

Ahoj, tu je Katka.

Niečo **dôležité Ti chcem dnes napísať**. Máme (verím, že už) za sebou náročné časy. Pandémia nám ukázala, že nemáme všetko pod kontrolou tak, ako sme si mysleli. A že zo zamerania sa na to, čo sa deje okolo, nás celá situácia nasmerovala tam, kde sa ukrýva všetko to podstatné. **Dovnútra**. ALE! Zároveň mnohým z nás poodhalila aj niečo dôležité, čo možno aj Ty **zo svojho života budeš poznať**.

Že by stačil by vlastne **iba malý kúsok**:

- O čosi **väčšie prsia, o čosi menší zadok**. Brucho, stehná.
- **Menej** hnevu, **viac** pribojnosti, trochu sa skludniť ale **viac života do toho!**
- Dávať svoje **emócie najavo**, ale len tak **akurát**. **Nepotláčať** ich, ani ich **nemať príliš**.
- **Postarať sa** o tých okolo seba, aby vedeli, že ich miluješ. Ale zas tomuneprepadnúť, aby si sa **nezmenila na slúžku**.
- Venovať sa **sama sebe**, ale tiež **len tak akurát** - aby netrpela Tvoja rodina, partnerstvo, práca. Alebo si nebudaj **nebola za sebca**.
- Nemať **príliš nízke očakávania**, ale zase ani **príliš nevytrčať**, lebo to sa nepríjma.
- Byť **výkonná** v práci aj doma, urobiť čo sa čaká, ale **zachovať si svoju jemnosť aj ženskosť**.
- Byť **tak akurát** skromná aj **tak akurát** sebavedomá, **menej** plakať, **viacej** sa smiať, **alebo naopak?**
- Nezaoberať sa minulosťou, nelipnúť na budúcnosti, žiť tu a teraz, **nebyť málo, nebyť príliš...**

... a potom, potom už celkomi isto...



Poznáš to, však?

Aj Tvoj život **bude super “až potom?”** Máš aj Ty **svoj malý kúsok**? Drvivá väčšina žien, s ktorými som sa počas **takmer desiatich rokov mojej praxe stretla, taký má**. A kým nám ten (v našej hlave) **kúsok k správnej zmene chýba**, sme schopné dookola:

- Zobúdzat' sa a zaspávať **s pocitom, že nie som dosť dobrá**
- Prispôbovať sa **očakávaniam** ostatných a kašľať na to, čo potrebujem ja sama
- Porovnávať sa**, dokola a dokola a v aj tak na konci vyjsť **ako tá horšia**
- Potlačovať svoju prirodzenosť z obavy **“čo si o mne pomyslia”**
- Čakať na **uznanie a ocenenie od iných**, pretože od seba to stojí za deravý groš
- Znova a znova sa **bičovať za to, že ešte stále nerobím dosť**
- Byť **dobré dievča až do úplného vyčerpania..** a potom buchnúť ako sopka
- Vyčítať si dookola svoje emócie, **obviňovať sa a hnevať sa na seba**
- Dať **potreby ostatných ďaleko pred svoje** a poslušne čakať, kedy na mňa príde rad
- Neustále **posúvať svoje hranice** toho, čo ešte znesiem, aby som bola prijatá
- Veľmi sa **neukazovať a neprejavovať**, lebo by som sa “im” aj tak taká nepáčila
- Ak to už neznesiem, **viniť sa za to, že si to urobím podľa seba**
- Vytvárať na seba **nekonečný tlak**, ktorý ma drtí a zašliapava ešte hlbšie a hlbšie do s....ačiek

Ver mi, viem ako Ti je. A hlavne:

Ani náhodou v tom nie si sama!

Za **desať rokov mojej práce so ženami** som podobných príbehov počula **tisíce**. A rozumiem im o to viac, že **sama som taký život žila**. Sama som si za týmto “užlenkúskom” prešla strastiplnú cestu:

- 💧 Vyrastala som v prostredí, kde bol dôležité to, "čo na to povedia ostatní". Na moje prania a túžby sa **nebral ohľad**.
- 💧 Dôležitejšie bolo **poslúchať a plniť predstavy iných** o tom, aká mám byť a čo mám robiť.
- 💧 Netušila som, ako **sa mať rada**, ako vnímať a **rešpektovať svoje potreby**, ako prijať svoje emócie, nech sú akékoľvek.
- 💧 Naučila som sa **potláčať svoje pocity**, plniť potreby iných, aby som **získala lásku a uznanie**.
- 💧 Nemala som sa dobre a **obviňovala za to svet, život, rodičov, partnera...** všetkých a všetko naokolo.
- 💧 Myslela som si, že moja hodnota je založená na tom, **ako vyzerám a čo robím pre iných**.
- 💧 Získala som všetko, o čom som si myselela, že potrebujem ku šťastiu - diplom z prestížnej univerzity, skvelú prácu, manžela, peniaze. Ale...

... nebola som šťastná.

Ale potom som pochopila hádam tú

najzásadnejšiu vec v mojom živote.

A toto pochopenie bol **BOD ZLOMU**. Od toho momentu sa **môj život začal uberať celkom iným smerom**. Dnes žijem tak, že sa **každý deň teším na nové ráno a pri pohľade do zrkadla cítim veľa lásky**. Teda, drvivú väčšinu času :D

Viem, že chceš vedieť,

ČO STÁLO ZA TÝM VEĽKÝM PRERODOM?

Poviem Ti to o chvíľku.

Teraz si ale **na pár sekúnd predstav**, aké by to bolo, ak by...

- ❤ Ten **obrovský tlak**, ktorý v sebe deň čo deň cítiš by **konečne povolil**
- ❤ Ráno by si sa budila s pocitom, že **v tvojej duši je mier...** a večer s rovnakým pocitom zaspávala
- ❤ Strach z toho, že nebudeš prijatá by sa zmenil **na dôveru, že taká, aká si, si úplne v poriadku**
- ❤ Prestala by si sa toľko porovnávať s inými a viac sa **tešila z toho, aká si (skvelá) a kam sa posúvaš**

- ♥ Stala by si sa ďaleko **menej závislou na názore iných** na to, ako vyzeráš, čo si myslíš alebo robíš
- ♥ Rozpoznala a **cítila by si svoju hodnotu** bez ohľadu na to, čo si o nej kto pomyslí
- ♥ Konečne by si pochopila, prečo sa správaš tak, ako sa správaš a **prestala si to vyčítať**
- ♥ Vykročila k **prijatiu svojich emócií** a pripustila, že smú byť presne také, aké sú
- ♥ Dokázala by si sa **dostať k ľuďom bližšie**, viac sa s nimi prepojiť a byť v pohode
- ♥ Dokázala si **zastať svoje hranice a potreby** - ohľaduplne, ale **bez pocitu viny** voči ostatným
- ♥ Pochopila, že nie si “príliš veľa” ani “príliš málo” - ale **si presne akurát**
- ♥ Zažívala by si deň čo deň **v živote viac radosti, pohody, harmónie**
- ♥ Pri pohľade do zrkadla zacítila **radosť, že práve toto si Ty?**

Teraz si isto povieš, oukej **Kati a máš čarovný prútik?** Lebo toto sa len tak spraviť nedá! Ved' už som toho toľko skúsila a stále nič! **Neviem ako sa zmeniť a mať sa konečne rada.**

→ Rozumiem Ti! ←

Ja sama som sa napočúvala o tom, ako **mám zmeniť svoj život**, pohľad na seba, milovať a rešpektovať, **tešiť sa z nedokonalostí svojho tela**, oslavovať svoje emócie...
...BLA BLA BLA.

Ale ja som **kurníkšopa vôbec netušila, AKO NA TO!!!**

A cítila **VINU** a to, že **nie som dosť DOBRÁ**,
lebo sa ešte nemilujem ako mám a dokonca ani **NEVIEM, AKO TO UROBIŤ.**

A až sem počujem, ako si hovoríš - “**Kati, to je úplne presné!**”

Vieš, ono v skutočnosti **za to vlastne NEMÔŽEŠ.**

Málokto z nás vyrástla v prostredí, ktoré by nás **učilo o tom, ako sa prijímať**, ktoré by nás pripravilo na to, **ako pracovať s vlastnými náročnými emóciami.** V škole to bolo

všetko o **súťažení a porovnávaní**, neustále nám hovorili, čo všetko by sme ešte mali a hlavne, **ČO BY SME NEMALI**, ak chceme byť **prijaté**.

Naši rodičia to mysleli najlepšie ako mohli, keď nám hovorili, čo **všetko s nami ešte nie je v poriadku a čo by sme mali zmeniť**, aby sme boli “**dobré dievčatá**”, lebo iba tie sú **hodné lásky**... a tým nás neúmyselne všetci **uvrhli do maratónu snaženia sa o nemožné**.

Ešte teraz mi z **TOHO TLAKU**
behá mráz po chrbte.

Aj ja som sa **tak veľmi snažila!** **Chcela som sa zmeniť!** Ale nešlo to. Až kým som nepochopila, že sa chcem vlastne

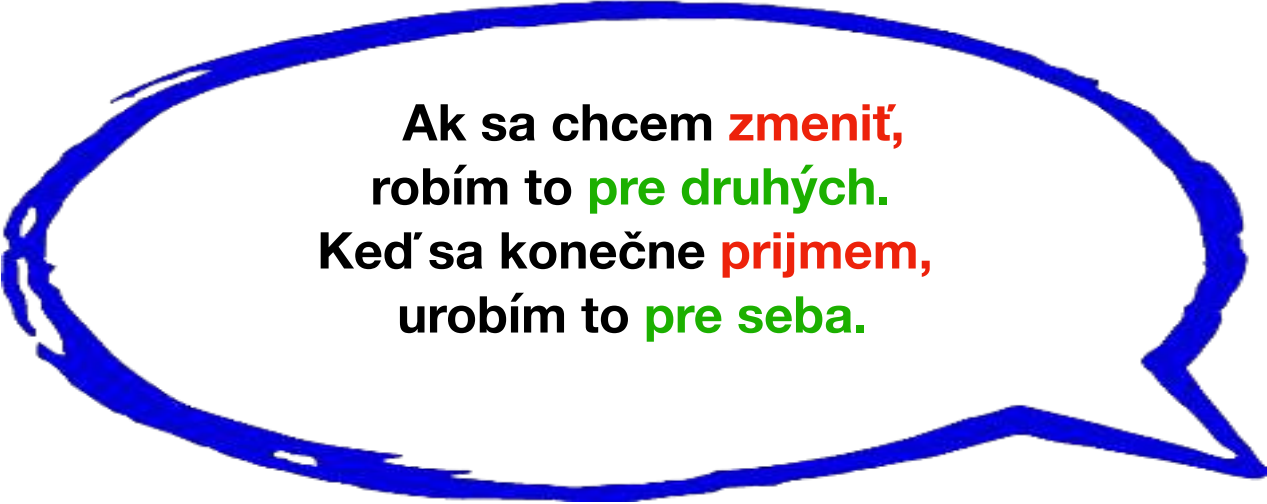
 **ZMENIŤ NA JEDNOROŽCA** 

Doslova. Pretože **tá žena, ktorou sa chcem stať**, s ktorou sa neustále **porovnávam** a za ktorou sa **naháňam**, **v skutočnosti NEEXISTUJE** a ani nikdy nikde na Zemi neexistovala. Taká, ktorá zahŕňala všetky moje “takto by to malo byť” do jednej osoby - to bola **číra fantázia**. Roky som sa naháňala za **ilúziou, že až sa ZMENÍM**, až k tejto predstave dokonalej ženy priblížim, **potom budem šťastná a spokojná**. Lenže - opak bol pravdou...

**...čím viac som toho neexistujúceho jednorožca uháňala,
tým som bola nešťastnejšia, že sa ním neviem stať.**

Presne si však pamätám moment, keď som **padla na moje “ezo dno”**, kedy som musela priznať, že **cez všetky moje pokusy sa neviem zmeniť tak, ako by som si predstavovala**... a ani sa k dokonalosti vôbec **nepribližujem**. A tam, v tom **pocite najväčšej úbohosti**, ma vážne osvietilo.

Pochopila som, že...



Ak sa chcem **zmeniť**,
robím to **pre druhých**.
Keď sa konečne **prijmem**,
urobím to **pre seba**.

Prijatie sa nedeje pre nikoho iného, iba pre nás. Nepotrebuje **spíňať normy, súťažiť a vyhrávať**, prijatie **nepotrebuje postavu ani štýl, výkon ani posudzovanie**.

Prijatie hovorí:

SMIE TO TAK BYŤ.

Nie kvôli "nim", ale preto, **aby MNE SAMOTNEJ bolo lepšie**.

A vieš čo je skutočne dokonalé? Práve v tom **porozumení a prijatí spočíva to KÚZLO**. **Premení ťa** pochopenie a prijatie Teba samej **na jednorozca**? Celkom isto **nie**. Premení ťa prijatie...

... na ženu, ktorá je **radostnejšia, spontánnejšia, sebaistejšia, pohodovejšia, spokojnejšia a šťastnejšia?**

Rozhodne áno!

Kedže z vlastnej skúsenosti viem, aká náročná môže byť ženská cesta za prijatím, sebaláskou, životnou radosťou, ak **nevieš, ako a kam sa pohnúť...** čo si vybrať... kam dať svoju energiu...

...pripravila som **pre Teba niečo, čo Ti s tým celým pomôže**.
Šestmesačný **transformačný program Cesta ženy**.

Pretože prijatie je CESTA. Vydáš sa v ústrety **pochopeniu a sebprijatiu** cestou, ktorou som si **prešla ja sama**. A po mne **stovky žien v mojom sprievode**. A ja Ti teraz dávam svoje **slovo**, že keď na ňu vykročíš,

už nikdy nič nebude také (strašné) ako predtým!

“Milá Katka,
som ti **neskonale vďačná za tento online kurz a sprevádzanie Cestou ženy**. Pre mňa to bola cesta spojená s **hlbokými emóciami, skladačka, ktorá konečne začala dávať zmysel**.

Všetko bolo veľmi **celistvé**, nachádzala som tam **presne tie odpovede, ktoré som potrebovala počuť**, moje okolie vníma na mne tu zmenu, bolo mi to viackrát povedané... Naučila som sa konečne **stanoviť si hranice**, hlavne voči najbližším, naučila som sa **byť k sebe láskavejšia a odpúšťať si, rozpúšťať veci, byť seba-vedomejšia**

Zlepšili sa výrazne aj moje vzťahy. Mohla by som tu písať aj hodinu a nevyjadrila by som všetky emócie a vďačnosť, ktorou som naplnená za túto Cestu. Odporúčam je všetkým ženám, ja by som do toho pokojne išla ešte raz.”

Janka V.

Možno sa sama seba pýtaš... **ved' už som skúsila toľko rôznych techník a kurzov, a stále to nie je ONO!** Prečo by práve tento mal niečo ZMENIŤ? To je tá pointa, moja milá.

Tento kurz nie je o tom, že by si sa mala zmeniť.

Pretože **očakávať od seba zmenu bez pochopenia a prijatia**, to je cesta do ešte väčších sr... no, problémov. **Zmysel to má iba opačne.**

Pochopíš, prijmeš.. a zmena sa dostaví sama.

Jednoduché, čo? :)

Preto Ťa teraz pozývam na **polročnú cestu k sebe s heslom "Smie to tak byť"**. Sprevádzať Ťa na nej budeme **dve - ja a ďalšia úžasná žena**, lektorka ženských seminárov, mama štyroch detí a nádherná osoba **Zuzana Hudačová**. Získaš **tak viac uhlov pohľadu, viac podpory, viac múdrosti**.

Hodnota celého tohto polročného programu je 1230 Eur. To je:

- týždňová dovolenka
- hypotéka na mesiac alebo dva
- jedna väčšia oprava auta
- nový mobil

- ? Ak by si vďaka tomu dokázala **žiť voľnejšie, slobodnejšie, bez neustáleho tlaku**, stálo by to za to?
- ? Ak by si vďaka tomu dokázala **urobiť zo svojho tela priateľa, nie nepriateľa**, stálo by to za to?
- ? Ak by si vďaka tomu posunula svoj **život k väčšej radosi, pohode, spokojnosti**, stálo by to za to?
- ? Ak by si sa vďaka tomu naučila **rešpektovať a vyjadrovať svoje vlastné potreby či dávať láskyplné hranice**, stálo by to za to?

Kolko peňazí by bolo za to všetko "priveľa"?

A vieš čo je skvelé?? Ty dnes

IBA ZA MALÝ ZLOMOK TEJTO SUMY

môžeš vykročiť **na Cestu v mojom osobnom sprievode**,
ktorá Ti postaví **postaví**

pevné základy pre Tvoj spokojný život.

*"Vďaka tomuto programu beriem veci **s omnoho väčšou ľahkosťou**: Smie to tak byť! Naučila som sa **nemať všetko pod kontrolou** - čo je pre mňa **mega mega úspech!!!!** A aj keď sa ocitnem v kolotoči snahy všetko kontrolovať, dokážem si to rýchlo uvedomiť s láskou k sebe **sa vraciam opäť k voľnému unášaniu sa Životom**. Ak sa ešte ukáže nejaké to **zranenie**, tak ho **vďaka Tvojim radám viem krásne spracovať**.*

*Celkovo som si uvedomila, že **taká aká som, som úžasná a cítim sa neuveriteľne slobodná**, keď si **dovolujem prejavovať sa tak, ako chcem**.*

Moja sebaláska šla prudko hore a sebakritika prudko dole!

*Navyše **vďaka Tvojmu kurzu sa veci pohli aj v mojom partnerstve**, čo bolo moje jedno veľké očakávanie od kurzu :) **Naplnilo sa!** Takže veľká vďaka Kati! S láskou a úctou"*

Lucia

Šesťmesačný online program CESTA ŽENY teraz môžeš získať v MIMORIADNEJ PONUKE

Do tohto programu som zhrnula to, čo som sa **sama na svojej vlastnej ceste naučila**, ale aj **to najlepšie z mojej desaťročnej práce so ženami** a ich životnými skúsenosťami. A čo je podstatné, kurz je poskladaný nielen **z vedomostí a informácií** ale aj **zážitkov, zdieľania a mojej osobnej podpory** - takže sa Ti dostane nielen do hlavy, ale hlavne tam, kam to všetko predovšetkým patrí - **do Tvojho každodenného života**.

Online program cesta ženy:

- Ťa prevedie **pochopením rôznych fáz v našich životoch**, ktoré sa opakujú každý mesiac, každý rok aj počas celého života
- Pôjdeme do hĺbky v téme **primárnych zranení**, prerože ich pochopenie je **absolútnym kľúčom k prijatiu toho, kým dnes sme**
- Prevedie Ťa cestou **spriatelenia sa so svojim telom**, jeho akceptovaním v podobe, v akej práve je a obnovenia spojenia s ním
- Otvorí aj tému **sexuality, ženskej prirodzenosti, divokosti** (a bohužiaľ aj jej neprijatia a potlačenia)
- Dá Ti **návod, ako vytvoriť intímny priestor s mužom** tak, aby ste sa dokázali **nahvzájom rešpektovať**
- Ponorí sa s tebou do témy **Materstva - jeho svetiel aj tieňov**. Či už si sama **matkou, alebo dcérou** svojej matky.
- Dovolí Ti **pochopiť, kde sa berú Tvoje silné emócie** a prečo máš **tendenciu ich potláčať**, skrývať alebo ich "nezvládať"
- A zároveň Ťa odnaviguje k tomu, ako cez **ich prijatie rozpustiť ten obrovský tlak** na to, aké smú/nesmú byť
- Odhalí **najrozšírenejší deštruktívny program na Zemi**, ktorý ničí životy nás aj našich blízkych
- Navedie Ťa k tomu, ako si **vziať naspäť svoju ženskú silu...** ktorá nie je silou tvrdosti, boja a dosahovania... ale **prijatia, jemnosti a dôvery v život**

Týmto **témam sa budeme venovať v jednotlivých mesiacoch:**

1. mesiac: Žena premeny

V tomto mesiaci odhalíš **tajomstvo svojej premenlivosti v náladách, emóciách či otvorenosti intimite**. Spoznáš jednotlivé **archetypy, ktoré nás ženy sprevádzajú našim životom** do narodenia po smrť, každý mesiac, rok, každé obdobie nášho života: Dievča, Milenka, Matka, Čarodejka, Múdra žena.

2. mesiac: Dievča

V tomto mesiaci dáme priestor energii dievčaťa - nášmu **detstvu, radostiam aj bolestiam**, ktoré si z neho nesieme a dodnes nás ovplyvňujú. **Pochopíš, prečo sa Ti niektoré životné situácie stále opakujú**, kde majú svoj **pôvod a prečo zo svojej bolesti často viniš tých najbližších**. a ako Skrze pochopenie a prijatie Tvojich rodičov, detstva aj zranení vytvoríme priestor na zmenu.

3. mesiac: Milenka

V tomto mesiaci sa pozrieme na tému **našej intimity, sexuality, divokosti...** ale aj tomu, čo je **v našich "milenkách" neprijaté a potlačené**. Dáme priestor na **pochopenie našich vzťahov s mužmi a ich "predobrazom" - našim otcom**. Navyše dáme pozornosť aj nášmu **telu a tomu, ako sa s ním skamarátiť** tak, aby sme sa **na seba v zrkadle pozerali s autentickou láskou**.

4. mesiac Matka

V tomto mesiaci otvoríme tému **Materstva** - či už z pohľadu ženy, ktorá je **dcérou svojej matky, alebo tej ktorá je matkou svojich detí**. Téma materstva sa nás dotýka **hlboko a bez výnimky**. Dajme priestor pochopeniu mechanizmov **"materského tieňa"**, ktorý nás neraz ovláda až do dospelosti a **oslobodenia sa od jej negatívneho vplyvu na náš život**.

5. mesiac Čarodejka

V tomto mesiaci sa budeme venovať našim **emóciám** - predovšetkým tým, ktoré patria do kategórie **"radšej ich nechcem cítiť"**. Či už potlačené, alebo bublajúce von cez "ustrelený dekel", keď už nieto kam uniknúť. Dáme priestor **pre ich pochopenie a prijatie**. Špeciálny priestor dáme téme **ženského porovnávania sa a závidi** - predovšetkým ako **zmierniť ich deštruktívne pôsobenie** na náš život.

6. mesiac Múdra žena

V tomto mesiaci dáme priestor tomu, **aby odišlo všetko, čo Ti už v živote neslúži** - a obzvlášť sa zameriame **na režim "obet"**, ktorý mimoriadne efektívne zabraňuje tomu, aby si dokázala **vziať svoj život do vlastných rúk**. V tomto mesiaci sa dotkneme aj pre mnohé ženy bolestivých tém **starnutia a straty**.

Každý mesiac (rozdelený na štyri týždne) obsahuje:

- Hlavné video** s informáciami, ktoré sú dôležité pre **porozumenie seba a svojmu fungovaniu**
- Praktické, **rozširujúce “tréningové” video** k téme daného mesiaca
- Audionahrávky z videí na stiahnutie**
- Úlohy**, ktoré Ti pomôžu dané **princípy pretaviť do praxe**
- Transformačnú vizualizačnú nahrávku - tzv. **Zvukovú cestu**, ktorá Ti otvorí **priestor pre zážitok a premenu** v celkom novej, nevšednej podobe
- Dôsledne vymyslené **pracovné listy s otázkami**, ktoré rozšíria priestor pre Tvoje **poznanie, myšlienky, vhlady a porozumenie seba**
- Každý mesiac **dvojhodinová spoločná online konzultácia naživo**, kde Ti zodpovieme Tvoje otázky a dáme priestor na riešenie čohokoľvek, čo Ťa trápi alebo Ti je nejasné.
- Navyše počas celého trvania kurzu získaš priestor a **osobnú podporu v komunite UZAVRETEJ FB skupiny**, kde Ti budeme k dispozícii - **ja, Zuzka, ale aj ostatné ženy z kurzu** so svojou múdrosťou, podporou aj vhladmi.

*“Cestu ženy určite odporúčam ďalším ženám, pretože **máš úžasný dar takým pokojným spôsobom otvoriť tieto témy**, a pri ich objavovaní je naozaj veľmi povzbudzujúce mať ťa ako sprievodkyňu. Veľmi sa mi páči ako si **poňala celý program a koľko zaujímavých cvičení som si mohla vyskúšať**. Na každú zvukovú cestu som sa neskutočne tešila a rada sa k ním vraciam. Niektoré vo mne **zanechali naozaj hlboké stopy**. Nedávno som si na mojom obľúbenom mieste v prírode spravila len tak po pamäti ten rituál z prvej zvukovej cesty, **bolo to neskutočne silné**. Ďakujem Ti.”*

Judita

CHCEM VSTÚPIŤ TERAZ!

A aby Tvoja **cesta k magickému “SMIE TO TAK BYŤ”** bola ešte **hladšia a plynulejšia**, pripravila som si pre Teba aj extra špeciálne bonusy:

BONUS 1:

BONUSOVÝ TÝŽDEŇ

MOJE TELO MÔJ CHRÁM

Intenzívny týždeň navyše venovaný **len a len téme TELA** a všakovakým spôsobom a technikám, ako sa s ním konečne **NAOZAJ** skamarátiť, prijať ho také aké je a začať sa na seba v zrkadle konečne pozerat' **S LÁSKOU**

BONUS 2:

LINGAM MASÁŽ

Mimoriadne **hodnotné video**, za ktoré **opakovane dostávam ďakovné správy!** **Presný, podrobný a zrozumiteľný návod** na to, ako sa **intímne venovať svojmu mužovi a jeho “centru vzrušenia”** tak, aby ste na konci boli naozaj **SPOKOJNÍ OBAJA!**

BONUS 3:

ČO BY ŽENY MALI VEDIET' O MUŽOCH

Záznam veľmi **otvorenej, autentickej a pravdivej** hodinovej prednášky lektora mužských kruhov **Rastislava Ďurove** o tom, **akí muži sú a akí nie.**
Od muža o mužoch pre ženy.

BONUS 4:

ŽENY A VÔNE

Prednáška **špeciálne vytvorená pre tento program** o tom, ako nás **vône a ich liečivé účinky** vedia **podporiť a posunúť vpred k nášmu seba prijatiu** mĺ'ovým krokom.

Hodnota: celého tohto balíčka je 1230 Eur.

Ako som Ti slúbila, dnes **všetko toto mám pre Teba** za mimoriadnych podmienok,

KTORÉ SA UŽ NIKDY NEBUDÚ OPAKOVAŤ!

Tento kurz sa začne 25.6., preto ho teraz **v predpredaji ponúkam na mojom webe so zľavou 50%** za

~~NAMIESTO 1230 Eur~~

V PREDPREDAJI za 615 Eur...

ALE NIE PRE TEBA!

Kedže ale patriš k tým, ktoré mi už svoju dôveru dali, chcem sa Ti na jednej strane za to poďakovať. Ale tiež som sa rozhodla cenu **EŠTE VIAC ZNÍŽIŤ** preto, aby sa **aj tie z Vás, ktoré na takýto komplexný seminár momentálne nemáte rozpočet**, mohli na tejto ceste **pridať do nášho kruhu**.

Preto Ti teraz **ŠEŠTMEĽAČNÝ ONLINE PROGRAM CESTA ŽENY**
IBA POČAS NIEKOĽKÝCH NASLEDUJÚCICH DNÍ ponúkam

V ZĽAVE 79% ~~NAMIESTO 1230 Eur~~

PRE TEBA TERAZ ZA

240 EUR

CHCEM VSTÚPIŤ TERAZ!

V tomto balíčku tak získaš:

- ✓ Šesťmesačný **online program CESTA ŽENY** s novým obsahom každý týždeň *v hodnote 490 Eur*
- ✓ Šesť **exkluzívnych dvojhodinových online konzultácií s dvomi lektorkami** naživo *v hodnote 360 Eur*
- ✓ Uzavretú **podpornú FB skupinu** *v nevyčísľiteľnej hodnote*

Bonusy:

- ✓ Bonusový extra týždeň **MOJE TELO MÔJ CHRÁM** *v hodnote 50 Eur*
- ✓ Podrobný video návod na **LINGAM MASÁŽ** - intímnu masáž pre muža *v hodnote 90 Eur*
- ✓ **ČO BY ŽENY MALI VEDIEŤ O MUŽOCH** - záznam z prednášky od muža o mužoch pre ženy *v hodnote 30 Eur*
- ✓ **ŽENY A VÔNE** - špeciálna prednáška o tom, ako nás vône podporia na našej ceste za seba prijatím *v hodnote 30 Eur*
- ✓ **EXTRA BONUS** - 6 dôležitých rozhovorov s odborníkmi na témy súvisiace s kurzom - *v hodnote 180 Eur*

Táto ponuka je tu pre Teba **výnimočne A LEN NA KRÁTKY ČAS.**
Potom už navždy zdražie.

[Vykróčiť na túto cestu môžeš teraz kliknutím SEM](#)



Navyše... nič neriskuješ!

Napriek tomu, že už máš (verím, že pozitívnu) skúsenosť s mojou prácou, chcem **byť k Tebe férová**. A preto Ti k tomuto kurzu ponúkam **30 dňovú GARANCIU VRÁTENIA PEŇAZÍ**.

Ak sa do 30 dní od začiatku kurzu rozhodneš, že **s nami nechceš ďalej pokračovať, stačí napísať**. A ja Ti bez otázok **vrátim všetky Tvoje peniaze**.

CHCEM VSTÚPIŤ TERAZ!

Ako sa bude ďalej uberať cesta Tvojho života?

Rozhodnutie je na Tebe...

Môžeš:

- naďalej **fičať na pokraj svojich síl** a čakať v kúte, **kedy si to niekto všimne a ocení**
- byť **výkonná**, mať všetko **pod kontrolou** ale čudovať sa, **prečo sa ti rozpadajú vzťahy**
- ostať v tom malom, **zranenom dieťati, ktoré kope, kričí a všade vidí ohrozenie**
- odmietaať svoje telo, trestať sa za nedostatky**, trápiť sa diétami, drsným cvičením
- pokračovať **v stresovaní** seba aj tých okolo **pocitom, že nie si dosť alebo si príliš**
- potláčať svoje emócie**, ktoré sa ale aj tak prejavia - v lepšom prípade **výbuchom**, v horšom **chorobou**
- naďalej **obviňovať všetkých a všetko okolo** za to, že nemáš dobrý život
- tlačiť na seba**, aby si sa konečne **ZMENILA** a **trestať sa za to, že to nejde**

Alebo môžeš

- Vykročiť na cestu **za uvoľnením**, ktoré Ti ukáže, že **“smie to tak byť”**
- Začať **rešpektovať svoje potreby** a naučiť sa dávať **láskyplné hranice**
- Naučiť sa **oceňovať sama seba** a **porovnávať sa iba so staršou verziou Tvojho ja**
- Pochopiť, že **nemusíš spĺňať žiadne normy, predstavy** iných ani seba **na to, aby si bola milovaná**
- Naučiť sa **svoje telo prijímať také aké je** (čo je vlastne základom pre jeho zmenu)
- Začať **prijímať svoje emócie** a naučiť sa **ich dať von konštruktívnym spôsobom**
- Dovoľiť si dať priestor **na regeneráciu v ženskej energii** tak, aby si bola **vyživená, žiarivá žena**
- Prevziať **zodpovednosť za svoj život do vlastných rúk** a začať si ho tvoriť podľa svojich predstáv

Chcem vstúpiť do online programu Cesta ženy výhodnejšie, akovkedykoľvek v budúcnosti



S láskou, Tvoja

Katka Runa

CHCEM VSTÚPIŤ TERAZ!