

# Jak se zbavit problémů, stresu a strachu z kosmetické vady, několik možností řešení

## Ona:

"Mám takový zvláštní problém, který bych ráda vyřešila bez lékařů, nebo spíše bez léků - chemie, co předepisují.

Rozhodně v mém problému hraje velkou roli stres a strach. Tento problém před přítelem úspěšně tajím, i když je to často velmi složité. Snad mi to vše vysvětlíte, pomůžete pochopit a zbavím se problémů.

Já zkrátka věřím tomu, že stres a takové to "nemám se rád" hodně ovlivňují a ubližují tělu a zdraví, ale i přesto, že tomuhle věřím, stejně v to propadám, takže to vše je potom neskutečný kolotoč, zamotané klubíčko, nebo třeba i spirála, pořád se to tak dokola opakuje a vším tím strachem a stresem zveličuje, že potřebuji pomoci, potřebuji tomu všemu porozumět a poradit, co dělat."

Co mě trápí - to je dle mého názoru přílišné ... (nebo také malé, velké, časté apod.)"



## Já:

Děkuji Vám za důvěru. Vynasnažím se zde dle svých možností a času trochu objasnit Váš problém a nalézt - nastínit několik variant jeho možného řešení. Každý problém má své řešení, jen my ho někdy nevidíme. A každý problém je řešitelný, možná že ne hned, ale postupně určitě.

## Co je podstatné:

Váš případ není neobvyklý. Máte relativně štěstí, že se nejedná o žádnou vážnou nemoc nebo tělesnou vadu, která by Vám jakkoli znemožňovala normální život, ale jedná se o jev, který nijak nezasahuje do celkové funkce Vašeho organismu, neohrožuje a ani neomezuje žádné základní ani žádné jiné životní funkce tělesné či duševní. To je na tom podstatné a důležité.

## Psychický dopad:

Jedná se víceméně o kosmetickou vadu, která Vám způsobuje problémy akorát v oblasti psychické, a to tím, že narušuje Vaše sebevědomí, což vás do jisté míry stresuje a způsobuje i strach z možného zhoršení tohoto stavu. Cítíte se trapně, provinile, prožíváte pocity studu, hanby, zkrátka máte z toho mindrák a jste z toho nešťastná. Snažíte se ten problém všemožně a úspěšně skrývat, protože máte strach a obavy, že až to Váš přítel zjistí, tak Vás opustí.

Vaše sebevědomí je ale pouze a jen váš pocit, Vaše mínění o sobě, sebehodnocení Vaší osoby, v tomto případě po její vnější fyzické stránce. Toto sebevědomí je však Vámi plně ovlivnitelné.

Tímto názorem, který je pro Vás trpkou realitou, se však nijak nesnažím snižovat význam sebevědomí pro člověka a zejména pro dívku nebo mladou ženu a plně chápu Vaši zoufalou snahu o nějaké, jedno jaké, ale hlavně rychlé a účinné řešení tohoto, pro Vás nepříznivého stavu. Pouze tím naznačuji, že se zde jedná z hlediska celkového posuzování a komplexního hodnocení Vaší osoby jako člověka o nepříliš významný, i když nezanedbatelný kosmetický detail.

Mi osobně by taková Vaše malá kosmetická vada třeba zase až tolik nebo vůbec nevadila, ale na rozdíl od Vašeho partnera mám už jisté životní zkušenosti a vím, že jiné Vaše vlastnosti, které jsou pro život důležitější než dokonalý vzhled, takové menší kosmetické vady často hravě překryjí. Nikdo totiž není úplně dokonalý a nikdo není úplně zdravý. A nic není ideální. To je normální.

Nejsou to přímo nějaké velké vady, které by Vás snad nějak vážně omezovaly v čemkoli, jsou to vlastnosti, kterými se lidé od sebe liší. Každý člověk je vně i vnitřně jiný a svým způsobem je originální. A každému se líbí něco jiného, každý má rád něco, co se třeba zase nelíbí druhému. Tak to prostě je a s tím nic nenaděláme.



## **Příčiny vzniku problémů:**

Důvod výskytu daného problému nebo stavu je možné dohledat geneticky a genealogicky pátráním u Vašich předků, v takovém případě by se jednalo o dědičný problém. Geny máte dané a ty nezměníte.

V tomto případě by mohla pomoci léčba klasickou medicínou, s využitím nějakých moderních metod a postupů, například laserem nebo ozařováním, nevím, nejsem v tomto oboru specialistou. Zde by, namísto běžného dermatologa nebo kožního ambulantního lékaře či jiného praktika, mohlo účinně a pro Vás efektivně pomoci nějaké specializované, odborné, renomované, klinické nebo výzkumné pracoviště. Jeho nalezení a výběr je na Vás. Takový zásah může být velice účinný a efektivní, avšak taková pracoviště obvykle fungují na komerčním principu, zásahy většinou nejsou hrazeny pojišťovny a tak se Vám taková pomoc může značně prodražit.



Pakliže by se u Vašich předků tento problém nevyskytoval, mohlo by se jednat o problém způsobený určitými zevními příčinami. Každý stav má vždy svůj důvod a původ. Tyto příčiny mohou být různé, může se jednat o následky způsobené nevhodnou životosprávou, výživou, úrazem, nevhodnou péčí, používáním nevhodných a nekvalitních přípravků, prostředků, pomůcek nebo materiálů. Velké škody také působí nadužívání léků a jiných chemikálií a drog. Každý člověk reaguje na stejné věci jinak.

Některé stavy mohou zapříčinit i nějaké traumatické zážitky nebo události v dětství. Může se také jednat třeba o nějaký zapomenutý a zdánlivě bezvýznamný zážitek, ovšem s určitými následky. Tyto následky svou formou mohou a nemusí mít nijaký vztah k původní traumatizující události. Taková událost bývá právě oním spouštěčem následných fyziologických a následně i psychických nežádoucích jevů.

Může se také jednat i o následky způsobené vědomou nebo nevědomou - podvědomou činností. Negativní nebo pozitivní činností s negativním dopadem. K tomu stačí i pouhá myšlenka. Jedním ze zákonů Vesmíru je, že myšlenky se zhmotňují. Dlouhodobé setrvávání na určité myšlence podpořené živými vnitřními obrazy zajistí jejich praktickou realizaci a zhmotnění.

S tím souvisí i prokázaný fakt, že čím více se věnujete tomuto svému problému, čím více času tomu věnujete, tak tím více energie tomu problému dáváte, tím jej touto energií živíte a tím ten problém u Vás nabývá na velikosti. To nelze dělat do nekonečna, k ničemu dobrému to nevede a je to sebezničující.

Nepředpokládám, vzhledem k Vašemu věku, že by Váš stav mohl být následkem nebo důsledkem působení nějakých magických nebo okultních praktik, například woo-doo, černé magie, jako formy cíleného útoku nebo nějaké msty někoho skrze šamana, i když i to se stává. Dokonce je možné i karmické zatížení. Do boje se zlem a negativními energiemi se však za druhou osobu a za žádnou cenu nikdo nepouští, a to z více důvodů a je to i nebezpečné. Existují však na to určité rituální obřady, avšak je to drahé, pokud má být účinné, a výsledky nemusí být jisté a dlouhodobě trvalé a pak je třeba tyto rituální obřady podle potřeby opakovat.



### **Klasická léčba:**

Každý člověk je jiný, a proto rady a metody jiných takto podobně postižených, které se vyskytují na internetu, nemusí vůbec platit i pro Vás. Rovněž tak i různé léky, které jsou založeny na různých principech léčby, působí na každého jinak. Například dermatolog také neví co s tím, a tak zkouší různé léky a procedury, které běžně u jiných pacientů v těchto případech s úspěchem zabírají.

Následky traumatizujících událostí a zážitků, třeba z dětství, může vyřešit vhodná forma spolupráce s dobrým psychoterapeutem, psychologem, popřípadě psychiatrem, jako možné, účinné a relativně i rychlé řešení na Váš nedobrý fyzický i psychický stav. Může pomoci i hypnóza. Z psychiatrů nemějte obavy, účinně Vás pomohou zbavit případných vzniklých stavů strachů, tísně a depresí.

Je zapotřebí mít na paměti, že lékař může výběr léků na dané problémy nebo léčebné procesy volit z více možností, zkoušet, nebo třeba i volit daný lék jen podle jeho vztahu k výrobcí nebo distributorovi tohoto léku či zdravotnického zařízení. To nemáte možnost ovlivnit. Samozřejmě i většina léků má i své vedlejší účinky, které mohou být i více škodlivé než užitečné. Každý organizmus je jedinečný a reaguje na stejné věci jinak.

## Alternativní léčba:

Možnosti alternativní léčby jsou v těchto případech účinnější spíše na psychickou část osob a řešení psychických problémů v souvislosti s existencí kosmetických vad, a to z důvodů obtížné a nejisté úspěšné realizace změn již existující a funkční tkáně podle přání a potřeby dané osoby. Nicméně je možné působit na ně účinně centrálně, a to pomocí NLP - neuro-lingvistického programování mozku či v některých případech i využitím sugescí či autosugescí anebo hypnózy či autohypnózy, třeba i s využitím vizualizace vnitřních obrazů nebo meditace a transu.

Myšlenky se zhmotňují a to, co očekáváme, to má tendenci se naplnit. Obavy a strach vyrůstají z chybně vedené negativní síly představivosti a způsobují stavy velmi škodlivého stresu. Strachu je potřeba se co nejrychleji zbavit a naučit se začít používat svou představivost pro zlepšení svého života.



Zastavit nebo aktivovat růst nějaké části těla nebo orgánů či změnit jej podle svých představ třeba působením nějakých energií někým, a to kontaktně, bezkontaktně nebo i na dálku lze, v tomto případě to v praxi znamená působit na kožní (či jakoukoli jinou) tkáň nebo orgán určité části těla různými, podle potřeby pozitivními (pro růst či zvětšení) i negativními (pro zmenšení či zánik) energiemi, což má samozřejmě svůj dopad i na ostatní okolní tkáně a orgány, neboť vše je propojeno a všechno se vším souvisí.

Je velmi obtížné prakticky působit a ovlivňovat - jakkoli měnit, aktivizovat a stimulovat nebo naopak ničit a likvidovat každou jednotlivou část těla zvlášť, podle své vůle, přání a představ, a to ani ty chtěné či nechtěné části, které ještě nevznikly a které budou vznikat či zanikat časem později v budoucnu.

Pokud vycházíme z mnohaleté praxe, kdy je tělo pomyslně rozděleno na cca 7 čaker, které jsou vnímány jako samostatné a autonomní funkční oblasti, které mají navíc každá svou jinou vibraci, není proto takto možné působit aktivizačně nebo destruktivně například na větší část těla, přesahující do jiných čaker, s cílem uskutečnění nějaké její změny. Je ale možná její harmonizace.

Takovéto úspěšné cílené působení by způsobilo revoluci, když by se takto dalo například stimulovat a aktivizovat růst vlasů při léčbě plešatosti u mužů, nebo naopak způsobovat trvalé depilace u žen, a pokud by to přece někdo dokázal, stal bych se nejbohatším člověkem na zemi. Pohládl by párkrát pleš nějakému miliardáři nebo celebritě nebo pohládl ženu, kde to ona potřebuje mít bez chlupů a bylo by navždy hotovo. Takto to však - zatím - nefunguje.

## Resumé a závěr:

Je dobré svěřit se vhodným způsobem při nějaké vhodné příležitosti se svým problémem partnerovi (stejně k tomu jednou dojde), a to i za cenu rizika jeho případné ztráty. Čím dříve k tomu dojde a pravda vyjde najevo, tím lépe pro Vás. V tomto případě nemusíte ztráty nijak litovat, nebylo o koho a o co stát. Získáte jistý důkaz síly a trvalosti jeho vztahu k Vaší osobě jako celku, taktéž odhalíte i jeho pravý charakter. Nebo mu to můžete dát najevo třeba nějak nenápadně, náhodně či přirozeně a neklást přitom na to důraz, nepřisuzovat tomu žádný velký význam.

Tím můžete získat rovnou dvakrát, a to v obou případech. Za prvé si ověříte jeho charakterové vlastnosti, například povrchnost, přílišný důraz na fyzický vzhled před jinými, pro zodpovědný život mnohem důležitějšími lidskými a psychickými vlastnostmi. A za druhé se sama před sebou rychle a navždy zbavíte svých obav, mindráků a nízkého sebehodnocení. Posílíte se, získáte jistotu a sebevědomí. Pak odpadnou i Vaše obavy, stresy i strach z budoucnosti.

Vím, že se Vám tento způsob řešení Vašeho problému bude zprvu zdát těžký, možná až nepřekonatelný, ale stejně se mu časem nevyhnete a čím dříve jej uskutečníte, tím dříve, skoro téměř okamžitě se zbavíte svých psychických problémů, stresu, strachu, nejistoty, obav atd. a začnete si normálně a v klidu užívat svého života.



Dobré je také spojit se k řešení problémů a využít společné energie, která se nesčítá, ale synergicky násobí. Když se sejde skupina stejně nebo podobně postižených lidí, kteří jsou nastavení na dosažení svých cílů, výsledků a na posun v životě kupředu, mohou se začít dít skvělé věci. Protože když se takto orientovaná skupina lidí sejde a mluví o svých problémech a nápadech, jak je řešit, hovořit o svých ideálech a vizích, neboli o pozitivní budoucnosti, vznikne mnoho energie, nadšení, inspirace a motivace, která každému zúčastněnému dodá mnoho energie k posunu kupředu.

Je nezbytné začít nezávidět druhým relativní povrchní dokonalost a přát jim úspěch. Závidět znamená mít pocit, že ostatní mají něco, co Vy nemůžete mít. Závist dokazuje omezené nastavení Vaší mysli a to negativně ovlivňuje Vaši prosperitu. Není potřeba komukoli cokoli závidět. Není potřeba nepřát druhým úspěch anebo být zklamaný tím, že druzí úspěchu dosahují nebo dosáhli. Každý může dosáhnout úspěch svým vlastním unikátním způsobem, a když ho dosáhne jeden, tak to neznamená, že Vy ho dosáhnout nemůžete.

Pokud jste si nejistá, když jde o Váš osobní vzhled, udělejte něco pro sebe. Jděte si koupit něco nového, zajděte si ke kadeřníkovi, zhubněte pár kilogramů. Mějte se ráda taková, jaká jste. Jakákoliv akce je vždy lepší než jen sedět, naříkat si a mít strach a stres a být nespokojená a nešťastná. A to, na co se zaměřujete, to bude vždy stále růst.



Tyto Vaše problémy jsou řešitelné, záleží to pouze na Vás. Vše je takové, jaké to sama chcete, aby to tak bylo, a všechno bude takové, jaké to budete sama chtít mít. Přečtěte si tento článek v klidu, přemýšlejte o obsahu jednotlivých odstavců a sama naleznete své, pro Vás nejvhodnější řešení, které se tam již nachází. K tomu Vám přeji odvahu, sílu, hodně pozitivní energie a jistý úspěch.

Otakar Almatir Jalůvka

+420 608 665 185

[otakar@jaluvka.com](mailto:otakar@jaluvka.com)

<http://www.jaluvka.com>

<http://www.jaluvka.com/esoterika-psychotronika-biotronika-lecitelstvi-energie.htm>

<http://www.jaluvka.com/Jak-se-zbavit-problemu-stresu-a-strachu-z-kosmeticke-vady-nekolik-moznosti-reseni.pdf>

**Copyright © 2021 Otakar Jalůvka. Všechna práva vyhrazena. All rights reserved.**