



«Με τη δύναμη της βούλησης ο άνθρωπος αλλάζει τον εαυτό του. Με τη δύναμη της αγάπης αλλάζει τους άλλους. Με τη δύναμη της σκέψης αλλάζει τον κόσμο»

Ταγκόρ Ρ.

Βρισκόμαστε σε μια συνεχή αναζήτηση από το εξωτερικό μας περιβάλλον, τρόπων αποκατάστασης, υγείας, εξομάλυνσης και θεραπείας. Συμβουλευόμαστε γιατρούς, φαρμακοποιούς, θεραπευτές, φίλους, συγγενείς, συντρόφους και είναι πολύ μακριά η λίστα των υποψήφιων συμβούλων .

Άλλες πάλι φορές παίρνουμε την ατομική μας ευθύνη και αποφασίζουμε εμείς για εμάς, παρέα όμως (δυστυχώς) με τον εγωκεντρισμό μας, την ακατάπαυστη παλικάρισμα αλαζονεία μας, την μυστικοπάθεια μας και την ατέρμονη ενοχοποίηση της κοινωνίας και των συνανθρώπων μας. Με αυτό τον τρόπο δικαιολογούμε την ατομική μας εικόνα, πρόθεση, προσωπικότητα και όλα τα κακά της μοίρας και της αποτυχίας μας. Το δημιούργημα του εαυτού που βλέπουμε απέναντί μας ως είδωλο στον καθρέφτη, είναι απόρροια, αποκλειστικά προσωπικών επιλογών και αποφάσεων χρόνια πριν. Από τότε που πήραμε τη ζωή στα χέρια μας και είχαμε την προσωπική ευθύνη της ψυχολογίας, του βάρους μας, της κοινωνικής, επαγγελματικής και προσωπικής μας ζωής και καθημερινότητας.

Αποτελούμε ένα ΜΕΓΑΛΟ δημιούργημα, στη μικρή και περιορισμένη ζωή, που ο κάθε ένας από εμάς, δημιουργεί το σύνολο, την οικογένεια, την κοινωνία, τη χώρα μας, τη ζωή, τις αξίες, τη **ΣΥΝΕΧΕΙΑ...**

## Πόσο ικανοποιημένοι δείχνουμε;

Μπορούμε σαφώς και καλύτερα... Μέσα από ατομική προσπάθεια και σκληρή εργασία με τον εαυτό μας, με μικρές κάθε φορά αλλαγές. Το μεγαλύτερο ταξίδι ξεκινάει με ένα βήμα, αρκεί ο φακός να είναι εστιασμένος και στραμμένος πάνω στον κάθε έναν από εμάς. Ανακαλύπτοντας αρχικά και καλλιεργώντας στη συνέχεια όλα τα **αυτό...** που μας συνθέτουν -ως το πιο νοήμων όν στη γη. Επενδύοντας λοιπόν στην αυτοεκτίμηση, στον αυτοσεβασμό, στην αυτονομία, στην αυτό συγχώρεση με στόχο την αυτοεπίγνωση, είναι ήδη σκληρή και χρονοβόρα καθημερινή εργασία για να μας μείνει χρόνος για καυστικά σχόλια, ανταγωνιστικές διαθέσεις και κανιβαλικές συμπεριφορές απέναντι στο συνάνθρωπο.

Παρέμεινε στο εσωτερικό σου περιβάλλον, έλεγξε τα συναισθήματα, τις συμπεριφορές και τις σκέψεις σου, **αγάπησε** τον εαυτό σου και θα γίνεις το παράδειγμα προς μίμηση για εσένα, το συνάνθρωπο, την οικογένεια, την κοινωνία που ζεις, τον κόσμο που σε περιβάλλει.

Τη **συνέχεια** καθώς αποτελείς το αναπόσπαστο κομμάτι της.....

Σε ότι αφορά τώρα τον υποψήφιο θεραπευτή και επαγγελματία υγείας της Alternative Thinking, θα είναι απαραίτητο να ενεργοποιήσει την ατομική του αυτογνωσία στην έννοια της αυτό ίασης. Δεχόμενος στη συνέχεια τις προσωπικές αλλαγές μέσα από τη θεωρία και τη πρακτική εφαρμογή της εκπαίδευσης του(στο τρίπτυχο νους ψυχή και σώμα), έχει επιτύχει σε ένα βαθμό την αυτό θεραπεία του. Μαθαίνει τέλος να κατοχυρώνει τις ατομικές κατακτήσεις του και μοιραία στη συνέχεια γίνεται η μίμηση για τον συνάνθρωπο πάσχοντα, με στόχο τη μεταλαμπάδευση της **θεραπευτική συνείδησης**.

Άννη- Ρωξάνη Τσιοπανά

ΠΕΚ. 1997 Ειδική εφαρμογών αισθητικής/ Επαγγελματίας Ρεφλεξολόγος / Διαπιστευμένη Σύμβουλος Ορθομοριακών Διατροφικών Συμπληρωμάτων/Διαπιστευμένη Θεραπεύτρια μυο-περιτοναϊκής αποκατάστασης Luigi Stecco/Εισηγήτρια Φυσικών Εναλλακτικών Επιστημών/Επινοήτρια των ειδικοτήτων ΒΒΜΤ και Αντανεκλαστική Κρανιο-παθητική/ Ιδιοκτήτρια της «**Εναλλακτικής Σκέψης**».

**Σκέπτομαι... Δρω... Υλοποιώ... Εναλλακτικά... Ορθομοριακά**

a.r.tsiopana