

Шла на гипномедитацию с двумя задачами: похудеть и заработать денег. Ум из двух выбрал - заработать денег (это мы выясняли на обсуждении запроса), а вот подсознание хотело похудеть. Это выяснилось в медитации: пришли образы того, что давно хотела попробовать прогулку на sup-борде. Подумала - сделала. И вот на следующий день я уже плыву. Вес к понедельнику резко пошёл вниз 🐱🥳. Подсознание знает что нам нужно.

Юля, я тебя хочу нереально
поблагодарить и хочу ещё
проработать именно с тобой пару
там фактов в жизни.

1. за неделю я не впала ни а одну
паническую атаку, хотя ооочень
хотелось... я уже сама себя
накручивала ... но не удалось
впасть ни разу

Юля, хочу ещё раз тебя поблагодарить за вчерашнюю медитацию 🙏 до 3-4 ночи не могла уснуть, было много классных мыслей в голове, что-то записала и хочу это реализовать. После медитации я была бодра и полна сил, решила многое из запланированного на день. До сих пор пребываю в состоянии, что мне нравится, походу поймала волну 💕💕

14:53

Как здорово, что я обратилась к Юле на консультацию по выбору дальнейшего

Пути. Профессиональное становление, дальнейшее развитие и деятельность в социуме играет для меня важную роль, так как мне бы хотелось быть максимально полезной но в тоже самое время двигаться наиболее кратчайшие интересным путем и с удовольствием. Сегодня наша с Юлей сессия подтолкнула меня к действиям. Я стала точно более уверена в себе и, что самое главное, у меня есть чёткий и ясный план действий.

Спасибо!

По самочувствию – всё хорошо, меньше хочу есть, иногда всё же балую себя пятничными трапезами, но не набрасываюсь на еду, не переедаю, спокойно наслаждаюсь, после обязательно прогулка пешком (чтобы растряситься 😊). В целом, такого бешеного аппетита нет, наоборот стараюсь его приглушить свежавыжатым соком (беру его с собой везде в маленькой бутылочке 250 мл). Чувство лёгкого голода даже нравится. Вообще стала больше нравиться диетически еда, будто с ней легче и по состоянию, и по ощущениям. По см объемам пока изменений немного, уменьшаются щеки, шея, ключица, бока слегка))))

Я благодарна вам. Во время сессии я увидела преимущества и недостатки при смене сферы деятельности. Определила какие конкретные шаги должна сделать для достижения своей цели , их последовательность.

После сессии чувство удовлетворённости, радости, я расслабилась, снялось напряжение в плечах, которое было в начале сессии.

Юль, спасибо тебе огромное за проведённую сессию. До разговора с тобой, я реально не знала какие цели хочу поставить сейчас, было сложно определиться в каком направлении хочу двигаться, ты с помощью своих вопросов помогла мне же самой ответить себе, понять себя. Благодарю тебя 🙏 и в дальнейшем буду обращаться только к тебе, с тобой комфортно, спокойно, нет чувства неловкости! ❤️