

## ВДОХНОВИ СЕБЯ

### БОЛЬ В НАГРУЗКУ.

Испытывать только приятные эмоции – наша мечта. Но человек так устроен, что вместе с болью он перестает ощущать и радость. Если что-то оказалось за пределами переносимости, мы выключаем всю эмоциональную сферу. Наша психика заботится о нас, срабатывает предохранитель, тяжелое переживание капсулируется. Эта капсула затрагивает все уровни: и телесный, и ментальный, и эмоциональный. Мы как будто берем кусочек негативного опыта и от себя отторгаем. Кажется бы, что в этом плохого? Если произошла беда, почему бы не включить защиту и не страдать в течение минут, недель или даже лет?

Проблема заключается в том, что через какое-то время наше отщепленное переживание начинает жить своей жизнью, причем незаметно для нас. Мы просто танцуем некий танец вокруг не очень понятных для нас процессов, не можем обозначить – вот в этом месте у меня был травматический опыт. Бесчувственный человек не может быть счастливым, но он и не бывает сильно затронут неприятными переживаниями. Выбор у нас непростой: жить в среднем регистре без сильных эмоций или платить болью за роскошь чувствовать.

### ЧУЖИЕ ЧУВСТВА.

Мы учимся со временем заимствовать впечатления. Часто можно наблюдать, как люди приезжают к красивому месту, поворачиваются к нему спиной и снимают селфи. Переживание у них происходит не в данный момент, оно отсрочено. Люди ждут, когда они доберутся до Wi-Fi, выложат свои фотографии на фоне красоты и после первых лайков наконец поймут, что там, где они «чекинулись», им было хорошо.

Получая обратную связь от мира, человек пытается доказать себе, что он жив. Если мы не развиваем эмоциональную сферу, нам очень сложно формировать отношение к чему-либо. Происходит заимствование мнения у других людей. Например, идти на спектакль из-за хороших на него отзывов. Формируется навык складывать свое впечатление из чужих, присваивать и ощущать вкус чужой жизни.

### БЕЗОПАСНОСТЬ ИЛИ АДРЕНАЛИН.

Мы каждую секунду находимся между двумя шкалами, одна из которых – безопасность, а вторая – возбуждение. И не можем жить долго в высшей точке ни одной из этих шкал. Представим, что нам удалось построить мир абсолютной безопасности. Там каждый день похож на вчерашний, есть комфортные условия и не надо чего-то хотеть. Там мы общаемся с понятными людьми, от которых не ждем никаких неожиданностей. Эти люди постоянно поддерживают антураж неизменной реальности.

В таком мире все слишком предсказуемо, там нет ничего, что могло бы хоть как-то затрагивать эмоции. Но и в высшей точке возбуждения мы тоже не можем все время наслаждаться. Если находимся на пике переживаний, через какое-то время организм истощается, мозг отключается. Всю жизнь мы балансируем

**Потеря чувствительности начинается с того,**

**что мы увеличиваем количество стереотипных действий.**

**В такие моменты мы одновременно везде и нигде.**

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА



## ВАЙ ТАЙ ТАЙСКИЙ СПА

*О чем Вы мечтаете этим летом?  
Наверняка, об отпуске на морях  
и об идеальном отражении  
в зеркале себя любимой.*

**ЖДАТЬ ЛЕТА НЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО!**

Наш SPA-уход взбодрит Вас не хуже освежающих морских волн, и подготовит Ваше тело к отпуску. Такая «поездка на море» подарит Вашей коже гладкость и упругость, а самое главное, избавит от лишних сантиметров, целлюлита, растяжек и дряблости кожи.

## МАГИЯ МОРЯ

**СПА-УХОД С БЕЛОЙ ГЛИНОЙ И ЛАМИНАРИЕЙ**

**ЭФФЕКТ: ДЕТОКСИКАЦИЯ, ВОССТАНОВЛЕНИЕ И ОМОЛОЖЕНИЕ КОЖИ, ИНТЕНСИВНЫЙ ЛИФТИНГ И НИКАКОГО ЦЕЛЛЮЛИТА! РЕКОМЕНДУЕМЫЙ КУРС ИЗ 10 ПРОЦЕДУР НАДОЛГО СОХРАНИТ РЕЗУЛЬТАТ.**

НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ