

Ека Козлова

ИЗБАВЛЯЕМСЯ
ОТ ПАНИЧЕСКИХ

АТАК
ЗА ОДИН
ДЕНЬ

С ПОМОЩЬЮ
ОДНОГО
РАССКАЗА

Ека Козлова
Избавляемся от панических
атак за один день
с помощью одного рассказа

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=64847261
ISBN 9785005357779*

Аннотация

В разных культурах и слоях общества существует немало мнений о происхождении панических атак. Одни говорят о бесах и духовной борьбе на поле брани, другие ссылаются на психологические проблемы из раннего детства, депрессию, расстройства личности, фобии. Эзотерики рассказывают о духах, параллельных мирах. Маги пытаются снять порчу и родовое проклятье. Буддисты грешат на карму. А обыватели выдумывают энергетических вампиров, астральных существ, домовых и призраков. Но никто не говорит правду.

Избавляемся от панических атак за один день с помощью одного рассказа

Ека Козлова

© Ека Козлова, 2021

ISBN 978-5-0053-5777-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero
Как избавиться от панических атак?

Многие психологи утверждают, что каждый случай нужно рассматривать отдельно, проходить долгий и затратный курс лечение, но это вовсе не так. У всех без исключения случаев один корень зла.

Я много лет изучала данный вопрос, и именно поэтому не хочу вдаваться в терминологию, писать сложным профессиональным и не понятным обычному человеку языком. Я напишу доступно и понятно для людей, которые хотят освободиться от данной проблемы, чтобы обрести уверенность в себе, твёрдую почву под ногами, и нормальную, счастливую жизнь, без страха и угнетения.

В разных культурах и слоях общества существует нема-

ло мнений о происхождении панических атак. Одни говорят о бесах и духовной борьбе на поле брани, другие ссылаются на психологические проблемы из раннего детства, депрессию, расстройства личности, фобии. Эзотерики рассказывают о духах, параллельных мирах. Маги пытаются снять порчу и родовое проклятье. Буддисты грешат на карму. А обыватели выдумывают энергетических вампиров, астральных существ, домовых и призраков. И каждый из этих людей по своему прав. Ведь все эти люди вполне себе благополучно занимаются осознанным творчеством, кто на что горазд, в силу своих религиозных убеждений, воспитания, образования, своего мировоззрения.

Один мой хороший знакомый не верит ни во что из вышеперечисленного, потому что в душе он является адептом механикума, и поклоняется богу машин. Это может показаться смешным, но уверяю вас, в его руках любая сломанная техника, словно обретает новую жизнь, и самый безнадежный ремонт даётся ему с невероятной легкостью. И даже перед тем, как вкрутить лампочку, он молится богу техники, чтобы дух машин не покидал сие светило, и работало оно долго. (Цикл «Ересь Хоруса». Вселенная Вархаммер 40000) В его работе это ему помогает, потому что просто по приколу.

Воображение человека и тем более его фантазия безграничны, а помечтать и пофантазировать любят у нас все, особенно когда не понимают, что происходит. Так уж устроен человек, ему нужно получать ответы на свои вопросы, и ес-

ли что-то невозможно объяснить с научной точки зрения, подключается воображение. А ещё нам очень хочется верить в чудеса, и мы постоянно их ищем. Точнее приключения на свою пятую точку.

Чаще всего паническим атакам подвергаются именно творческие натуры, активные деятели, спортсмены, и как это ни странно, приличную долю с общей массы атакуемых занимают бездельники, которые впоследствии становятся алкоголиками или наркоманами, потому что им просто лень, что-либо делать и уж тем более менять в своей жизни.

И, разумеется, не обходит стороной эта напасть всех остальных людей, которые в определённый момент жизни оказались в сложной ситуации.

Воображение человека очень сложный, а порой и опасный механизм, способный расставить ловушки на каждом шагу и загнать в совершенно безвыходную ситуацию, и что самое неприятное, воображение бывает очень убедительным. Ваше собственное, родненькое воображение способно сыграть с вами в невероятно убедительную, фантастическую и очень злую шутку с галлюцинациями и выходом в астрал. В таких ситуациях я всегда говорю, что во всём должна быть разумная мера. Если говорить о мистике: можно сколько угодно фантазировать, но реальность у нас одна, и на наше счастье, она абсолютно лишена волшебства, чего нельзя сказать о нашем воображении. А вот люди, которые пользуются нашим доверием, действительно могут причинить реальный вред.

Да и у страха глаза столь велики, что нашему воображению ничего не остаётся, как только во время подгрузить соответствующую текстурку с кошмарами на улице Вязов.

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.