



## Magdalena Kotwicka

Moja przygoda z TRE® zaczęła się we wrześniu 2014r. – trochę niespodziewanie i pochłonęła mnie w całości. Najbliższa mi osoba od wielu lat zajmująca się pracą z ciałem i mój codzienny kontakt z pacjentami, z roku na rok uświadamiał mi, że zarówno w moim, jak i wielu innych przypadkach sama praca z ciałem bez uwolnienia napięć emocjonalnych, nie wystarczy. Od momentu pierwszego spotkania, wyklarowałam sobie w głowie nową drogę – życiową i zawodową.

Od TRE® rozpoczęły się moje szybkie i intensywne zmiany – w moim ciele, mojej głowie i planach na przyszłość. Certyfikacja TRE® była dla mnie swoistą i burzliwą psychoterapią, a wgląd w siebie jaki osiągnęłam przyczynił się do jeszcze większego uświadomienia sobie, jak szczęśliwą osobą jestem. Obserwacja „mocy” TRE®, z dnia na dzień coraz bardziej mnie zaskakiwała i rozkochiwała w metodzie.

Moja droga zawodowa, która do tej pory związana była z „twardym” prawem pracy okazała się mało ciekawa i inspirująca. Z kolei praca z ludźmi metodą TRE® – obserwacja, ile tak prosta metoda może zdziałać - okazała się tym, co dodaje mi skrzydeł i zwiększa uczucie spełnienia.

Od 2017 r. wraz z coraz większym kontaktem ze sobą, czułam coraz większą potrzebę kontaktu z naturą. Z niej powstała nowa inicjatywa: Stajnia Bella. Wraz z zakupem kolejnych koni, pojawieniem się psa i planami związanymi z posiadaniem kolejnych zwierząt a także wraz spotkaniem konkretnych ludzi na mojej drodze, Stajnia stała się Centrum Edukacji i Terapii w Asyście Zwierząt. To tu prowadzę zajęcia grupowe i warsztaty, bo jedno doskonale łączy się z drugim.

Dzięki TRE® poprawił się stan mojego ciała, emocje zmieniły się z wroga w przyjaciela, a relacje z bliskimi w końcu wyglądają tak, jak tego pragnęłam. Więc chcę się tym dzielić.