

Итак .....

**Проблемы** – они были, есть и будут!

Это вехи судьбы: встречи, расставания, потери родных, близких, любимых; обретение новых друзей, знаний, карьера, успех, провал, поражение... трудностями мы растём!!! Это кармические узлы, которые мы развязываем, завязываем – закон причинно-следственных связей, т.е. ЖИЗНЬ, а она, как известно, – ЗЕБРА! Для решения проблем, и для гнева по их поводу, нужна ЭНЕРГИЯ.

**Стресс** (см. "[стресс](#)") – естественная энергетическая (психофизиологическая) реакция организма на творческий импульс, или «угрозу». Г. Селье доказал, что «малая доза» стресса возвращает молодость, жизненные силы, вырабатывает новые решения сложных жизненных ситуаций. Если стресс «прожит грамотно», через активное мышечное действие – мы выучили урок: стали умнее, сильнее, гибче, радостней и счастливей. Вреден стресс «запертый» в нашем теле, через подавление негативных эмоций (раздражение, гнев, страх).

При повторе этого насильственного действия возрастает негативный эмоциональный заряд, накапливается враждебность, агрессивность, которая есть повод для разрядки. У нас портится характер: становимся ворчливыми, недовольными, ничто нас не радует, мы ищем «пятна на солнце», ненавидим врагов, даже себя.

Пессимистами не рождаются – ими становятся! У них даже есть «примета» – опущенные вниз уголки губ и «жесткое», напряженное тело. У оптимиста уголки губ слегка приподняты, он, как бы, слегка улыбается: живой, активный, с искрами в глазах, самодостаточный и адекватный. Они не ангелы, тоже гnevаются, но выражают гнев открыто и искренне, как дети. Оптимисты – «взрослые дети»; а детство, как правило, лучшая пора нашей жизни, в нём мы стремились к познанию! Мы ещё помнили о «цели жизни», через творческую самореализацию. В потенции мы все талантливы и даже гениальны!

Есть притча о закопанном таланте. Загруженное стресс-блоками физическое тело начинает болеть - это крик души о помощи. Мы «завалили» свой талант жить счастливо - нерешёнными проблемами.

Вначале это психосоматические заболевания: временное нарушение функций того или иного органа или системы. Болит голова, «жмёт» сердце, простуда, радикулит и т.д. Если у вас проблемы с желудочно-кишечным трактом, не спешите глотать таблетки, «садится» на диету, или принимать БАД(ы). Лучше задумайтесь: с кем «говорите сквозь зубы» (участились визиты к стоматологу) от кого вас «тошнит»; кто «достал до печёнок»; кого вы «не перевариваете» (язва желудка, гастрит, колики, изжога) «глаза бы мои не смотрели» – «садится» зрение; «ничего не хочу слышать» – начинаем гложуть; "не хочу ходить на опостылевшую работу" – радикулит, проблемы с ногами. «Голова поссорилась с телом» - к счастью, пока временно!

Наше «умное» тело укладывает нас в постель, чтобы мы подумали, любим ли мы себя, своих близких, почему не говорим, что чувствуем, почему живем в рамках придуманных правил и установок, отрицая в себе своё творческое Я, почему играем роль жертвы обстоятельств и насильника попеременно. Ведь можно создать другие обстоятельства, где будет радостно, комфортно! Приятие (безусловная любовь) – антитеза враждебности.

Если вам не нравятся обстоятельства, измените их, «напишите» новый сценарий. Это один из приёмов коррекции в [кинезиологии](#). Нужно только определить негативную модель поведения в которой вы «застряли», рассеять стресс-блок и восстановить связь "Мозг - Тело".

Вспомним, что тело - есть инструмент духа в реализации цели. У Творца нет других рук и ног, кроме наших, мы его творение! Смысл жизни – СОТВОРЧЕСТВО!!! А мозг (биокомпьютер) лишь переводит энергоинформационные сигналы «высшего» на неврологические. Как только эта связь восстанавливается, исчезают симптомы.

Психосоматические заболевания лишь прелюдия к органическим, которые становятся хроническими, трудно лечатся, либо не лечатся. Не следует доводить себя до таких катастроф, как инфаркт, инсульт, онкологические заболевания – результат чрезмерного, либо подавляемого гнева.

Народная мудрость гласит: "Благими намерениями вымощена дорога в ад". Не следует уходить от жизни в болезни, в ней так много интересного и прекрасного! Пришло время

«понять себя и обрести уверенность»; понять, с какой целью мы пришли в этот мир, в эту страну, в эту семью; и выполнять свою работу, которую выбрали ещё до зачатия.

Мы уже сделали свой ВЫБОР, его нужно только ОСОЗНАТЬ.

Из практики....

*Токсикоз . Молодая женщина 24 лет.*

*Беременность 2 месяца, тошнит, рвота после любой пищи.  
В результате коррекции вышли на возраст первопричины 22 года. Закончила медучилище, пришла на работу в роддом, перенесла стресс по поводу тяжёлых родов с гибелью ребёнка. Её тогда вырвало, а ещё она сказала «чтобы я когда-нибудь родила – ни за что!»*

*Рассеяв стресс и создав позитивную установку на себя и своего ребёнка, она избавилась от симптомов, прекрасно себя чувствовала и родила здорового ребёнка.*

*Деловая женщина 55 лет. Проблема взаимоотношений.*

*Очень напряжённая, поджатые губы, «насупленные брови»  
В результате коррекции она расслабилась «взлетели» брови, «появились» губы, «засияли» глаза, она была потрясена переменами, а главное, у неё открылся талант танцовщицы.*

*Она передала свой бизнес дочери, создала студию танца, разработала методики освобождения от комплексов через танец, причём успешно!*

*Супружеские отношения - проблема*

*Одна женщина обратилась за помощью с установкой «собраться с силами и выгнать мужа» В результате коррекции осознала свою негативную роль. «Нет, выгонять не буду, я сама его провоцировала, он мне нужен мне нужен!»*

*Другая клиентка желала «сохранить семью» любой ценой. В результате - «пусть идет, насильно мил не будешь, с/отношения себя исчерпали»*

*В обоих случаях был самостоятельный ОСОЗНАННЫЙ ВЫБОР и ПРИЯТИЕ.*

[Дондик Л.П.](#)

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