**«Ремонт души и тела. РАСКРЕПОЩЕНИЕ»**

* Тренинг «Раскрепощение» — это комплекс самых эффективных современных психологических техник.
* 6 часов интенсивной практики работы с собственным телом — и вы сможете оценить чудодейственность методов, избавившись от наиболее сложных проблем.
* «Раскрепощение» дает возможность глубокой энергетической перезагрузки, понимание «как» это работает и возможность дальнейшей самостоятельной практики.
* Опытный тренер и процессор Ирина Столярова будет тем проводником, который поможет разобраться в глубинах подсознания. В нужный момент поддержит, в другой — защитит, а тормозящим даст «волшебный пендель».

**Экспресс-решение наболевших проблем**

*Народная мудрость.*

*Сидит собака на гвозде и скулит от боли.*

*Спрашивается: «а чего она не сойдет?» —*

*Не приспичило!*

Каждый из нас оказывается в роли собаки на гвозде. Мы ноем, жалуемся, но ничего не делаем. Чаще просто потому, что не знаем, как можно решить проблему. А ведь способов множество, и возможности современных психологических техник просто поражают воображение. Еще сто лет назад такие избавления были бы чистым чудом, а сегодня — будни врачевателей душ.

Тренинг Ирины Столяровой наглядно демонстрирует этот факт. Многолетние психосоматические недуги раскрываются и исчезают за несколько часов экспресс-методики.

* Лишний вес.
* Остеохондроз.
* Неврозы.
* Депрессии.
* Сексуальная зажатость.

Это только короткий список, который на практике разворачивается в десятки, сотни патологий, которые портят людям жизнь. Пора распрощаться со своими мучителями — «*приспичило*»!

**Как проходит тренинг?**

Интенсивный курс делится на три части, каждая из которых подготавливает к следующему шагу.

1. Настройка. Чтобы работать с подсознанием, нужно иметь навык усмирения ума. На первом этапе вам даются техники, которые позволяют добиться тишины трех умов и взглянуть на жизнь из состояния полнейшего покоя. Этот же этап дает первичную подготовку работы с телесными ощущениями. Учимся освобождать тело от напряжения динамической медитацией-тряской.
2. Второй этап — ударная волна по надоевшей проблеме. Вас научат входить в контакт с внутренним ребенком, прощать себя и других людей, расширять границы воспринимаемого мира. Энергетическая перезагрузка происходит путем прочищения чакр (дыхательные практики). Нахождение «корня» психосоматического недуга.
3. Заключительный курс помогает раскрыться вашей женственности, сексуальности. Речь идет не только об интимных вопросах, но и повседневной жизни. Женщина без негативных блоков распускается, как цветок.

**На кого рассчитан тренинг «Раскрепощение»?**

Эта методика пригодится вам, если вы долгое время не можете справиться с:

* трудностями эмоционального происхождения;
* телесными недугами, связанными с блоками тела (заикания, нервные тики, навязчивые движения, остеохондроз, ожирение);
* неуверенностью в себе;
* перепадами настроения;
* подавленностью;
* повторяющимися неудачами в жизни;
* финансовыми проблемами;
* неспособностью самореализоваться.

Другая категория посетителей — это люди, которые стремятся максимально познать себя. Если вы чувствуете личностный потенциал, но не знаете, как его реализовать, и в чем он заключается, то тренинг Ирины Столяровой поможет найти нужные ответы, получить направление и силы для действия.

К какому бы типу посетителей вы не относились, «Раскрепощение» подарит увлекательное приключение в вашей жизни, познавательное, избавительное, дающее энергию и мощный заряд оптимизма.

**Что такое психосоматика?**

Этимология слова объясняет его смысл: «психо» — душа и «сома» — тело. Отсюда психосоматические заболевания, это когда душа делает больным тело. Специалисты, занимающиеся такими недугами, утверждают, что 90% всех болезней — от головы. Все наши стрессы, потери, обиды и горести рано или поздно отражаются на состоянии нашего бедного организма. Они концентрируются в определенных органах, накапливаясь с годами. Создавая мышечные спазмы, негативные переживания приводят к нарушению кровоснабжения и возникновению болезней. Лечить такие недуги исключительно медицинскими методами, как показывает практика, безрезультатно.

Сильнейшие блоки создаются при сдерживании эмоций. Когда хочется ответить начальнику, а нельзя. Или тянет признаться в любви, а страшно. Даже если такие ситуации происходили годы назад, эмоциональные зажимы не устаревают, а усиливаются, костенея и парализуя орган, на котором они поселились. В психическом плане такой человек теряет способность испытывать эмоции — жизнь становится пресной:

* возникает состояние апатии;
* частые неврозы;
* отношения с близкими приобретают формальную сторону, а внутри — холод;
* обвиняя себя, мы становимся неспособными защититься от нападок социума;
* не можем избавиться от ощущения, что жизнь проходит как-то не так.

Примечательно, что эти состояния переживают 99% так называемых психически здоровых людей. При этом они терпят и не пытаются «сойти с гвоздя» или просто не знают, что это возможно.

**Лишний вес и подсознательная мотивация**

Все, кто боролся за похудение, знают, что это — сизифов труд. Сколько не голодай, не занимайся спортом и диетами — все возвращается к прежним объемам. С другой стороны, люди, которые смогли обнаружить подсознательную мотивацию лишнего веса, просто забывают об этой проблеме, а килограммы уходят как-то сами. Глубинными стимулами, которые держат вес, могут быть убеждения на уровне тела:

* чем я крупнее, тем заметнее;
* жировой слой защищает меня от стрессов;
* хорошего человека должно быть много;
* чем больше ем, тем дальше от смерти;
* если много съем, то мама будет счастлива.

Этот список можно продолжать до бесконечности, поскольку у каждого человека обычно свой индивидуальный расчет. А практика показывает, что у тучных людей таких установок накапливается с десяток и более. Поэтому все их титанические усилия похудеть сводятся к срывам и обратному возврату веса — тело не обманешь, у него своя цель.

Чтобы убрать такую мотивацию, нужен тренер-психолог, который поможет осознать эти убеждения. Самое поразительное, что в глубине подсознания эти расчеты несут позитивное намерение! То есть цель-то хорошая, а нам столько неприятностей доставляет.

Но теперь вы знаете, как с этим справиться. Техники действенные и скоростные, они избавят вас от мучительных сражений против собственного тела.

Тренинг «Раскрепощение» — этот тот интенсивный психологический комплекс, который позволит навсегда избавиться от проблем с лишним весом.

Ведущая тренинга — Ирина Столярова. Сертифицированный процессор, психолог и консультант.

Звоните и узнавайте дату проведения тренинга.