

{mosimage}Проблемы, проблемы, проблемы... Как часто мы спешим и произносим это слово! Еще бы, ведь мы живем в эпоху Великих перемен, и не только в нашей стране – на планете!

«Проблема» – это то, по поводу чего мы испытываем негативные эмоции (возмущение, гнев, враждебность), и ... страх потери.

«Проблема» предполагает решительные действия, чтобы изменить жизнь к лучшему, а также ответственность за содеянное. Вот тут –то и ловушка! Вдруг не получится, будет хуже, знать бы, где соломку подстелить и т.д.

Молодые и энергичные рвутся в бой. «Война план покажет!».

Первопроходцы всегда рискуют. Одни, потерпев неудачу и набив шишки, закатывают рукава и идут дальше. У них имеются варианты, они прощают себе ошибки, делают выводы. Они знают, что жизнь – «зебра». Они – оптимисты!

Другие обожглись на молоке, дуют на холодную воду. У них своя правда, свой опыт: «инициатива наказуема», «он начальник – я дурак», «стань таким, как я хочу» и т.д. Они обвиняют других, ждут изменений «со стороны», «сверху», причем по своему сценарию. Ведь у каждого свое представление о добре и зле, они знают «почем фунт лиха». Они - пессимисты.

{mosimage}Пессимисты ходят «по кругу», «наступают на грабли», «себе на горло», «взрываются» иногда и разрушают «отношения», здоровье, то есть свою жизнь.

Избегая эмоциональной боли, выращивают физическую, то есть диагноз.

Эмоция – это энергия, заряжающая мышцы к действию: для созидания (реализация через творчество), либо разрушения (ссора, драка, война), а при хроническом подавлении гнева – инфаркт, инсульт, онкозаболевание.

Человек – существо эмоциональное!!!

Отрицание проблемы – главная проблема!

Возрастающий негативный эмоциональный заряд создает хроническое психическое и мышечное напряжение и свидетельствует о низкой самооценке.

Страх неудачи ведет к поиску врагов и хроническому стрессу.

Только осознание проблемы со стороны тела, разума и Духа (до глубины души и мозга костей), проникновение во все грани и подключение положительных эмоций (уверенность!) приводит к решению и действию.

В [кинезиологии](#) это - основная цель и задача. В результате коррекции страх потери замещается на уверенность в успехе.

Прошлый негативный опыт перестает влиять на выбор в настоящем, а от выбора в настоящем зависит наше будущее.

Мы сходим с «круга» и восходим по «спирали».

[Дондик Л.П.](#)

- [Тренинги "Прикладная кинезиология.](#) ведущая - Дондик Л.П.
- [Введение в кинезиологию](#)
- [Прикладная кинезиология](#)