BIO

Rosenberg-Nagy Ágota vagyok, feleség, két gyermek anyja, okleveles Aroma Freedom Technika gyakorlatvezető.

2017 óta használom a Young Living illóolajokat. Akkor éppen fiamnak kerestem valami megoldást, mert azon a télen két hónapon keresztül meg volt fázva. Az orvos azt mondta, hogy három náthát kapott el egymás után. Ezzel nem is lenne gond, csakhogy Noah halláskárosodással született és le volt maradva a beszédben. A nátha pedig ráment a fülére, így a hallása, igaz átmenetileg csak, de nagyon sokat romlott… 2 hónapra.

Noahról tudni kell, hogy nem vesz be semmilyen gyógyszert, így ez ki volt lőve. Akkor nem tudtam rajta segíteni, de úgy döntöttem keresek valamit, amivel megelőzhetem a hosszantartó náthát a jövőben. Ekkor jöttek az olajok a képbe. Természetesen, mint sok más felhasználó, én is belebolondultam az illatokba, de engem főleg az érzelmi olajok érdekeltek.

Kiváltképp akkor kezdtem el jobban foglalkozni a témával, amikor az első érzelmi keveréket kezdtem el használni otthon. Ez volt a Release, Elengedés keverék. Hogy hogyan és mire használtam az olajat, erről egy külön blogposztban tudsz majd olvasni.

2019 nyarán hazaköltöztünk San Franciscóból. Maga a költözés persze nem ment stresszmentesen. Az utolsó napig dolgoztam egy hotelban belső pénzügyi ellenőrként, miközben a pici, Lucy, éjszakánkként még mindig felkelt, közben pakolni is kellett, lezárni a dolgokat, papírmunkákat. Miután hazaértünk, ismét jött a rengeteg papírmunka, majd házvásárlás, iskola keresés várt rám. Férjem angol nyelvű, így mondanom sem kell, hogy minden rám szakadt és elég hamar kiégtem. Egyszerűen már nem bírtam tovább. A kapcsolatom megromlott, fizikailag rosszul éreztem magam és úgy éreztem, hogy segítségért kell fordulnom. El is kezdtem keresni pszichológust a környéken. Barátnőm ajánlott egyet és másnap fel is akartam hívni, mikor este szembejött velem a felhívás, hogy csoportos online AFT gyakorlatvezetés lesz az egyik fizetős csoportban, ahol tag vagyok.

Én nem hiszek a véletlenekben és valahogy az intuícióm azt sugallta, hogy ezt végig kellene csinálnom. Akkor még azt sem tudtam, hogy mi is az AFT. Elővettem az olajaimat, amik voltak otthon és végigcsináltam a gyakorlatot.

Hihetetlen élményben volt részem! Teljesen feltöltött energiával, megkönnyebbültem és úgy éreztem, hogy van kiút. Egyből kerestem a neten egy AFT gyakorlatvezetőt Budapesten, mert hát, ha online ekkora hatást ér el ez a technika, akkor élőben még jobb lehet – gondoltam én. Viszont nem találtam senkit Budapesten. Rákerestem dr. Perkus oldalán is, hátha másik városban van valaki, de sajnos azt láttam, hogy Magyarországon nincs egy AFT gyakorlatvezető se. Ekkor jött az ötlet, hogy akkor majd én leszek az első.

Persze jöttek fel a negatív gondolatok, hogy „nem biztos, hogy meg tudok birkózni egy ilyen feladattal” – hiszen egy új technikáról van szó, amit senki nem ismer Magyarországon. Viszont tudtam, hogy szükség van rá.

A végső lökést fiam adta meg.

Október 15.-én segítettem neki kipakolni az iskolatáskát. Találtam benne egy rajzot, amit kirántott a kezemből és eldugott a háta mögé.

A képen viharos felhők, villámok voltak. Egy sírkő, amin a saját neve volt, az aznapi dátummal.

A vér megfagyott az ereimben… Próbáltam kedélyesre venni a dolgot, mintha mi sem történt volna. Kérdezgettem, hogy ezt kellett rajzolni az órán? Vagy látta, hogy valaki ilyet rajzol? De nem tudtam kihúzni belőle a miértre a választ.

Írtam egyből a pszichológus barátnőmnek, Katinak, de annyira a szívembe hatolt az a kép, hogy nem tudtam elszakadni tőle. Folyamatosan arra gondoltam, hogy én hoztam a gyerekemet ilyen helyzetbe, hiszen egy olyan iskolába jár, ahol magyarul beszélnek, amit ő még csak most tanul. Nincsenek barátai, és most itt állunk, nem beszél az érzelmeiről, hiába kérdem és hazajön egy ilyen rajzzal.

Másnap regisztráltam a képzésre. Arra gondoltam, ha nem is terjesztem el ezt a technikát az országban, legalább a fiamnak adhatok egy eszközt, amivel tudja az érzelmeit kezelni, még akkor is, ha nem akar beszélni róla velem.

Nagyon örülök, hogy elindultam ezen az úton, hiszen nem csak magamon és családomon segítek, hanem már elindult egy folyamat, amely sokkal nagyobb célt szentesít.

Célom, hogy az Aroma Freedom Technika eljusson minden háztartásba, ehhez megadom az eszközöket, könyvet, workshopokat, letölthető PDF fájlokat.

Sokkal nagyobb cél is elkezdett már kirajzolódni és alig várom, hogy megoszthassam veled! Amennyi segítséget kaptam ettől a technikától, legalább annyit szeretnék visszaadni. <3