

Cauzele Depresiei si de ce nu se poate scapa usor de ea

M-as indurera si mai mult sa vad ca inchizi acest post, fara sa cauti sa faci ceva pentru tine sau pentru cei din jur.

Atat eu cat si tu suntem părtași la ce se intampla cu cei apropiati nouă.

Unii din ei cad in unele momente si nu pot iesi de acolo pentru ca s-au obisnuit sa primeasca ceva din jur ca sa iasă.

Acum știi despre ce vorbesc, te-ai prins ca acest apel de ajutor ti-l transmit acum ție. Mă doare sufletul sa vad oameni care nu vor mai mult pentru ei.

Legea mea e sa dau ajutor celui care vrea si are nevoie.

Celui care a verificat si mai vrea, celui care practica si exersează.

Imi plac oamenii care muncesc cu ei inșiși.

Pe acestia i-as pupa și-n tălpi de fericire, știind că dacă vor munci cu ei, vor fi exemple pentru altii si asa armonia se propagă.

Depresia este o lipsa de autocontrol si armonie in cele 3 funcții mari: gândirea, simțirea și mișcarea. Ele lucrând independent si omul crezând ca sunt unite, ajunge la depresie.

Dezordinea la care unii ajung, m-au facut sa ma gandesc ce pot face ca sa indeplinesc un instrument. Cel mai la indemana a fost sa fac acest [Curs Video](#), [Curs Audio](#) si [Curs PDF](#) despre [Eliminarea Depresiei si a Anxietatii](#) si sa ma pun la dispozitia celui care il parcurge printr-o intalnire Skype ulterioară.

Evident ca multi care stiu deja metodele vor zice: „*n-am eu nevoie, stiu eu mai bine.*” Foarte bine, acestia sa vada ca nici măcar nu pot sa opreasca o reactie de nervi sau de iritare cand un alt om ii provoaca.

Depresia este o forma de autoaparare pentru lipsa de autocontrol.

Ea se propagă in om in functie de numarul actiunilor in care s-a prelungit lipsa de autocontrol.

Înfiorător este că depresia se ia ca si căscatul, de la om la om.

Pentru ca suntem bipezi care se copiază/imită unii pe alții.

Si cand vedem pe unul din jur ca se enerveaza, irita sau aruncă, îi copiem

comportamentul pentru ca mintea noastră nu muncește să găsească soluțiile ei proprii la contextul meu, eu neaflându-mă în contextul altuia – doar o astfel de rațiune poate fi numită sănătoasă.

În săptămâna care tocmai a trecut am pregătit 2 videoclipuri despre cauzele depresiei, te vor ajuta să înțelegi ce este și de unde vine:

[Un Live pe Facebook și Youtube care este aici](#)

[Plus un video din Youtube – 5 Cauze de ce se ajunge la depresie.](#)

Iar dacă ești cutezător și voința ta crește, atunci [Cursul Video](#), [Cursul Audio](#) și [Cursul PDF](#) despre [Eliminarea Depresiei și a Anxietății](#) îți va fi un GHID atât ție, cât și celor din jurul tău care au nevoie de tine.

Rămâi cu bine!