Informacja prasowa Warszawa, czerwiec 2024

**Gdy wali się świat… Twoje życie się nie kończy, lecz zmienia!**

**Czasami tak jest, że wali się świat i wszystko wymyka się spod kontroli. Czasami wpadamy w tunele rozpaczy. Nie wiemy, jak żyć, nie mamy pojęcia, co robić, nie widzimy sensu dalszego istnienia. Czasami wolelibyśmy zniknąć.**

Powodów tego krytycznego stanu może być wiele – rozstanie z mężem lub żoną, zdrada, śmierć bliskiej osoby, choroba, wypadek i inne nieszczęścia tego świata. Każdy z ośmiu miliardów ludzi na świecie ma swoją historię, życiową opowieść, podczas której może zdarzyć się rozdział pod tytułem „Rozpacz”.
Ten trudny czas jest jednak tylko momentem, który minie. A może nawet stać się przejściem z jednej
do drugiej rzeczywistości, radykalną zmianą, która w pierwszej chwili będzie trudna do przyjęcia.

*To, co przeżywamy, to doświadczenia, które zawsze nas wzbogacają, nawet jeśli są bardzo trudne* – mówi Inessa Kim, certyfikowana instruktorka NeuroGrafiki, psychotechnologii rozwiązywania problemów, opierającej się na praktyce rysowania. *Większość z nas ma jednak duży kłopot
w zaakceptowaniu trudności, które pojawiają się na naszej drodze życia. Pytamy, czemu to nas spotkało, dlaczego to właśnie nam się przytrafiła choroba, zdrada lub inne nieszczęście. Pogrążamy się w żalu
i rozpaczy często na długie miesiące i lata. Czekamy, aż czas uleczy rany, aż opadną emocje i… cierpimy. Tymczasem można inaczej spojrzeć na to, co nas spotyka. Na każde doświadczenie można popatrzeć
z wdzięcznością, nauczyć się je akceptować i wyciągać z niego naukę. Bardzo może w tym pomóc NeuroGrafika, która jest uniwersalnym narzędziem do rozwiązywania problemów o różnym stopniu złożoności i pomaga wprowadzić pozytywne zmiany w każdym aspekcie życia.*

Nawet w najtrudniejszym położeniu można dostrzec jakieś promyki nadziei, co w buddyjskim przekazie symbolizuje miód, spływający prosto do ust zawieszonego u wrót studni człowieka, który wskoczył tam, uciekając przed tygrysem i zawisł na gałęzi w obawie przed syczącym na dnie wężem. W buddyjskiej historii obok studni pojawia się gniazdo pszczół i do ust człowieka kapie miód - dobro natury, które choć na chwilę przysłania trudne położenie człowieka.

*Tak naprawdę wystarczy otworzyć oczy i obserwować, co tak naprawdę się dzieje, gdy „wali nam się świat”* – mówi Inessa Kim. *Szczególnie, że, jak w książce „NeuroGrafika - algorytm znoszenia ograniczeń” jej autor – prof. dr hab. Paweł Piskariew przypomina, że „ludzie żyją nie tylko w świecie obiektywnym, ale także w swojej wewnętrznej rzeczywistości, która determinuje wszystko, co im się przydarza”.
Warto więc poznać swoją własną piramidę świadomości, uświadomić sobie wszystkie warstwy bytów
i przybliżyć się do jaźni, która daje dostęp do całkowitej odbudowy organizmu, odnowy i przemiany. Dzięki temu osiągniemy harmonię i poczucie spełnienia niezależnie od tego, co nam się będzie przytrafiać. Dzięki temu kłopoty, które będą pojawiać się w życiu, przyjmiemy z wdzięcznością
i zamiast poddać się rozpaczy, poszukamy najlepszego możliwego rozwiązania.*

Inessa Kim podkreśla, że naprawdę każdy może opanować mechanizmy zmiany i transformować nagatyw w pozytyw na wszystkich poziomach świadomości. W tym celu ekspertka inicjuje kampanię „Zrób z cytryn lemoniadę”, w ramach której przekaże wskazówki, jak sobie pomóc w skrajnych życiowo sytuacjach. Kampania skierowana będzie do wszystkich, którzy przeżywają poważny kryzys, trudności życiowe, żałobę, rozstanie, są "na zakręcie" i nie widzą sensu życia.

**Inessa Kim** to Mistrzyni Transformacji, mentorka ekspertów, certyfikowana instruktorka NeroGrafiki - twórczej metody, która pomaga w realizacji celów i spełnianiu marzeń, bazującej na współdziałaniu świadomej i nieświadomej części psychiki, łącząc techniki graficzne, które dają nam możliwość pracy z samym sobą i wchodzenie w interakcję ze swoim otoczeniem i światem jako całością. Miłośniczka gotowania i podróży. Mama wyjątkowej córki w spektrum autyzmu.
Entuzjastka życia na własnych warunkach, przerabiająca życiowe „cytryny” na pyszne i orzeźwiające „lemoniady”.

Więcej na stronie: [www.inessakim.com](http://www.inessakim.com) i na Instagramie: <https://www.instagram.com/neurograff.inessakim/>

Kontakt dla mediów: Karina Grygielska, Agencja Face It, e-mail: k.grygielska@agencjafaceit.pl, tel. +48 510 139 575