

ПОДСОЗНАНИЕ МОЖЕТ ВСЕ

ДЖОН КЕХО

КРАТКОЕ ИЗЛОЖЕНИЕ

АЛЕКСАНДР ПЧЕЛЬНИКОВ / АС

ГЛАВА №1

«ЕСТЬ МНОГОЕ НА СВЕТЕ ДРУГ ГОРАЦИО , ЧТО И НЕ СНИЛОСЬ НАШИМ МУДРЕЦАМ»

- Сознание – это энергия в ее тончайшей и наиболее динамичной форме.
- Не нужно стоять на обочине , наблюдая за происходящим со стороны – новые открытия позволяют понять , что обочины нет и никогда не было . Все основано на взаимном влиянии. Куда бы мы не шли , чтобы мы ни делали , наши мысли творят окружающую действительность.

ГЛАВА № 2

«ДУМАЙТЕ ТАК , БУДТО КАЖДАЯ ВАША МЫСЛЬ ОГРОМНЫМИ ОГНЕННЫМИ БУКВАМИ НАПИСАНА НА НЕБЕ И ВИДНА КАЖДОМУ – ТАК ОНО И ЕСТЬ»

- Внутреннее сознание – это мощная сила влияния , которая ощущается в каждом аспекте нашей жизни. Мысль постоянно стремится обрести форму, тяготеет к внешнему проявлению , стремясь найти свое выражение.
- Единичная мысль – не обладает большой силой ,но, многократное повторяя ее , можно сконцентрировать и направить, увеличив ее силу .
- **ЧЕМ БОЛЬШЕ ЧИСЛО ПОВТОРЕНИЙ , ТЕМ БОЛЬШУЮ СИЛУ И СПОСОБНОСТЬ К ВЫРАЖЕНИЮ ПРИОБРЕТАЕТ МЫСЛЬ**

ГЛАВА № 2

«ДУМАЙТЕ ТАК , БУДТО КАЖДАЯ ВАША МЫСЛЬ ОГРОМНЫМИ ОГНЕННЫМИ БУКВАМИ НАПИСАНА НА НЕБЕ И ВИДНА КАЖДОМУ – ТАК ОНО И ЕСТЬ»

- Каждый человек сам творит свою жизнь , поэтому критически взгляните на свой образ жизни. Желаниями делу не поможешь , надеяться на то , что что-то измениться , не имеет смысла , для того , чтобы сдвинуться с места , необходимо – и это довольно серьезное условие – изменить свой образ мыслей.
- «ВСЯКОМУ ИМУЩЕМУ ДАНО БУДЕТ , А У НЕИМУЩЕГО ОТНИМЕТСЯ И ТО , ЧТО ИМЕЕТ»
- Каждому человеку предоставлена возможность выбирать свои мысли . Из-за которых будет создавать окружающую его действительность . В конце концов , каждый волен сам выбирать – определять качество собственной жизни . Наш мозг подобен саду , можно за ним ухаживать , а можно его запустить.
- Помните :
- «Вам придется пожинать плоды либо своего труда , либо собственного бездействия.»
- Требуется лишь обеспечить заряд необходимой энергии , и тогда ваша цель станет реальностью .

ГЛАВА № 3

«В МОЕМ МОЗГУ НЕТ МЫСЛЕЙ , НО ОН ОБЛАДАЕТ СИЛОЙ , СПОСОБНОЙ ВЫЗВАТЬ К ЖИЗНИ ЦЕЛЫЙ РЯД ПОНЯТИЙ»

- Мысленно представляйте , что и чем занимаетесь , какая у меня жизнь , что планирую делать в дальнейшем , какой автомобиль – все это ЗАВИСИТ ОТ УМЕНИЯ СОЗДАВАТЬ ЧЕТКИЙ ОБРАЗ СВОИХ ДЕЙСТВИЙ.
- Визуализация – это мысленное представление , проигрывание , видение себя в ситуации , которая еще не произошла. Человек воображает себя делающим или имеющим то , к чему стремится , и получающий желаемое .
- 1) Решите , чего вы хотите добиться ?
- 2) Расслабьтесь . На несколько минут отвлекитесь от дел и переведите дух , отдыхая и телом и душой.
- 3) В течение пяти – десяти минут мысленно представляйте желаемую реальность.
- Мысленно создайте видеофильм и живите так будто это с вами уже произошло.

ГЛАВА № 4

«КОГДА ОБЪЕКТ ИЛИ ЦЕЛЬ УЖЕ СУЩЕСТВУЮТ В ВИДЕ МЫСЛИ , ЕГО РЕАЛИЗАЦИЯ В ОСЯЗАЕМОЙ ФОРМЕ ТОЛЬКО ВОПРОС ВРЕМЕНИ . ВИДЕНИЕ ВСЕГДА ПРЕДШЕСТВУЕТ ОСУЩЕСТВЛЕНИЮ.»

- В отличие от визуализации при закладки в первую очередь концентрируетесь на ощущение от представляемого. Просто закрепите это в сознании как уже совершившийся факт. Замените установку «Все пройдет успешно» , на «Все прошло успешно»
- «Все , чего ни будете просить в молитве , верьте , что получили , - и будет вам» - Иисус
- Мысли создают окружающую действительность , а прием закладки мыслей состоит лишь в настройках мозга на то , что вы уже имеете желаемое.
- Только именно благодаря повторению и настойчивости отличают метод закладки мыслей от бесполезной фантазии . При этом вы не живете иллюзиями.
- Всегда применяйте этот прием с мыслью , что имеете то , что хотите , или добились того , к чему стремитесь.
- Делайте это регулярно , буквально каждый день по крайней мере в течении пяти минут . Намного лучше выполнять этот прием по пять минут в день , чем целый час раз в неделю.

ГЛАВА №5

«ВОЗМОЖНОСТЬ МЫСЛЕННОЙ ТРЕНИРОВКИ БЕЗГРАНИЧНЫ , А ЕЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ВЕЧНЫ , ОДНАКО ПО ПРЕЖНЕМУ ЛИШЬ ОЧЕНЬ НЕМНОГИЕ УДОСУЖИВАЮТСЯ НАПРАВИТЬ СВОИ МЫСЛИ В НЕОБХОДИМОЕ РУСЛО, ЧТО ПРИНЕСЛО БЫ ИМ УСПЕХ : ОБЫЧНО ВСЕ ПУСКАЕТСЯ НА САМОТЕК»

- Утверждение – это простое заявление , которое человек повторяет вслух или про себя , в зависимости от обстоятельств (этим можно заниматься где угодно) .
- Просто выбираете утверждение , выражающее ваше желание в данный момент , и повторяете его несколько раз.
- Неторопливо повторяйте : - «Я спокоен и расслаблен . Я спокоен и расслаблен . Я спокоен и расслаблен» , не пытайтесь себя успокоить , просто продолжайте утверждать это в течении нескольких минут .
- Аналогично , если вам предстоит выступить на большом собрании и вы хотите , чтобы все прошло хорошо , начните утверждать это заранее , говоря : «Собрание пройдет удачно . Собрание пройдет удачно»
- Важно : Необязательно верить в то , что утверждаете . Утверждение всегда должно быть позитивным . Оформите его в виде утвердительного , а не отрицательного предложения .
- Утверждение должно быть кратким .

УТВЕРЖДЕНИЯ :

НАПРАВЛЕННЫЕ ПРОТИВ ВАС САМИХ

- Я никогда не добьюсь этого
- Я никогда не сделаю этого
- Это не возможно

ОРГАНИЗОВАННОСТЬ , СПОКОЙСТВИЕ , РАДОСТЬ

- Нет ничего не возможного
- Я рожден на успех
- Каждый день все изменяется к лучшему

ГЛАВА №6

«УСПЕХ ВЛЕЧЕТ ЗА СОБОЙ УСПЕХ»

- Главное осознавать свои достижения и успех
- Научитесь поощрять себя за настоящие и прошлые победы , пусть даже самые незначительные .
- Признание успеха особенно эффективно , когда вы пытаетесь достигнуть новых целей.
- Ищите моменты , которые можно признать успешными. Признать нужно не только явное , но и вообще все . Не думайте , что это глупо . Ваши положительные качества не менее реальны , чем отрицательные , поэтому гордитесь ими . Почувствуйте успех , позвольте своему мозгу несколько минут наслаждаться уже достигнутым успехом

СДЕЛАЙТЕ СПИСОК СВОИХ СИЛЬНЫХ КАЧЕСТВ :

- Успех влечет за собой новый успех , а вы уже преуспели во многих областях
- Составлять по чаще такие списки питать свой мозг. Работать энергично. Живите активно . Никогда не ущемляйте свои достоинства. Никогда не переставайте верить в себя .
- СОЗНАНИЕ ТВОРИТ ДЕЙСТВИТЕЛЬНОСТЬ , А ВЫ ТВОРИТЕ СВОЕ СОЗНАНИЕ

ГЛАВА №7

«В ВАШЕМ ПОДСОЗНАНИЕ СКРЫТА СИЛА , СПОСОБНАЯ ПЕРЕВЕРНУТЬ МИР»

- Наконец-то именно подсознание является механизмом , с помощью которого периодически повторяющиеся мысленные импульсы – чувства и эмоции – ускоряются и материализуются в физическом эквиваленте.
- Что посеешь , то и пожнешь , таков закон .
- Образ жизни перерастает в привычку , поэтому вы должны следить за тем , чтобы положительные мысли и эмоции , всегда преобладали над отрицательными.
- Чтобы изменить обстоятельства внешнее , нужно сначала изменить внутренние.
- Ваше подсознание ожидает ваших указаний .

ГЛАВА №8

«ПОЧЕМУ ЛУЧШИЕ ИДЕИ ОСЕНЯЮТ МЕНЯ , КОГДА Я МОЮСЬ В ДУШЕ ?»

- Все великие люди , будто спортсменом , бизнесменом , артистом и государственным деятелем , всегда прислушиваются к интуиции .
- «Секрет успеха – не в прямолинейном мышлении , называемым рациональным , а во взаимосвязи четкой логики и могущественной интуиции»
- «Проницательность и интуиция идут рука об руку»
- Прислушиваетесь к своему внутреннему голосу , человек принимает самые правильные решения , выдвигает наиболее творческие идеи и глубже смотрит вещи , находя кратчайший путь от осознания своего желания до его реализации .

КАК ПОЛУЧИТЬ ОТВЕТ ?

- Ищите любую информацию по интересующему вам вопросу . Выбирайте все , хоть каким-то образом связанное с тем , над чем работаете . Цель –собрать столько сведений , чтобы даже самые невероятные и несопоставимые факты дополняли друг друга . Погрузитесь в море информации , не пытайтесь логически ее осмыслить – это работа подсознания .
- Хорошенько осмыслив все факты , можно немного расслабиться . Теперь пусть поработает ваше подсознание . Оно пытается найти решение независимо от того , думаете вы об это или нет .
- Постоянно думая , как бы найти правильный ответ , можно получить обратный результат .
- Всегда нужно быть собранным , но не напряженным , иначе сразу же начнутся ошибки . Чтобы интуиция вам помогла , нужно расслабиться и дать ей возможность работать .

ПРОБУЖДЕНИЕ ИНТУИЦИИ

- Несколько минут думайте о том , что вы действительно обладаете мощным подсознанием , что существуют абсолютно правильные ответы и решения и что ваше подсознание отыщет их для вас.
- Четко сформируйте , чего вы добиваетесь от своего подсознания : какие ответы , решения и взгляды на проблему вы хотите получить . Выражаемся так : «Сейчас мое подсознание подскажет мне ... » Повторяйте это про себя по меньшей мере десять раз , чтобы почувствовать , что процесс пошел.
- Расслабьтесь и наполните свой мозг уверенностью , что вам откроется правильный ответ . Помните , что вера – и уверенность – это не просто ощущение , а колебания энергии. Эти колебания будут притягивать правильные ответы , как магнит притягивает металл.
- Практика и вера – основная ваша задача .

ОТКРЫТЬ ИНТУИЦИЮ «МОЕ ПОДСОЗНАНИЕ – ЭТО МОЙ ПАРТНЕР В ДОСТИЖЕНИИ УСПЕХА»

- «Мое подсознание» - утверждая это , вы признаете факт существования подсознания. Вы признаете и принимаете своего невидимого партнера , как реально существующего.
- «Мой партнер» - Партнер это тот , кто работает с вами рука об руку для достижения общей цели , тот , кто делиться с вами все тяготы работы , при этом каждый из вас решает свой круг проблем. Подсознание – снабжает вас идеями и является источником позитивной деятельности .
- «...в достижении успеха». Слово «успех» является мощным утверждением , выражающим все , чего вы хотели бы добиться в работе , отношениях с людьми и жизни в целом .

ГЛАВА №9

«СНЫ ПОКАЖУТ ВАМ , ГДЕ ВЫ НАХОДИТЕСЬ И КУДА ИДЕТЕ. ОНИ ОТКРОЮТ ПЕРЕД ВАМИ ВАШУ СУДЬБУ»

- Джеймс Уотсон – открыл загадочные свойства молекулы ДНК с помощью сна. Ему приснилось две змеи , обвивающиеся друг с другом.
- Сны - это забытый язык человеческой расы

КАК ЗАПРОГРАММИРОВАТЬ СВОЙ МОЗГ НА СОН ?

- Скажите мозгу перед отходом ко сну «Сегодня мне будет сниться сны и я их запомню». Повторите это про себя около двадцати раз.
- Положите рядом с кроватью лист бумаги и карандаш . Это не только практично , но и символично. Так вы продемонстрируете свое желание вникнуть в смысл своих снов.
- Проснувшись , не вскакивайте с постели в моменте , когда к вам медленно возвращается сознание.

ТОЛКОВАНИЕ СНОВ

- Сны – это послание , которое шлет вам подсознание , поэтому они несут информацию о вашем внутреннем мире . Девяносто процентов из сна вы действующие лица , чудовища и монстры из ваших снов отражают определенные аспекты вашей жизни .
- Ночные кошмары – это попытка вашего подсознания шокировать вас , заставить обратить внимание на какой-то аспект вашей жизни.
- Подсознание будто говорит вам : - « Посмотри сюда , это не терпит отлагательств»
- Озаглавьте свой сон . Заголовок может быть и вовсе бессмысленным , важно , чтобы работала ваша интуиция. Этот заголовок может послужить ключом к толкованию сна.
- Представьте , что ваш сон - это пьеса , и проанализируйте ее по следующим пунктам :
 - - Вступление
 - - Сюжет
 - - Заключение
- Толкование снов – это живой диалог с вашим подсознанием

ГЛАВА №10

«БУДУЩЕЕ ЧЕЛОВЕКА ЗАКЛЮЧЕНО В НЕМ САМОМ ; ОНО
ЖИВЕТ В НЕМ В ЭТО САМОЕ МГНОВЕНИЕ»

