

Анна Двойных



**КАК НАЙТИ
ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ**

Анна Двойных

Как найти предназначение

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=34110626

ISBN 9785449093172

Аннотация

Книга поможет вам решать такие проблемы в поиске предназначения, смысла жизни, профессиональной реализации, как:– слабое здоровье, психосоматические заболевания;– страхи, которые обездвиживают на пути к цели;– узнаете методику Страхопологание;– научитесь использовать энергию Интереса для реализации целей;– упражнение для трансформации сознания в ресурс, повышения личной эффективности;– сделаете 2 шага к предназначению;– узнаете причины депрессии, лени, апатии и что с ними делать.

Содержание

Предисловие	5
I ЧАСТЬ	8
1 Глава. Здоровье	8
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Как найти предназначение

Анна Двойных

© Анна Двойных, 2018

ISBN 978-5-4490-9317-2

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Предисловие

В каждом из нас спит гений!
И с каждым днём всё крепче и крепче!
Разбуди себя!

Как сказал один разумный человек – В каждом человеке есть своя книга! Каждый человек – это уникальный набор талантов. Нет такого, как вы и я, не было и не будет. Поэтому в каждом жителе этой парадоксально-абсурдной планеты целое созвездие талантов. И каждый талант можно превратить в реальные, «живые» деньги.

Талант – это своё, уникальное и оригинальное.

Приобретите умение, СПОСОБность выжать максимум из своего уникального жизненного опыта, способностей и талантов!

Найдите своё ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ! Прочитайте эту книгу. Вы научитесь принимать эффективные решения. Под навязанными блокировками социума НАЙДЁТЕ СЕБЯ и СВОИ ЦЕЛИ. Научитесь находить возМОЖНОсти в жизни, благодаря которым происходит обмен своих талантов и жизненного опыта на деньги.

Вы хотите творить и вытворять, развиваться вдоль и в поперек, вкривь и вкось? Читайте эту книгу!

Когда вы подражаете кому-то, то самое большее, чего вы

когда-то добьётесь – это станете вторым!

Мудрые люди, достигшие величайших высот на этой планете занимались своим любимым делом, сумели найти способ реализовать своё предназначение: оплодотворили его, вырастили, и собрали щедрый урожай пользы для души и кошелька!

Когда-то отец сказал Дональду Трампу: «Сынок, найди своё дело, которое тебе нравится, и которым будешь заниматься довольно продолжительное время. В противном случае тебе не хватит бензина, чтобы доехать до НА100ЯЩЕГО УСПЕХА»!

Кто-то умеет готовить пиццу, кто-то умеет шить обувь, кто-то пишет такие стихи, читая которые хочется летать, петь и танцевать, и даже душа местами всхлипывает!

А ИНОГДА И РЫДАЕТ...

Создатель каждого наделил какими-то уникальными талантами. И у каждого есть своя задача, миссия на этой планете. Раскрытие себя, своего потенциала, своих талантов это не столь безобидная штука. Дело в том, что бездействие превращает силы в яд. А когда человек не раскрывает себя, он уходит глубоко в себя – начинает пить и топить свою нереализованность в глубоком стакане, или того хуже...

Мир на этой планете просто пронизан творчеством, наполнен яркими красками.

Он многогранен и велик. Это ж надо было придумать тысячи видов и подвидов животных, птиц, растений. Сама при-

рода нам подсказывает насколько можно быть творческим и разносторонним.

Можно и нужно! Ваш Путь к ПРЕДНАЗНАЧЕНИЮ начинается.

Желаю вам находиться в счастье и удовольствии, в том месте, где вы находитесь сейчас!

Двойных Анна, обнимаю!

І ЧАСТЬ

1 Глава. Здоровье

#как_найти_предназначение

1 Причина, что мешает найти ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ – плохое здоровье.

Как вы сможете профессионально реализоваться, если постоянно болеете?

Как правило хронические, психосоматические заболевания проявляются в самое важное для карьеры время.

Будет для вас актуально искать своё предназначение, если вам больно физически? Если вы испытываете постоянное эмоциональное напряжение от того, что болезнь может проявиться в любой момент? – НЕТ! – в этих условиях не до поиска предназначения. Актуальная задача – стать здоровым!

Если из-за болезни вы ограничены, поставлены в рамки того, какой должна быть ваша работа? Какие требования к вашей работе у вашей болезни? Диктует требования бо-

лезнь, а не вы. Вы зависимы от состояния своего здоровья.

В психологию меня за ручку привела психосоматическая болезнь. Я полностью ответственна за её появление у меня. Благодаря болезни я получила второе высшее образование и нашла своё предназначение. Путь был долгим. Опыт в этом пути – бесценен!

Тема психосоматики исследована мною досконально. Так как мне были интересны методики для исцеления себя. Теперь работаю с клиентами для их исцеления.

Вы хотите стать здоровыми?

Чтобы эффективно помочь себе в процессе исцеления, важно знать процесс, как формируется психосоматический симптом.

Итак...

Душе маленького мальчика или девочке бывает больно, когда обижают в садике, ругает воспитательница; когда в школе дети дразнят, а иногда приходится вступать в драку; когда при этом взрослые не защищают, а ругают и наказывают.

Душе больно, когда рушатся первые отношения, первая любовь.

Человек испытывает стрессы в транспорте, на работе, в отношениях с партнёрами, близкие люди предают и не поддерживают – душе человека невыносимо чувствовать эти раны и боль от всего этого.

Поэтому, очень часто, постепенно душа обростает панцирем. Чтобы не чувствовать боль. С каждым годом он всё плотнее, а человек сильнее... Только усталости в теле и мышцах намного больше. Апатия, усталость...

Ведь постоянно носить каменный панцирь тяжело. Есть упражнения, которые способствуют медленному разрушению телесного панциря.

Что делать?

Чувствовать. Признавать. Проживать эмоции. Это позволяет душе постепенно растворять каменную защиту.

Когда душа перестаёт защищаться, Человек может услышать потребности души. Истинные желания, реализация которых наполняет счастьем.

В социуме «хорошо» выражать позитивное настроение и радость.

«Плохо» выражать – гнев и злость.

Душа, кроме того, что каменная, так ещё загнана в эти рамки.

Человек научается «показывать» позитив.

Депрессии – это невыраженные «плохие» чувства.

Но на самом деле человек – не чувствует.

Душа давно полностью окаменела.

Таково свойство психики – если замораживается чувствительность – гнева и злости, замораживается глубина переживания радости, любви, удовольствия от секса и способность чувствовать оргазм у женщины.

Психосоматическая болезнь формируется так:

– Человек до конца не позволяет себе прожить стресс или негативную эмоцию.

– Эмоция фиксируется в разных мышцах. Формируется мышечный зажим.

– Если зажим не расслабляется 9 месяцев – зажатая мышца влияет на внутренний орган. Формируется психосоматический симптом. Появляется болезнь.

– Если зажим не расслабляется 9 лет – как правило, формируются онкологические заболевания.

Кроме того, чтобы сохранять напряжение в мышцах и блокировать (чтобы не проявить) негативную эмоцию – уходит в пустую жизненная энергия. Целая прорва физических и психических сил организма уходит в пустую на блокировку не прожитой до конца эмоции. Как следствие этого: усталость, апатия, депрессия.

Выход: чувствовать эмоцию и выражать **согласно ситуации**: хочется плакать – плакать (если это не ради манипуляции); радостно – смейтесь; вас любят – есть отклик в душе – любить; нет отклика – не любить; конструктивно критикуют – конструктивно отвечать.

Сложность в том, что в садике и в школе не учат людей конструктивно выражать эмоции. «Плохие» эмоции учат конструктивно выражать на терапевтических психологических группах.

В следующей главе вы узнаете формулу, как конструктивно выражать эмоции.

Почему люди не чувствуют своё тело и свою душу? Потому что нужно будет взять ответственность за то, что чувствую и признать, что так не хочу.

Признать, что не нравится жить в такой ситуации, как сейчас. Нужно будет делать выбор, менять жизнь. Проще быть каменным и не замечать, что жизнь – говно.

Что будет, если конструктивно выражать эмоции?

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.