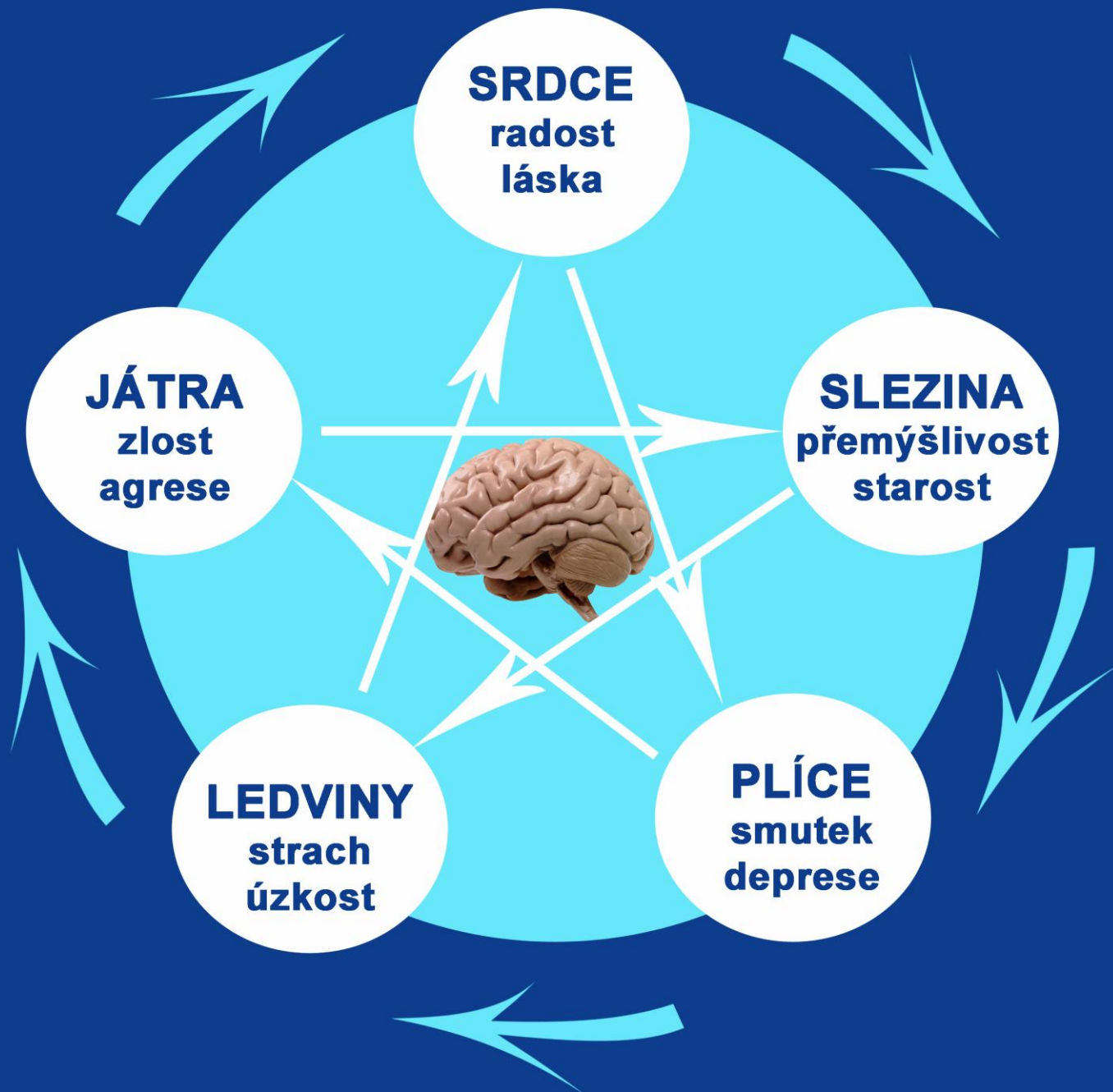




Detoxikace a způsob překonávání emocí

Ing. Vladimír Jelínek



Jedním z cílů detoxikační terapie je naučit člověka ovládat své emoce

Zvládnout vlastní emoce znamená

- obstát v mezilidských vztazích,**
- pochopit různé manipulační techniky, kterými se lidé navzájem ovládají,**
- ubránit se těmto technikám.**

**První krok ke zvládnutí emocí představuje
kompletní detoxikace,
která by měla trvat určitě několik let.**

- Na vznik negativních emocí totiž mohou mít vliv infekční ložiska uložená v různých orgánech, zejména v nervové soustavě.
- Jejich odstraněním vytvoříme podmínky pro získání emocionální rovnováhy a zároveň emocionální dynamiky.



Hluboké negativní emoce jsou dar, ale jen za předpokladu, že jsou včas a správně přeměněny na jinou hodnotnou emoci.

- Hluboký zármutek se může rychle změnit v obrovskou radost, pokud ovšem dokážeme pracovat i s ostatními emocemi, jsme-li dostatečně spojeni s přírodními živly a známe další vztahy pentagramu.
- Problém, který se týká určitého prvku nebo živlu, můžeme na základě jistých zákonitostí překonat pomocí elementu jiného.

Základních lidských emocí je pět:

- **agrese**
- **radost**
- **starost**
- **smutek**
- **strach**



Překonávání agrese

Játra – hlavní orgán agrese a vzteku

- Agrese, vztek a vnitřní napětí pohání člověka k akci.
- Nedostatek agrese ústí v určitou životní strnulost, její nadbytek věští neustálé životní změny, vnitřní boje a partnerské střety.



- K takzvaným jaterním orgánům patří orgány, kterými se muž a žena liší na první pohled (např. pochva u ženy, penis u muže).
- Jsou to zároveň orgány, které je zvykem zakrývat před zraky ostatních.
- Prostřednictvím těchto rozdílů se realizuje milenecká touha a napětí, které vzniká mezi mužem a ženou. Bez tohoto napětí by nevznikla žádostivost po spojení, nevznikl by nový lidský život.

Slovní projevy typické pro člověka, u nějž dominuje agrese



- to jsem zvědavý, co na to lidi, až to uvidí
- nevím, jak se na to budou lidi dívat
- my jim všem ukážeme...
- zasluhuje... (pár facek)
- je ho třeba neustále sledovat
- počkáme, až se nebude dívat...
- já ho... (přetrhnu, až ho uvidim)
- vyškrábu mu voči...

Agresivita

**(fyzická, slovní i mimoslovní) používaná
ve správné míře a v pravou chvíli
je ve skutečnosti kladná emoce.**

**Umožňuje člověku
obhájit si ve vztazích své hranice.**

Vizualizační technika k překonávání vlastních návalů vzteku a agrese

Vhodná pro osoby pokročilé v detoxikačních terapiích, které si své agrese dokážou uvědomit.

- **Cvičení č. 1:**

Pozorujte své emoce během dne a zkuste si přesně určit, v který okamžik a jak dlouho pociťujete vztek či vnitřní napětí anebo uvažujete, jak by se na to díval váš partner nebo rodič. Okamžiky agrese, vlastní stavy pozorování nebo pocity, že jsem pozorován jiným člověkem, si večer zapište.



- **Cvičení č. 2:**

Představte si konkrétní situaci, v níž osekáváte sekyrou větve stromu nebo prořezáváte keře. Soustředte se na kovový list pily nebo na kov sekyrky. Představte si své fyzické úsilí, které vynakládáte při ořezávání nebo osekávání dřeva.

- **Cvičení č. 3:**

V denní situaci, kdy si uvědomujete, že jste napjatí, prožíváte emoci agrese nebo máte pocit, že jste příliš pozorováni druhými lidmi, si vizualizujte obraz ze cvičení číslo 2. Pokud je prožívaná emoce správně přiřazena k emocím „jaterním“, po vizualizaci nutkavá emoce vymizí a úleva je provázena hlubokým podvědomým nádechem.



Preparáty k odstraňování nezdravých stavů vzteku a agrese

- LiverHelp
- LiverDren
- MindHelp
- MindDren
- Cranium
- Emoce



- No Degen
- Ionyx
- Antimetal
- Streson
- NeuroDren
- Mezeg





Překonávání radosti

Radost - emoce srdce

- Prožívání vlastní radosti a úspěchu je ústřední emoce, po které prahne každý člověk. Je to pocit naplnění a sebeuspokojení.
- Radost je nejdůležitější emoce ve smyslu dosahování životních cílů.
- Člověk s výraznou srdeční emocionalitou prožívá radostné citové události a životní situace velmi spontánně. Rychle se dojme a radostí se rozpláče nebo mu zvlhnou oči...

Vztah radosti a strachu

- Strach dokáže překonat radost:
 - pocit dobré nálady pokazí nutkavá představa (často vyvolaná druhým člověkem – někteří lidé jsou mistři na sugerování strachů!).
- Takový strach může zcela pohltit pocit radosti, zvláště pokud neumíme pracovat se svými – často zcela zbytečnými a nepodstatnými – strachy ve smyslu živlovém.

Slovní projevy typické pro člověka, u nějž dominuje radost

- Je to fantastické...
- Jsem tím úplně nadšený/á...
- Je to zcela úžasné...
- Ten koncert byl nádherný...



Vizualizační technika k překonávání euforických pocitů, nezdravých pocitů vítězství a vášní

Vhodná pro člověka pokročilého ve vlastních detoxikačních terapiích, který je schopen si uvědomit patologii těchto emocí.

- **Cvičení č. 1**

Pozorujte své emoce během dne a zkuste si určit situace, kdy máte pocit, že jste nad někým zvítězili nebo ho takzvaně „dostali“.

Může to být také po dosažení nějakého cíle nebo pochvaly. Cítíte, jak to zasahuje vaše srdce a uspokojuje vás to. (Velmi často se od chválícího člověka jedná o podvědomou manipulaci, protože od vás něco očekává.)

Dále jsou to situace, ve kterých si přehráváte svoje vlastní řečové projevy a libujete si v tom, jak jste to dobře řekli.



- **Cvičení č. 2**

Představte si situaci, ve které někdo hasí oheň. (např. hasiče hasící hořící stoh slámy nebo krov domu). Nebo to může být situace, kdy jste doma na své zahrádce pálili suché větve, oheň se rozhořel více, než jste očekávali, a vy jste rychle běželi pro kovec s vodou, abyste oheň uhasili nebo udrželi v mezích.

- **Cvičení č. 3**

V reálné situaci, kdy zažíváte emoci ze cvičení číslo 1, si co nejživěji představte scénu s ohněm, který je hašen vodou. Nemá být uhašen zcela, ale pouze omezen, protože čistý plamen pod kontrolou je pravým živlem posilujícím činnost srdce.

Pokud jste se správně „trefili“ do emoce, následuje po takové vizualizaci hluboký nádech vycházející z podvědomí; je to uvolnění z emocionálního pouta.

Preparáty k detoxikaci okruhu srdce

- Joalis CorHelp
- Joalis CorDren
- Joalis NeuroDren
- Joalis Vegeton
- Joalis VenaDren
- Joalis VenaHelp
- Joalis Emoce



- Joalis No Degen
- Joalis Antimetal
- Joalis Ionyx
- Joalis Ionyx Cs
- Joalis Lymfatex
- Joalis MindHelp
- Joalis MindDren





Překonávání starosti

Starost – emoce sleziny

Člověk s převahou slezinových vlastností:

- projevuje zájem o různé osoby, události nebo věci;
- o těchto osobách (událostech, věcech) přemýšlí, rozebírá je, analyzuje;
- své emoce zařazuje do určitých situací a začíná si dělat starosti.

Typická jsou povolání vyžadující sociální a rodinné cítění: sociální pracovníci, učitelky v mateřské škole, zdravotní sestry, kuchaři, účetní, hospodáři, sedláci apod.



- **Je to emoce strnulých životních postojů a hledání stálých životních jistot.**
- **Živlový prvek starosti je prvek země.**
 - » Tak jako nás gravitace váže k Zemi, stejně tak nám „těžké“ myšlenky nedovolí odpoutat se od stále stejných životních témat.
- **Starost je spojená s hmotnou částí lidské bytosti: jsou určité životní okamžiky, kdy je třeba se řídit rozumem a být takzvaně „nohama na zemi“.**

**Starost, tak jako každou emoci,
je třeba prožívat ve správný okamžik,
po dobu nutnosti a v potřebné míře.**

Slovní projevy typické pro člověka, u nějž dominuje starost



- beru si to na starost
- musím se o něj/ní postarat
- je to třeba nějak vyřešit
- budu na ně hodný
- je to třeba využít
- musíš to jídlo dojíst
- každý problém má nějaké řešení
- to se dá lehce spočítat
- je to třeba ušetřit
- musím si to nejdřív pořádně promyslet

Vizualizační technika k překonávání neustálého rozebírání myšlenek, vnitřních promluv a nezdravých starostí

Vhodné se pro člověka pokročilého ve vlastních detoxikačních terapiích, který si uvědomuje stav nezdravých vnitřních hovorů .

- **Cvičení č. 1**

Sledujte své emoce. Snažte se „přistihnout sami sebe“ a pokuste se vystihnout okamžik, kdy začnete věci nebo události v hlavě příliš rozebírat nebo se vnitřně připravujete, jak co komu řeknete.

To se týká také rozhodování, jestli určitou věc schováte nebo vyhodíte, nebo se příliš obíráte svými finančními úsporami, případně si děláte příliš mnoho starostí o druhého člověka.

Zkuste si tyto okamžiky napsat a večer si je zrekapitulujte.

- **Cvičení č. 2**

Představte si rozoranou úrodnou půdu. Krásnou hlínu, do které jsou zasazeny stromy. Stromy rychle, rostou – síla kořenů překonává zemi – DŘEVO podmaňuje ZEMI. Nahromaděná energie má být využita pro dynamickou akci, v sílu rostoucího stromu.

Emocionálně to představuje opuštění strnulého postoje a odpíchnutí se z místa novým směrem.

- **Cvičení č. 3**

Jestliže se v konkrétní situaci přistihnete, že příliš přemýšlíte nebo kalkulujete, okamžitě si na několik sekund představte dynamickou scénu kořenů stromu, které prorůstají zemí.

Jakoby zázrakem pocítíte, že nutkání rozebrat věc nebo situaci mizí. Pokud jste vše provedli správně, úleva se dostaví v podobě hlubokého nádechu, který vychází z vašeho podvědomí.

Preparáty k odstraňování nezdravých slezinových emocí

- VelienHelp
- VelienDren
- MindHelp
- MindDren
- Cranium
- Emoce



- No Degen
- Ionyx
- Antimetal
- Streson
- NeuroDren
- Mezeg





Překonávání smutku

Smutek – emoce plic

- Smutek je pocit psychického propadu, který vnímáme uvnitř hrudi, plícemi. Souvisí s lidskou vůlí. K okruhu orgánů plic patří též lidské svědomí.
- **Smutek je ve své podstatě kladná emoce. Slouží totiž k opouštění starých a již nefunkčních citových vazeb.**
- Pro svoje duševní zdraví uděláme mnoho, jestliže se naučíme smutek a pocit viny v sobě rozeznávat a poté s nimi pracovat.

- Ke smutku patří prvek kov (například ostrý meč).
- Tento prvek se překonává živlem ohněm, protože je-li oheň dostatečně silný, dokáže železo roztavit.
- Archetypy živlů bytostně souvisejí s prožíváním lidských emocí.
- **Depresi a smutek tedy zaženeme a překonáme radostí nebo láskou.**



Slovní projevy typické pro člověka, u nějž dominuje smutek

- je to špatný,
- vidím to bledě,
- vidím to černě,
- nic nemá cenu,
- zůstal jsem sám,
- ujel mi vlak,
- všechno se... (pokazilo),
- stojí to za... (dosad'te výraz dle svého uvážení).



Vizualizační technika na překonávání každodenních smutků

Vhodná pro člověka pokročilého ve vlastních detoxikačních terapiích.

- **Cvičení č. 1**

Pozorujte své emoce během dne a zkuste si přesně určit, v který okamžik a jak dlouho pocítujete smutek. Tyto okamžiky si zapište a na konci dne spočtete.

Zkuste také definovat příčinu svého smutku. (Pozor, nepleťme si smutek a tíseň se strachem a úzkostí; pro začátečníka bývají někdy tyto pocity v jemných odstínech těžko rozlišitelné.)



- **Cvičení č. 2**

Představte si rozžhavené železo v ohni (např. kovářskou výheň). Podržte tento obraz v paměti co nejdéle tak, aby představa nebyla rušena jinými myšlenkami.

- **Cvičení č. 3**

Jakmile začnete v konkrétní situaci pociťovat smutek (už jste se jej naučili poznávat v prvním cvičení), okamžitě si vizualizujte scénu tavícího se železa ze cvičení číslo dvě.

Ucítíte, že vás smutek jako zázrakem přejde – je roztaven, neboť živel ohně (radost, spokojenost, štěstí, láska) přemáhá prvek kovu (smutek, bolest, lítost).



Preparáty k odstraňování nezdravého emocionálního stavu smutku



- Joalis RespiHelp
- Joalis RespiDren
- Joalis Pulmo
- Joalis Emoce
- Joalis NoDegen
- Joalis Streson

- Joalis MindHelp
- Joalis MindDren
- Joalis Cranium
- Joalis NeuroDren
- Joalis Vegeton
- Joalis Enternal



Překonávání strachu

Strach, úzkost – emoce ledvin

- V psychologické literatuře bývá úzkost definována jako stav mysli, kdy člověk nezná příčinu svého emocionálního stavu.
- Na druhé straně strach bývá vztažen k něčemu konkrétnímu (člověk si příčinu svého strachu dobře uvědomuje).



© Joalis s.r.o.
Všechna práva vyhrazena

- Strach může fungovat pozitivně v tom smyslu, že člověku určuje mantinely, ve kterých může žít spokojený život.
- **Je to emoce, která zachraňuje holý život. Následkem vyplavení stresových hormonů pobízí k další akci, často vedoucí k záchraně života nebo nějaké životní hodnoty.**
- Příliš časté a intenzivní nebo příliš dlouhé prožívání strachu patří k nejhorším emocionálním stavům lidské mysli.
- Pokud si je člověk schopen tyto stavy mysli uvědomit, je to první krok na cestě ke zvládnutí často zcela zbytečných a neopodstatněných obav.



- Důležitým orgánem řadícím se k okruhu orgánů ledvin jsou kosti.
- Větší koncentrace olova v kostech bývá v literatuře o toxikologii spojována s úzkostnější povahou člověka.

**Odstranění mikrobiálních ložisek z kostí
je prvním předpokladem k úspěšnému
překonání vlastních strachů a neschopností.**



Slovní projevy typické pro člověka, u nějž dominuje strach a úzkost

- to se nestíhá
- musím to udělat
- to se nesmí dělat
- to je nebezpečné
- jen aby se mu nic nestalo
- jed'te pomalu
- apod.



Vizualizační technika k překonání každodenních strachů, obav a nejistot

Vhodné pro člověka pokročilého v detoxikačních terapiích, který si dokáže uvědomit nesprávnost takové emoce vzhledem k prožívané životní situaci.

- **Cvičení č. 1**

Sledujte své emoce a zkuste si přesně určit, v který okamžik a jak dlouho pociťujete obavy nebo strach.

Okamžiky strachu si večer zapište a pokuste se přesně definovat jejich pravou příčinu a objekt, ke kterému je strach vztažen. (Odlišujte pečlivě od prožívaných smutků nebo propadů nálady – smutek a strach jsou dvě zcela odlišné emoce!)



- **Cvičení č. 2**

Představte si klidně plynoucí řeku a uvědomte si přesně břehy, ve kterých řeka teče. Podržte si tento obraz ve své paměti. Projděte se kolem řeky, kterou máte rádi, a zapamatujte si atmosféru a živlové podrobnosti tohoto okamžiku.

- **Cvičení č. 3**

V konkrétní situaci, v níž prožíváte strach, si vizualizujte klidně plynoucí řeku a soustředíte se na její břehy. Řekněte si: „Řeka má svoje břehy.“ Pokud jste vše provedli správně, ucítíte, jak vás pocit strachu jakoby zázrakem opustil, protože jste si uvědomili jistotu, se kterou je plynoucí řeka udržena v březích.

Opuštění emoce strachu by mělo být doprovázeno úlevným a hlubokým nádechem, který vychází spontánně z podvědomí.

Možná jste to už ve svém životě zažili.

To, čeho se opakovaně bojíme, se nám po čase stává.

Správně bychom tedy měli myslet pozitivně, abychom se vyhnuli všem zbytečným strachům o sebe a o své blízké.

Preparáty k odstraňování emoce strachu

- Joalis UrinoHelp
- Joalis UrinoDren
- Joalis Antimetal Pb
- Joalis Antimetal Cd
- Joalis Antimetal
- Joalis Emoce
- Joalis NoDegen
- Joalis OsteoDren
- Joalis InfoDren KI
- Joalis MindHelp
- Joalis MindDren
- Joalis Cranium



- Joalis OmanDren (od 06/2009)
- Joalis OpedDren (od 06/2009)
- Joalis CraniDren (od 06/2009)
- Joalis VerteDren (od 06/2009)

