne oraz co się liczyło i, no cóż, miałam wrażenie, że na tej liście nie było miejsca na moje emocjonalne oraz duchowe dobre samopoczucie.

Jeżeli ktoś powiedziałby mi wtedy, że istnieje jakiś inny sposób, nie sądzę, żebym go posłuchała. Ja piłam Kool-Aid^{*}.

Rozumiałam, jak należy nawigować po świecie materialnym oraz dostać się tam, gdzie miałam się dostać. Obiecywano mi, że będę szczęśliwa, gdy tylko się tam znajdę. Jednak tamtej nocy w samochodzie zobaczyłam siebie niesamowicie radosną i pełną spokoju. To było raczej doznanie niż intelektualne zrozumienie. Zdałam sobie sprawę, że te uczucia stanowiły właśnie to, czym byłam w istocie, a co znajdowało się w opozycji, do czego tak pracowicie zdążałam. W rzeczywistości nie musiałam robić niczego. To był stan bycia, jakbym przypomniiała sobie o czymś, co było we mnie przez cały czas, tylko pozostawało w cieniu.

Jak stwierdza Deepak Chopra: *Bądź szczęśliwy bez powodu, jak dziecko. Jeżeli jesteś szczęśliwy z jakiegoś powodu, to masz problem, ponieważ ten powód może zostać ci odebrany.* To ma dla mnie sens. Jeżeli szukam trwałego szczęścia, które nie będzie przychodziło i odchodziło wraz z kolejnymi porami roku, to musiałam znaleźć coś, w czym mogłam to szczęście zakotwiczyć, i połączyć moją wartość z czymś stałym i wiecznym. Czymś, co jest zawsze i *bez żadnego powodu*.

Jeżeli kotwicą mojego szczęścia jest przyjemność, którą przynosi mi jakiś czynnik zewnętrzny, na przykład ludzie i ich opinie, doniosła nazwa stanowiska albo ubranie zgodne z najnowszym modym trendem, wówczas moje szczęście będzie efemeryczne i przelotne. Będzie przychodziło i odchodziło w miarę jak ludzie będą zmieniać zdanie, dobra materialne będą ulegały zniszczeniu, a status i sukces przeminały. To samo dotyczy jedzenia, seksu, alkoholu, narkotyków, rozrywki czy sportu. W danym momencie

* Owocowy napój ze sproszkowanego koncentratu, kultowy produkt w USA (przyp. tłum.).

sprawiają naszym zmysłom przyjemność, jednak zawsze przemijają, a my nie możemy na nich polegać jak na niezawodnym źródle szczęścia.

Dla niektórych te ulotne doświadczenia są wystarczająco rozkoszne, aby utrzymać w nich zaangażowanie w życie. Jednak wielu z nas, tym, którzy słyszą oraz czują wezwanie duszy, nie wystarczy po prostu otrzeć się o wieczność; my pragniemy ją poznać i doświadczyć tak, jak poznajemy i doświadczamy siebie samych. Pragniemy przypomnieć sobie naszą istotę, dlatego wyruszamy w drogę, szukając domu.

Musiałam nauczyć się też, że nie ma nic złego w cieszeniu się przyjemnościami doczesnymi. Wprost przeciwnie, one stanowią część tego tak wyjątkowego oraz fantastycznego doświadczenia, jakim jest bycie człowiekiem, jednak tylko tak długo, dopóki nie próbuję się w nich odnaleźć i nie zaczynam się z nimi identyfikować. Jeżeli chcę nawiązać łączność z głębszym i bardziej wiecznym spokojem, powinnam skierować moją uwagę oraz moje poczucie tożsamości gdzie indziej, nie na to co śmiertelne.

Spokój, który poczułam tamtej nocy po wypadku, wypłynął z mojego wnętrza. Uczucie to emanowało z jakiegoś miejsca w środku mojego ciała niczym sygnał informacyjny ze znaku nawigacyjnego. Jego źródłem nie był mój intelekt. Nie warunkowało go nic, co znajdowało się poza mną. Ten spokój nie był ani logiczny, ani nie miał nic wspólnego ze zdrowym rozsądkiem. On po prostu tam *był*, bez żadnego *ale*, bez usprawiedliwiania się czy tłumaczenia. Był bezgraniczny, a jednocześnie zwracał się ku mojemu wnętrzu i łączył się z wrażeniem sensorycznym, jakie w sobie odczuwałam. Gdzie jest moje ciało? Co czują moje zmysły? W tamtej chwili trudno było mi na te pytania odpowiedzieć. Wszystko wydawało mi się wtedy tak abstrakcyjne, a jednocze-

śnie bardziej realne od jakiejkolwiek innej rzeczy. Wiedziałam jednak, że było to coś niezachwianego i ugruntowanego bardziej niż cokolwiek, co poznałam w moim dotychczasowym życiu. Nikt nie mógł go zniszczyć ani mi go odebrać – jedynym, co mogłam z nim zrobić, to o nim zapomnieć.

Kilka lat temu natknęłam się na ważne badanie społeczne, które zajmowało się tematem szczęścia. W tamtych czasach było to najdłuższe spośród długookresowych badań nad tym zagadnieniem, a jego wyniki odzwierciedlały moje przekonanie, że prawdziwe szczęście pochodzi z naszego wnętrza. W 1939 roku badacze z Harvard Medical School wybrali dwieście sześćdziesiąt osiem osób i przeanalizowali wszystkie aspekty ich życia, poszukując w nich czynników, które decydowałyby o optymalnym czy też szczęśliwym życiu. Badanie to nazwano Grant Study. Przez kolejnych siedemdziesiąt pięć lat uczeni gromadzili dane na temat uczestniczących w projekcie osób, zbierając informacje o ich zdrowiu fizycznym oraz umysłowym, o ich karierze, o tym, czy czuli się w niej spełnieni, o jakości ich związków, o ich małżeństwach, życiu rodzinnym, nawykach żywieniowych, hobby i wielu, wielu innych rzeczach. W roku 2012 George E. Vaillant, który kierował tymi badaniami przez ostatnich trzydzieści lat, opublikował otrzymane wyniki studiów w książce zatytułowanej: *Triumphs of Experience*. Oszczędzę ci jednak czytania pracy Vaillanta: po przeanalizowaniu egzystencji uczestników badania Vaillant wyciągnął dwa proste, a mimo to wymowne wnioski: *Szczęście to miłość. Koniec i kropka.*

Strasznie mi się to spodobało!

Miłość to wielkie słowo. Każdy z nas definiuje i doświadcza jej inaczej. Słowem „miłość” można posłużyć się, aby opisać nasze zauroczenie jakąś osobą lub uczucie, które wywołuje w nas ciasto

czekoladowe domowej roboty. Za jego pomocą możemy opisać uczucie matki do jej nowo narodzonego dziecka. Możemy zdefiniować nim przekaz Jezusa czy misję Matki Teresy. W rzeczywistości słowo to kryje w sobie tak wiele odcieni, że jego pełne znaczenie pozostaje dla nas niekiedy niejasne.

Sedno definicji miłości kryje w sobie pewien wspólny element. Jest nim doświadczenie więzi. Natura oraz przedmiot tej łączności definiuje zaś nasze rozumienie miłości.

Jeżeli więc ta pochodzi z serca, przepływa do serc innych ludzi i obejmuje wszystkie aspekty egzystencji, to wówczas miłość staje się czymś więcej niż tylko uczuciem, ponieważ w takiej formie stanowi najpotężniejszą siłę, jaka istnieje. Siłę, którą możemy wykorzystać w celu uzdrowienia, transformacji czy dokonania cudu.

Duchowy filozof Peter Deunov (1864–1944) nazywa ten rodzaj miłości *boską*. W przeciwieństwie do ludzkiej miłości, która może różnić się pod względem intensywności oraz może przychodzić i odchodzić, boska miłość jest wieczna i bezwarunkowa. Na kilka miesięcy przed śmiercią mój drogi przyjaciel Wayne Dyer z miłością opowiadał o Peterze i jego rozumieniu miłości. Zdaniem Wayne'a tego rodzaju miłość nie zna żadnych przeciwności. Wierzę, że on sam był bliski osiągnięcia takiego stanu, ponieważ z perspektywy czasu oczywiste wydaje się, że przewidział swoją nadzwyczajną przemianę. Przejawy tej miłości mógł doświadczyć każdy, kto w tamtym czasie znalazł się w obecności Wayne'a. W chwili, gdy go słuchałeś lub z nim rozmawiałeś, wiedziałeś, że jesteś najważniejszym człowiekiem świata, że liczyłeś się bardziej niż cokolwiek innego i że byłeś głęboko kochany. Wayne był i nadal jest manifestacją boskiej miłości.

Miłość – obojętnie czy odczuwana do jakiejś potrawy, zwierzęcia, obrazu, osoby czy Boga – zawsze zawiera w sobie doświad-

czenie związane z identyfikowaniem się, bliskością oraz pozostawaniem w relacji. Z byciem w relacji wiąże się zaś doświadczenie stanu spokoju, ponieważ wiemy, że nie jesteśmy sami oraz że dzielimy się z kimś lub czymś unikalnym doświadczeniem bycia całością. Doświadczenie to polega na nawiązaniu relacji oraz łączności i ugruntowaniu poczucia samego siebie w jakiejś rzeczy, miejscu lub osobie. Na przykład, jeżeli odczuwam miłość do mojego psa, jakaś część mnie się z nim identyfikuje. W jego samoświadomej istocie dostrzegam samego siebie, a uświadomienie sobie tego lub odwzajemnienie tej miłości sprawia, że w takim momencie czuję się *dobrze*.

Skoro szczęście jest miłością, a miłość jest doświadczeniem więzi, to zaczynam się zastanawiać, czy może być jakikolwiek rodzaj więzi, który istnieje od zawsze, który nigdy nie był i nie będzie przerwany? Czy zależność ta mogła wskazywać drogę do bezwarunkowego oraz możliwie trwałego doświadczenia radości?

Najważniejszą więzią w naszym życiu jest ta, jaką posiadamy z naszym własnym wnętrzem. Jakość tej pierwotnej relacji wpłynie na jakość wszystkich innych więzi, jakich doświadczamy w naszym życiu. Jej jakość zdefiniuje również nasze doświadczenie radości. Zrozumienie, wspieranie oraz pielęgnowanie tej więzi to klucz do kreowania w naszym życiu coraz większej radości, spokoju oraz sensu.



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
www.studioastro.pl

Anne Bérubé to współczesna szamanka i mówczyni motywacyjna. Otarła się o śmierć podczas wypadku samochodowego. Uwięziona w aucie, niemal niezdolna do oddychania, doznała wizji, dzięki której przewartościowała swoje życie. Teraz dzieli się wiedzą, którą pozyskała dzięki doświadczeniu bliskiemu śmierci.

Dzięki tej książce:

- zyskasz świadomość swojego ciała oraz duszy,
- nauczysz się kochać siebie,
- dowiesz się jak łączyć się z własnym nieograniczonym źródłem radości,
- połączysz się ze swoim prawdziwym ja,
- poznasz techniki uzdrawiania tłumionych emocji.

Doświadczyć Nieba już za życia!

Autorka zaprasza nas, abyśmy w jej historii przebudzenia i duchowej podróży, odnaleźli siebie samych. Z wielką gracją opisuje doświadczenia, które mogą stać się dla nas lustrem i pomocą w zidentyfikowaniu własnej ścieżki. Płynąca prosto z serca propozycja Anne jest szczerym zaproszeniem do połączenia się z tym, co najcenniejsze.

– Nancy Levin,
autorka *Jesteś tego warta*

Patroni:



Cena: 39,90 zł

ISBN: 978-83-7377-865-8



9 788373 778658