



Uwolnić emocje

Buzują, gdy nie nadajemy im własnego ujścia. A w nas wręcz aż kipi ciśnienie wewnątrz ścian naczyń krwionośnych.

Buzują, gdy nie nadajemy im własnego ujścia. A w nas wręcz aż kipi ciśnienie wewnątrz ścian naczyń krwionośnych.

Emocje to reaktywny bufor na zastany stan rzeczy. Pozwala na wyrazistsze odbieranie bodźców z zewnątrz. Charakterystyczne dla osób raczej wrażliwych względem otoczenia. Inaczej zadusimy się sami we własnym nastroju. Otoczenie potrafi w idealnym wymiarze manipulować w pozytywny sposób ludzkimi wrażeniami. Ludzie muszą jakoś reagować na inne rzeczy, otrzymywanych od innych ludzi lub zjawisk. Niekoniecznie para(nie)normalnych!

Łzy wyrażają zarówno dobre, jak i złe emocje, radość i smutek. Często zbiera mi się na płacz. W przeróżnych okolicznościach. Dobrej i złej zmiany w moim życiu. W przeciwnym wypadku byłabym kompletnie nieczuła na piękno, krzywdę czy inne losowe zdarzenia. Moja osobowość zależna jest od dwóch różnych głosów - diabelski i anielski. Czasem się tak ze sobą tłuczą, że strach pomyśleć co byłoby gdyby się nawzajem nie dogadali.

Dogadują się każdego zwykłego, codziennego dnia. Więc chyba nie jest źle. Źłe będzie dopiero wtedy, gdy przestaną ze sobą rozmawiać. Rozmowa to najlepszy sposób na rozwiązanie zawitych konfliktów nawarstwionych od lat! Fakt, że nie potrafimy się z sobą komunikować staje się coraz bardziej widoczny.