



ASTRO SALUS

NATURALNIE DO ZDROWIA, MĄDRZE DO ROZWOJU

PsychoNeuroRegulacja – wpływ emocji na zdrowie

**Plik do pobrania i druku dla kursantów szkolenia
PsychoNeuroRegulacja online.**

Marta Pyrchała-Zarzycka

www.astrosalus.pl www.sukces-biznes.pl

www.astrosalus.pl/kursy-online

Pewne emocje mogą predysponować do występowania różnych chorób. Jeśli jesteś na coś chory, zbadaj, czy przynajmniej część przyczyn nie leży po stronie przeżywanych negatywnych emocji i uwolnij się od nich. Naucz się doświadczać przeciwnych – pozytywnych. W ten sposób wspierasz swoje zdrowie. Do dzieła!

Addisona choroba – Przyczyna: złość na siebie, niedożywienie emocjonalne. Rada: uwolnić się od złości, dawać sobie miłość.

AIDS - Przyczyna: poczucie beznadziejności i rozpacz, bycia nie dość dobrym. Rada: zauważyć własną siłę.

Aktywność nadmierna – Przyczyna: poczucie przytłoczenia i lęk. Rada: uświadomić sobie, że jest się bezpiecznym.

Alergia – Przyczyna: wypieranie się własnej mocy, uczulenie na życie. Rada: pokochać życie, uświadomić sobie własną moc.

Alkoholizm – Przyczyna: poczucie beznadziejności i winy. Rada: dostrzec swoją wartość.

www.AstroSalus.pl
www.Sukces-Biznes.pl
kursy@astrosalus.pl



ASTRO SALUS

NATURALNIE DO ZDROWIA, MĄDRZE DO ROZWOJU

Alzheimerera choroba – Przyczyna: bezradność, brak akceptacji świata takim, jaki on jest, gniew. Rada: zaakceptuj świat, wyzbądź się gniewu, odnajdź swoją wewnętrzną moc.

Amnezja - Przyczyna: lęki i ucieczka przed życiem. Rada: poczuj się bezpieczny, pokochaj życie.

Angina - Przyczyna: wewnętrzne przekonanie o niemożności wyrażania siebie i proszenia o to, czego się pragnie. Rada: Naucz się wyrażać siebie i prosić o to, czego chcesz.

Anemia - Przyczyna: brak radości, lęk przed życiem, poczucie nie bycia dość dobrym. Rada: Znajdź to, co Ci sprawia radość, pokochaj życie, poznaj swoją wartość.

Apatia - Przyczyna: tłumienie swoich emocji, lęki. Rada: naucz się okazywać emocje, zaakceptuj je. Zadbaj o swoje poczucie bezpieczeństwa.

Apetyt nadmierny - Przyczyna: lęk i negatywne osądzanie swoich emocji. Rada: zaakceptuj swoje uczucia i podaruj sobie to, co Ci da poczucie bezpieczeństwa.

Arterioskleroza (miażdżycza tętnic) - Przyczyna: bycie zatwardziałym, niechęć dostrzegania tego, co jest dobre w życiu, wąskie horyzonty myślowe. Rada: naucz się dostrzegać to, co dobre, bądź elastyczny

Artretyzm - Przyczyna: poczucie bycia niekochanym, chowanie w sobie uraz, nadmierny krytycyzm. Rada: naucz się akceptować siebie i innych. Daj sobie miłość. Przebacz sobie i innym winy.

Astma oskrzelowa - Przyczyna: tłumienie płaczu, miłość, która przytłacza. Rada: jeśli tego potrzebujesz, pozwól sobie na płacz.

Bezpłodność – Przyczyna: opór wobec życia, poczucia bycia niegotowym na rodzicielstwo. Rada: zaakceptuj naturalny bieg życia.

Bezsenność - Przyczyna: lęki i brak zaufania procesowi życia. Rada: zaufaj życiu, kultywuj poczucie bezpieczeństwa.

Biegunka - Przyczyna: silny lęk i gniew. Rada: uwolnij się od lęku i gniewu, zadbaj o swoje poczucie bezpieczeństwa.

Bielactwo - Przyczyna: brak poczucia przynależności. Rada: poczuj się częścią rodziny, społeczeństwa, Wszechświata.

Bielnica - Przyczyna: skrupowanie, nieufność w związkach, gniew, rozczarowania. Rada: Pozwól sobie na naturalność, zaufaj ukochanej osobie, uwolnij się od gniewu, zaakceptuj rzeczy takimi, jakimi one są.



ASTRO SALUS

NATURALNIE DO ZDROWIA, MĄDRZE DO ROZWOJU

Ból chroniczny - Przyczyna: silne poczucie winy. Rada: przebacz sobie wszystko, pokochaj siebie.

Brodawki - Przyczyna: wiara w brzydotę. Rada: zauważ to, co jest w Tobie piękne.

Cellulitis - Przyczyna: dużo nie uzewnętrznionego gniewu. Rada: uwolnij się od gniewu, przebacz sobie i innym.

Cholesterol (nadmiar) - Przyczyna: nie pozwalanie sobie na odczuwanie i okazywanie radości. Rada: poczuć się w porządku będąc radosnym.

Chroniczne choroby - Przyczyna: opór przed zmianą, choćby była na lepsze, strach przed przyszłością, brak poczucia bezpieczeństwa („dobre to, co jest znane nawet, jeśli jest złe”, „znane jest bezpieczne, nawet jeśli dokucza”). Rada: uświadom sobie, że jesteś bezpieczny, Twoja przyszłość również jest dla Ciebie bezpieczna. Uwierzyć, że zmiany mogą być dobre.

Chroniczny ból - Przyczyna: namiętne pragnienie miłości z poczuciem jej nie otrzymywania. Rada: pokochaj siebie, daj sobie to, co jest dobre, spełniaj swoje marzenia.

Ciśnienie krwi niskie - Przyczyna: nie rozwiązane problemy emocjonalne. Rada: uwolnij się od przeszłości.

Ciśnienie krwi niskie - Przyczyna: brak miłości w dzieciństwie. Rada: daj sobie miłość.

Cukrzyca - Przyczyna: tęsknota za słodyczą życia, poczucie goryczy, smutek. Rada: daj sobie to, co jest dla Ciebie dobre, odnajdź życiową radość.

Cushinga choroba - Przyczyna: brak równowagi emocjonalnej, wiele negatywnych myśli. Rada: zrównoważ swój umysł na przykład za pomocą medytacji. Uwolnij się od negatywnych myśli odpowiednio afirmując.

Cysty - Przyczyna: pielęgnowanie w sobie uraz i ciągle przeżywanie tego, co było bolesne w przeszłości. Rada: przebacz, uwolnij się od uraz. Skoncentruj się na tym, co jest dobre.

Czyraki - Przyczyna: intensywne przeżywanie gniewu. Rada: uwolnij się od gniewu, okazuj pozytywne emocje.

Depresja - Przyczyna: nie pozwalanie sobie na wyrażanie negatywnych emocji, brak nadziei. Rada: wyrażaj to, co czujesz. Odnajdź siłę w sobie.

Dróg oddechowych choroby - Przyczyna: obawa przed doznawaniem życia w pełni. Rada: poczuć się bezpiecznie żyjąc pełnią życia.



ASTRO SALUS

NATURALNIE DO ZDROWIA, MĄDRZE DO ROZWOJU

Drożdżyca - Przyczyna: brak wspierania samego siebie. Rada: daj sobie to, czego potrzebujesz. Kochaj siebie.

Duszności - Przyczyna: lęki i nieufność. Rada: pokonaj swój strach, zdobądź się na zaufanie.

Dyskopatia - Przyczyna: poczucie nie bycia wspieranym, brak zdecydowania. Rada: proś o wsparcie, dawaj je sobie. Naucz się decydować.

Dziąsła – dolegliwości - Przyczyna: niezdecydowanie. Rada: uświadom sobie, czego chcesz, samodzielnie decyduj o kształcie swojego życia.

Egzema - Przyczyna: silny wewnętrzny konflikt. Rada: rozwiąż swoje problemy.

Epilepsja - Przyczyna: poczucie bycia prześladowanym, odrzucanie życia. Rada: dbaj o poczucie bezpieczeństwa i własnej siły, zauważ to, co w życiu dobre.

Gardło (dolegliwości) - Przyczyna: nieumiejętność wyrażania siebie, nie pozwalanie sobie na spontaniczność, tłamszenie w sobie gniewu. Rada: pozwól sobie na spontaniczność, naucz się wyrażać siebie, uwolnij się od gniewu.

Głowa (ból) – Przyczyna: nadmierny krytycyzm w stosunku do siebie. Rada: zaakceptuj siebie, zauważ swoje zalety.

Gorączka - Przyczyna: gniew. Rada: zrównoważ emocje, uwolnij się od gniewu.

Gruźlica - Przyczyna: skłonność do okrucieństwa, zaborczość, chęć zemsty. Rada: uwolnij się od toksycznych emocji.

Guzy - Przyczyna: pielęgnowanie w sobie starcy uraz oraz poczucia winy. Rada: przebacz sobie i innym, przestań żyć przeszłością.

Hodgina choroba - Przyczyna: poczucie nie bycia dość dobrym, poczucie winy. Rada: zaakceptuj siebie, uznaj, że jesteś w porządku takim, jakim jesteś. Przebacz sobie.

Infekcje - Przyczyna: rozdrażnienie. Rada: zadbaj o spokój umysłu.

Ischias - Przyczyna: strach przed brakiem pieniędzy, obawa przed przyszłością. Rada: uwierz, że jesteś bezpieczny.

Jąkanie się - Przyczyna: nieumiejętność wyrażania siebie, lęki. Rada: uwierz, że jesteś w porządku wyrażając swoje emocje, zadbaj o poczucie bezpieczeństwa.

Kamica nerkowa - Przyczyna: nie ujawnianie gniewu. Rada: wyrażaj gniew, kiedy go czujesz, uwalniaj się od niego.



ASTRO SALUS

NATURALNIE DO ZDROWIA, MĄDRZE DO ROZWOJU

Kobiece dolegliwości - Przyczyna: brak akceptacji swojej kobiecości. Rada: zaakceptuj siebie jako kobietę.

Kręgosłupa choroby - Przyczyna: poczucie braku wsparcia. Rada: wspieraj siebie, proś o wsparcie.

Krzywica - Przyczyna: głód miłości. Rada: dawaj miłość sobie i innym.

Moczenie nocne - Przyczyna: lęk przed rodzicami. Rada: daj dziecku poczucie bezpieczeństwa.

Nadwaga - Przyczyna: brak poczucia bezpieczeństwa, nie akceptowanie siebie, potrzeba opieki i miłości. Rada: Pokochaj siebie takim, jakim jesteś, przekonaj się, że jesteś bezpieczny, dawaj sobie wsparcie.

Nalogi - Przyczyna: ucieczka od życia, brak miłości do siebie. Rada: pogódź się z życiem, siebie.

Nerek dolegliwości - Przyczyna: nadmierny krytycyzm, rozczarowania, przesadne reakcje. Rada: zrównoważ swoje emocje, zaakceptuj siebie i innych.

Nerwobóle - Przyczyna: chęć karania siebie za przeszłe winy. Rada: wybacz sobie.

Niestrawność - Przyczyna: strach. Rada: uwolnij się od strachu, poczuj się bezpiecznie.

Nogi (dolegliwości) - Przyczyna: niechęć do pójścia dalej. Rada: zostaw przeszłość za sobą.

Omdlenia - Przyczyna: poczucie bycia bezradnym. Rada: uświadom sobie swoją wewnętrzną moc.

Paraliż - Przyczyna: lęk, ucieczka od życia i decydowania. Rada: uwolnij się od strachu, pokochaj życie, nie bój się stawiać czoła problemom, decyduj o sobie.

Pasożyty - Przyczyna: pozwalanie innym na przejmowanie kontroli nad życiem. Rada: sam decyduj o sobie.

Pokrzywka - Przyczyna: lęki i wyolbrzymianie swoich problemów. Rada: patrz na swoje kłopoty trzeźwym okiem. Dbaj o spokój umysłu.

Polipy - Przyczyna: napięcia w rodzinie, dziecko ma poczucie bycia niechcianym i niekochanym. Rada: wyrażaj miłość względem dziecka. Niech wie, że jest akceptowane.

Półpasiec - Przyczyna: napięcia. Rada: relaksuj się.



ASTRO SALUS

NATURALNIE DO ZDROWIA, MĄDRZE DO ROZWOJU

Przeziębienie - Przyczyna: drobne urazy, zajmowanie się zbyt wieloma rzeczami na raz. Rada: pozwól sobie na wypoczynek, uwolnij się od uraz.

Rak - Przyczyna: wielkie urazy, nienawiść. Rada: przebacz sobie i innym.

Rany - Przyczyna: poczucie winy i chęć ukarania się. Rada: wybacz sobie.

Reumatyzm: Przyczyna: zgorzknienie, poczucie bycia niekochanym, urazy. Rada: pokochaj siebie, daj sobie to, co dobre, przebacz.

Równowagi zaburzenia - Przyczyna: brak koncentracji. Rada: skup się na odpowiednim celu.

Rozedma płuc - Przyczyna: poczucie nie zasługiwania na życie. Rada: uwierz, że życie jest Twoim naturalnym prawem.

Serca dolegliwości - Przyczyna: zatwardziałość, brak radości i miłości oraz wybaczenia. Rada: pozwól sobie na przeżywanie dobrych uczuć.

Skurcze - Przyczyna: lęki. Rada: uspokój się.

Śpiączka - Przyczyna: ucieczka przed problemami życia. Rada: warto uwierzyć, że życie jest bezpieczne, uwolnić się od lęków.

Wrzody żołądka - Przyczyna: strach. Rada: zadbaj o poczucie bezpieczeństwa.

Zaparcia - Przyczyna: niechęć od uwolnienia się od tego, co było. Rada: zostaw za sobą przeszłość.

Zęby (dolegliwości) - Przyczyna: niezdecydowanie. Rada: nie bój się decydować.

Żył zapalenie - Przyczyna: zrzucanie na innych odpowiedzialności za to, co spotyka Cię w życiu, gniew. Rada: weź odpowiedzialność za swoje życie. Uwolnij się od gniewu.