

Moje TRE jest nie wątpliwie wielką przygodą poznawania samego siebie. Od lekcji pokory poprzez fascynację i radość, łzą i uśmiechem zabarwione. Samopoznanie, samouzdrawianie, szacunek, spokój, ulga i miłość – tak opisałbym osobliwość tej metody. Metody, z której korzystam m.in. w swojej pracy, widząc bardzo pozytywne rezultaty uwalniania napięcia fizycznego i psychicznego. Ogromnie się cieszę, że metoda TRE jest tak demokratyczna, przynosząca tak wiele dobrego.