

Sretnu svakodnevicu stvaramo sami

Nikada ne podcjenjujte moć pozitivnog mišljenja! Autorica Ljiljana Trkulja napisala je iznimno vrijednu knjigu kroz koju iznosi niz praktičnih psiholoških tehnika - vizualizacija, iscjeljivanje unutarnjeg djeteta i ostale moćne tehnike s radionica - koje su joj pomogle u borbi protiv multiple skleroze. No one su isto tako primjenjive i u svakodnevnom životu prepunom stresa

U utorak 30. lipnja u Bjelovaru će biti predstavljena knjiga autorice Ljiljane Trkulja "Misli koje život znače". O knjizi će govoriti Boris Blažinić, ravnatelj Instituta za kvalitetu i razvoj ljudskih potencijala, te Dragica Matković-Vrabec, neurologinja u Specijalnoj bolnici za medicinsku rehabilitaciju u Varaždinskim toplicama.

Knjiga je, zapravo, prvi hrvatski reality-selfhelp (nešto kao "It's not about bike" Lancea Armstronga). Napisala ju je hrvatska poljoprivrednica, majka dvoje djece kojoj se život promijenio u trenu - veselu svakodnevicu je uzdrmalo saznanje da boluje od multiple skleroze. Usprkos neveselim medicinskim predviđanjima, autorica je - uz pomoć psihologa i psihijatra Borisa Blažinića, ravnatelja Instituta za razvoj ljudskih potencijala, te njegovih radionica za ljude pogođene psihosomatskim oboljenjima - otkrila unutarnju snagu te niz načina kako, radom na svojoj Svijesti, djelovati i stvarati svoj Život.

U knjizi, osim priče, iznosi niz praktičnih psiholoških tehnika (vizualizacija, iscjeljivanje unutarnjeg djeteta i ostale moćne tehnike) s radionica, a najveća vrijednost djela jest u tome što pokazuje i dokazuje kako je radom na Sebi moguće transformirati svoj Svijet.

Okidač priče - dijagnoza bolesti - jest samo podsjetnik na glavnog krivca za nezdrava stanja 21. stoljeća: stres i sve što on nosi. Njezin značaj prepoznala je i potpredsjednica Vlade Đurđa Adlešić, pod čijim se pokroviteljstvom u Bjelovaru i organizira promocija, a koja je autorici pomogla u pohađanju radionica, posuđujući joj službeno vozilo.

Na promociji će sama Ljiljana Trkulja ispričati svoj put od očaja, straha i nepodržavanja okoline do srećom i mirom ispunjenog života, profesor Boris Blažinić će predstaviti neke od principa po kojima rad na sebi djeluje na cjelovito zdravlje, a gđa. Adlešić će otkriti neka svoja iskustva u procesima ozdravljanja, odnosno puta povratka

čovjeka u zdravo i uravnoteženo stanje života.

Promocija je zanimljiva jer će se prezentirati knjiga koja je izdana prije dva mjeseca, a već je u pripremi drugo izdanje čiji će sav prihod biti namijenjen u humanitarne svrhe, odnosno za oboljele od multiple skleroze. Zanimljiva je i priča s autoricom, jer predstavlja živi primjer o tome koliko je moćna naša Svijest: kako je moguće, promjenom obrazaca, od kojih neki datiraju i iz neshvaćenog djetinjstva, promijeniti kompletan život.

Iznimno interesantan sugovornik u temi je i profesor Boris Blažinić, ravnatelj Centra za razvoj osobnosti, Instituta za razvoj ljudskih potencijala te Soft Skills Academy - premda su njegovi programi psihološkog usavršavanja i osvještavanja većinom usmjereni na poslovni svijet te korporacije, on je niz godina svog rada posvetio upravo oboljelima od psihosomatskih bolesti te kreiranju programa za njihovo iscjeljenje.