Published on *Melano.hu* (https://www.melano.hu)

Gyógyulás a Belső utazás módszerével

Létrehozás: 02/08/2022 - 16:24
Szerző: Melano
[1]
Több mint negyedszázados múltra tekint vissza Brandon Bays „The Journey” nevet viselő érzelmi gyógyító módszere, amely Belső utazás néven már Magyarországon is elsajátítható.

Ez a módszer a világ számos országában emberek millióit vezette a legkilátástalanabb helyzetekből is a gyógyulás útjára. Brandonnak egy kosárlabda méretű daganata tűnt el 6 hét leforgása alatt ennek a belső munkának a segítségével. Saját elképesztő tapasztalata alapján alkotta meg a Belső utazás módszerét, hogy története ne csupán egy legyen a csodás gyógyulások sorában, hanem bárki sikerrel használhassa a problémái megoldására. *„Egy olyan technikáról van szó, ami a fel nem dolgozott, meg nem élt, ki nem engedett érzéseinkhez vezet vissza, a gyógyuláshoz az érzelmi terhek feloldása és elengedése által segít hozzá bennünket*” – magyarázta Domján Ibolya, a Belső utazás [2] magyarországi képviselője, Brandon testi gyógyulására is utalva.

A gyógyulás lehetséges
Az életünk folyamán megélt történeteink, tapasztalásaink hatással vannak az önmagunkról és a világról alkotott képünkre, ezáltal a viselkedésünkre, a hiedelmeinkre, a lehetőségeinkre, végső soron az életünkre.Pánikroham, depresszió, állandó szorongás, indokolatlan féltékenység, megtépázott önbizalom… a sor a végtelenségig folytatható. „Ha ezek a korlátozottságaink az elfojtott érzéseink, traumatikus emlékeink, feldolgozatlan lelki sebeink tünetei, akkor ezek az érzelmeinken keresztül hozzáférhetők és gyógyíthatók is.” „Az a természetes, hogy jól vagyunk. Mert nem ahhoz kell a csoda, hogy valamivé váljunk, hanem hogy megengedjük magunknak, hogy azok legyünk, akik mindig is voltunk” – hangsúlyozta Ibolya.

Vessük le mindazt, ami nem mi vagyunk!
„Amilyen egyszerű maga a módszer, annyira mély a hatása. Leülünk, becsukjuk a szemünket, és kísérőnk segítségével megkezdjük az utazást, mindvégig a jelenben maradva, az érzelmekre fókuszálva. Az út felsejlik előttünk, és megtörténik a csoda: a lélek magára ismerése. Egy olyan helyre érkezünk – amit az utazásban Forrásnak nevezünk –, ahol mélyen átéljük a szeretet végtelen erejét, hogy teljesek vagyunk, és hogy ezen a szereteten és egységen kívül tulajdonképpen nincs is semmi más. Így mindaz, ami fájdalmas és nehéz, egészen más színezetet kap, más megküzdés és megértés, végső soron elfogadás válik lehetővé. A Belső utazás során hozzáférünk a fel nem dolgozott emlékeinkhez – elfogadást, megértést adva nekik –, így azok leválnak rólunk, teret nyitva a megbocsátásnak. És ehhez nem hosszú évek kellenek! Elegendő leülni, becsukni a szemet és annyit mondani: Itt vagyok, kész vagyok találkozni az érzéseimmel. Hiszen mint egy kabátot, csak le kell vetni mindazt, amik nem vagyunk” – avatott be a részletekbe Ibolya.

A tanfolyam már Magyarországon is elérhető Az alapító Belső utazás című könyvét 29 nyelvre lefordították, és húsznál is több országban elérhetőek a kurzusai. Most végre itt a lehetőség, hogy a

magyarok is elsajátítsák a módszert egy tanfolyamon. „*Hivatásomnak érzem, hogy itthon is minél több emberrel megismertessem a Belső utazást, mert a belső munkára ennél katartikusabb, intenzívebb és mindeközben egyszerűbb módszert nem ismerek*” – vallott küldetéséről Ibolya. Akik szívesen megismerkednének a módszerrel, a thejourneyhungary.com [2] oldalon informálódhatnak, 2022 márciusában pedig egy 3 napos tanfolyamon ismerhetik meg az intenzív belső munka alapjait. A résztvevők a program során utaznak és kísérnek is utazást, így a későbbiekben maguk is alkalmazhatják a módszert családtagjaikkal, barátaikkal vagy éppen a belső utazós közösség tagjaival. Testi, érzelmi elakadás esetén bármikor elővehetik a tarsolyukból.

„*Ha nem lenne hiányérzet, elégedetlenség, fájdalom a lelkünkben, ha nem bántanánk egymást, ha nem akarnánk többet, mint ami elég, az elképesztő mértékű változást hozna magával az életünkbe, ami kihatna a szűkebb és a tágabb környezetünkre is. Ennek az ígérete bennünk van. Mindig is bennünk volt. Hiszem, hogy a Belső utazás módszere direkt és egyszerű módon ehhez segíti hozzá az utazót*” – zárta gondolatait a Belső utazás magyarországi képviselője.

Tags:
gyógyulás [3]
egészség [4]

Forrás webcím: https://www.melano.hu/gyogyulas_a_belso_utazas_modszerevel

Hivatkozások
[1] https://www.melano.hu/sites/default/files/articles/domjan_ibolya_1.jpg
[2] https://www.thejourneyhungary.com/
[3] https://www.melano.hu/tags/gyogyulas
[4] https://www.melano.hu/tags/egeszseg