

OSLOBODITE SE TOKSIČNIH MISLI

POMOĆU MENTALNO-EMOTIVNE
DETOKSIKACIJE IZ PODSVESTI SE
ELIMINIŠU NEGATIVNI PROGRAMI
NAGOMILANI U TOKU ŽIVOTA



U procesu detoksikacije nije dovoljno samo hraniti se zdravo i očistiti telo, a pritom nesvesno izbegavati dodir s dubljim delovima sebe. Potreba za čišćenjem nije samo fizička, premda često to može biti jedini način bića da progovori i da ta potreba bude zadovoljena.

Naš organizam se ljuti i boli onda kada nešto u nama nije u ravnoteži. Naša prava priroda jeste da budemo srećni i zdravi. Svakim ignorisanjem lošeg raspoloženja odstupamo od svoje prave prirode. Duša se buní, telo pati i kroz različite simptome upozorava nas da se zaustavimo i nešto promenimo.

Telesne reakcije i psihološki fenomeni nemaju uticaja samo u trenutku kad se odvija neki događaj. Razni bolni i neugodni događaji iz prošlosti, koji sa sobom nose strah, sukobe, nerešene odnose, neispunjene želje, osećaje krivice ili besa mogu i nakon mnogo vremena uticati na telesne sisteme, postupno izazivati progresivne funkcionalne poremećaje i na kraju fizičku bolest. Zato je potrebno očistiti, reorganizovati, uravnotežiti i zameniti stare informacije za nove – podržavajuće, da bi čovek pronašao sklad sa autentičnim delom sebe i ostvario bogat i ispunjen život u svim aspektima – kaže dr Vesna Danilovac, profesionalni lajf kouč.

**Svi simptomi
nastaju i nestaju
u našoj glavi...
Nema neizlečivih
bolesti, ima samo
neizlečivih ljudi**

BOL I OTROV DUŠE

Mentalno-emotivni detoks je poseban način čišćenja organizma i oslobađanja od potisnutih, nezdravih i toksičnih misli, doživljaja, emocija, limitirajućih uverenja i obrazaca ponašanja. Različitim pristupima i metodama u podsvesti se eliminišu negativni programi nagomilani u toku svih godina života. Oni su „bol i otrov duše“. Borba sa ustajalim mislima i osećanjima koja nanose telesnu štetu, ume da bude razarajuća. Ponekad je važnije dati prednost upravo tim delovima, ući dublje do podsvesti i očistiti misli i emocije koje imaju snažan uticaj na naš život i naše zdravlje.

– Ukoliko se osećate kao da za sobom vučete teret kog se ne možete rešiti, želite promenu a niste sigurni odakle krenuti, ako vam dan teško započinje i niste motivisani, želite da se oslobodite toksičnih obrazaca, uverenja i strahova, unutrašnjih konflikata... utoliko je možda bolje krenuti od podsvesti. Jer, što ste bliže nekom problemu, bliže ste njegovom rešenju. Želite li da bolje razumete sebe i svoje potencijale, da bolje vladate emocijama, imate bolje partnerske odnose ili pronađete odgovarajućeg partnera, da budete bolji roditelj, lakše donosite odluke i ostvarujete ciljeve, da otkrijete šta vas u tome sprečava – to je signal da vam je neophodna promena – kaže naša sagovornica.

Mala promena u nama i u načinu na koji vidimo sebe i svoj život jeste sve što je potrebno da bismo ostvarili promenu koja će se odraziti na naše zdravlje, posao, partnerske veze i odnose s drugim ljudima.

– Detoks program je deo holističkog pristupa koji pomaže u pronalaženju ravnoteže na emocionalnom, duhovnom, mentalnom i fizičkom nivou. On podržava čoveka u potrazi za svrhom i ispunjenjem, pritom uklanja ograničavajuća uverenja i priprema ga za otkrivanje i stvaranje novih pogleda, izbora i mogućnosti, koji doprinose srećnijem i zdravijem življenju – tvrdi dr Vesna Danilovac.