Între conflict

și...

Adevăr Interior

Fems

Fems
ACADEMIA
RENAȘTERII FEMININE

Disonanța cognitivă nu e un concept psihologic rece. E momentul acela în care este o diferență între ce îți spune mintea și ce îți spune inima.





E golul din stomac
când spui „da”, deși
în tine țipă un „nu”.

E zâmbetul forțat
dintr-o relație care s-
a terminat de mult.



Așa arată mintea care se luptă cu inima. Rațiunea care justifică ceea ce sufletul nu mai poate suporta. Și nu, nu e slăbiciune.

E un semn că ți-ai trădat adevărul prea mult timp.

Fems
ACADEMIA
RENAȘTERII FEMININE

Disonanța doare.

Te sfâșie între două lumi — cea în care ești și cea în care știi că ar trebui să fii.

Dar tocmai acolo începe vindecarea:

Fems
ACADEMIA
RENAȘTERII FEMININE

Când ai curajul să te oprești din justificări.

Când nu mai cauți motive, ci liniște.

Când spui: „Asta nu mă mai reprezintă.”

Atunci se reface legătura cu tine însăți.

Fems
ACADEMIA
RENAȘTERII FEMININE

Întreabă-te sincer:

- *Unde în viața mea trăiesc o contradicție pe care nu mai pot s-o port?*

- *Ce adevăr evit să recunosc din frică, rușine sau vinovăție?*

- *Ce mi-ar spune corpul meu, dacă l-aș asculta fără să-l contrazic?*

Fems
ACADEMIA
RENAȘTERII FEMININE

Calea e simplă, dar nu ușoară:

RECUNOAȘTE. SIMTE. ELIBEREAZĂ

Adevărul tău nu are nevoie de scuze — are nevoie de spațiu în care îți recreezi claritatea.

Femeia care renaște nu e fragilă - e sinceră.

Iulia Roxana Oroviceanu
psihoterapeut