

12+

Елена Владимировна Левшина



«КТО Я», ИЛИ КАК НАЙТИ СВОЕ ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ

Всего за 20 минут в день узнаешь своё предназначение. Методы и практики имеют академическую базу

Елена Владимировна Левшина
«Кто Я», или Как найти
свое предназначение. Всего
за 20 минут в день узнаешь
своё предназначение.
Методы и практики имеют
академическую базу

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=62704361
ISBN 9785005160195

Аннотация

НЕЗАКОННОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИЧЕСКИХ
СРЕДСТВ, ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ, ИХ
АНАЛОГОВ ПРИЧИНЯЕТ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ,
ИХ НЕЗАКОННЫЙ ОБОРОТ ЗАПРЕЩЕН И
ВЛЕЧЕТ УСТАНОВЛЕННУЮ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВОМ
ОТВЕТСТВЕННОСТЬ.Задумывались ли вы о том, сколько
теряете денег из-за того, что не знаете свое предназначение?
Гарантирую, в книге найдете точные прикладные решения
для раскрытия потенциала.Практически умножите свой
капитал.Откройтесь миру и проявите Божий дар уже сейчас,

приобретай книгу и стань победителем, так как знание экономит ваше время. Быстрые книги для умных людей. Для меня большая честь жить с вами в одну эпоху. Заранее благодарю за возможность сопровождать к вашему величию.

Содержание

Оглавление	6
Будь добр отнестись к авторским правам с должным уважением!	9
Об авторе	12
Коротко о моей юности	18
Расскажу о своих наблюдениях	21
Благодарности	23
Введение	26
Глава 1	27
Исследование своего внутреннего потенциала на поиск предназначения	27
Конец ознакомительного фрагмента.	33

**«Кто Я», или Как найти
свое предназначение
Всего за 20 минут в
день узнаешь своё
предназначение. Методы
и практики имеют
академическую базу**

**Елена Владимировна
Левшина**

© Елена Владимировна Левшина, 2025

ISBN 978-5-0051-6019-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Оглавление

Конфиденциальность об авторском праве

Об авторе

Маленькая история о детстве

Коротко о моей юности

Расскажу о своих наблюдениях

Благодарности

Введение

Глава 1

Исследование своего внутреннего потенциала на поиск предназначения

Теория «триединого мозга» Пола МакЛина

Работа с ограничениями и блоками «Практика работа с ограничениями»

Глава 2

Самоанализ состояния личности

Практическое задание

Алгоритм постановки целей

Как контролировать результат своих действий

Как не отвлекаться и быть в состоянии здесь и сейчас

Практика

Глава 3

Целостность

Практика наблюдение

Практика (график полезных привычек)

Упражнение созерцание

Глава 4

Эмоции и их влияние

Что мешает осознать свои истинные желания

Практика для поиска истинных желаний

Глава 5

От чего зависит уверенность в действиях

Исследуем потенциал

Практика прощение

Практика осознание и раскрытие своего потенциала

Исследование своих ресурсов для действий, которые приведут вас к результату

Глава 6

Как увеличить свою способность достигать желаемых целей

Практическое задание по шкале мотивов

Глава 7

Практика на понимание своих ресурсов

Цель сформировать свою экспертность

Будь добр отнестись к авторским правам с должным уважением!

Приветствую тебя, мой читатель. Благодарю за то, что ты относишься с уважением к труду собственному и к интеллектуальному труду в моем авторском повествовании для тебя о том, как мы сообща можем сделать этот мир радостей, светлей, ярче и прекрасней. То, что ты купил эту юридическую копию книги, говорит о твоём правильном намерении сделать лучшую версию себя. Приобретая данное издание за собственные денежные средства, ты вкладываешь в себя инвестицию в качестве дополнительной информации, которая приведет тебя к раскрытию твоих ценных ресурсов в качестве талантов. Раскрывая себя в полной мере, ты радуешь своего создателя и все мироздание, так как в тебя, и в твои способности, верит не только Бог, но и окружающие, любящие тебя люди, а так же знай, что «Я» верю в тебя, в твои успехи в любых начинаниях.

Ты сейчас читаешь эти строки и это не случайно, так как в нашем мире все является закономерным, есть циклы, которым мы следуем. При взаимодействии друг с другом, в общении, с изложением той или иной информации мы таким образом коммуницируем с одной лишь целью, что бы жизнь в пространстве развивалась и создавались новые

творческие процессы, рождались дети, и у новых творцов создавались новые мысли и их новые творения.

В случае, если ты полностью уверен в том, что все вокруг настроены менее доброжелательны, но у тебя есть чувство твоей важности в этом мире, то это очень хорошо, так как после использования тех знаний, которые я тебе повествую в своей книге, дадут тебе ключи к раскрытию твоих возможностей. От тебя последует простое выполнение всех практических заданий, которые простроены таким способом, что ты всенепременно раскроешь все себе ту дверцу, за которой и хранится то самое сокровенное золотое пространство твоих возможностей. Я прошла каждый шаг и могу смело заявить о том, что тебя поднимет волна удачи и стремительно приведет тебя к Олимпу твоего величия, достоинства и уважения. Так как ты достоин быть великим творцом по праву твоего рождения. Таким образом в твоём окружении сложится доверительный, дружеский настрой, и мир станет добрей, и наконец-то прекратятся войны. Я осознала одну простую истину и этим делюсь с тобой. Чтобы успокоился мир и прекратились войны, сначала мы его должны установить внутри себя – и отсюда крылатая фраза «Если хочешь изменить мир, начни с себя».

Пройдя каждый шаг с должным осмыслением, в неспешном и вдумчивом порядке, а некоторые простые задания по-

прошу повторить в многократном порядке, ты для себя создашь свой собственный алгоритм действий, который приведет тебя к любви, радости гармонии благополучию и богатству.

Я уверена в том, что ты услышал в контексте моего повествования то, что интеллектуальной труд находится под защитой авторских прав. Любое копирование, сохранение, сканирование и распространение электронной или бумажной версии запрещено законом, и без предварительного письменного согласования с владельцем авторских прав этой книги ты принимаешь участие в пиратском распространении. Такой метод является наказуемым и неправомерным действием. Изложение ниже приведённых техник является авторским произведением, так как я преобразовала воспринятую информацию в свои мысли форменные словосочетания, которые таким образом приведут читателя к его личному восприятию используемой информации и к личным трансформациям, впоследствии которых каждый вправе сам распоряжаться своими талантами на благо своей личности и общества вселенского и мирового.

Об авторе

Сложились определенные циклы в моей жизни, о которых я считаю своим долгом с тобой поделиться, так как мой пример может подвести тебя к определенным осознаниям и привести в действие твои великие творения. Таким образом, моя миссия будет исполнена даже в том случае, если это поможет хотя бы одному человеку в этом мире.

Маленькая история о детстве:

Я родилась в небольшом городке, в семье самых добрых, любящих и мудрых родителей. Благодарю создателя всего мироздания за то, что меня воспитывали именно они. Невзирая на тот факт, что у моих родителей не было много денег, в моём детстве всего было достаточно. Я росла сытой, здоровой девочкой и по большей части я вспоминаю счастливые и радостные события. У нас была дача, на которой мой папа собственноручно выстроил дом, а мама создавала в нем уют и комфорт. Каждое лето мы практически жили там, где царил атмосфера любви, добра, гармонии с природой. На нашем участке были яблони, груши, абрикосы, сливы, вишня, смородина и крыжовник, который любила кушать в недозревшем виде, чтобы кислый и сочный был. Так же мне нравились очень огурчики примерно на 10 день после завязи, которые срываешь, прям с грядки (они всегда у нас росли очень

быстро), плюс салаты, помидоры у нас всего было в избытке и в райском изобилии.

Мои родители привили мне тот самый внутренний стержень, который помогал мне добиваться жизненных успехов, и благодаря этому строжню, я успешно преодолела препятствиях и невзгоды, которые имели место быть на моем пути, а их было предостаточно.

Я была очень активным подростком, мое детство по большей части проходило с друзьями из нашего двора. Все мы дружной командой катались на велосипедах, лазали по деревьям, в тайне от родителей ходили на речку, играли в разные командные игры. В куклы с девочками я так же играла, прыгали вместе на скакалке и играла в другие игры для девочек. Но по большей части запомнились игры с мальчишками, так как было больше адреналина, экстрима и набитых синяков и шишек. Это больше укрепляло силу тела и духа, и приходилось учиться гибкости с детства.

Мои родители, замечательные люди, не представляли для меня большого авторитета только в одном. Они жили обычной жизнью и не стремились, а скорей всего и не знали, как прийти к большим результатам в своём богатстве. Нам всегда не хватало денег, в моём детстве не было мобильных телефонов и интернета со столь изобильной информации, изу-

чив которую можно смело встать на свои финансовые рельсы и быть успешными родителями, чьи примеры сейчас мы наблюдаем с экранов своих телефонов. В то время так же отсутствовало изобилие столь ярких историй и образцово-показательных успешных семейных пар, да и ценными знаниями которыми люди обладали, не так охотно делились как сейчас. Сейчас гораздо больше открытых примеров, которые раскрывают жизненные истории и передают жизненный опыт.

Мои родители часто мне давали советы и нравоучения о том, как мне лучше жить, как выглядеть, куда ходить, с кем дружить, а с кем нет. Они всячески пытались передать мне свои программы и убеждения, которые перешли им по роду. С таким генным набором, исходя из своего опыта, в их образе жизни сложились, определенные постулаты и правила, которым нужно было бы безукоризненно следовать, а то вдруг, что скажут соседи или ещё кто-то там. Я понимаю и осознаю, что уважение к обществу правильно сложено в мировоззрении моих родителей, так как социум играет важную роль в построении личности и должны быть определенные рамки приличия, к которым лучше придерживаться, так как в противном случае может быть неприятный исход событий. Я признаю, люблю и уважаю то общество, в котором меня воспитали, так как это своего рода большая община, за стенами которой ты чувствуешь себя как в одной большой се-

мье. Признаюсь честно, мои родители справились со своими задачами: построили дом, посадили дерево, вырастили сына и дочь. И это приводит меня к чувству гордости, так как они порядочные люди и достойны уважения. Мои любимые родители всегда старались дать нам больше чем могли.

Я осознаю, что мои родители желают мне всего самого наилучшего, но я не могу безукоризненно и слепо следовать их советам, так как они не являются для меня примером в достижении финансового успеха, и похвастаться тем, что они раскрыли все свои таланты, они так же не могут. В их жизни препятствий было предостаточно, и каждое событие приводило к чувству безысходности и забвению следствием, которого является сокрытие внутреннего потенциала. И нет в этом их вины, я знаю точно. Я, конечно, надеюсь, что мое повествование будет воспринято как своеобразный призыв к раскрытию своих талантов и в лице моих родителей, и в лицах моих близких, но требовать не имею право, так как это дело каждого и я приму любое решение.

Лично я считаю: человек пришел в этот мир любить, быть любимым, создать дом и продолжить в нем свой род. В дальнейшем пара, желательно со здоровым энтузиазмом реализовывает свои таланты, приурочивая себя к созидательному процессу в этой жизни и во всем мироздании. Это мое видение процесса, и, исходя из своего перфекционизма, я подхо-

жу более глубоко к любому вопросу, которого касается моя личность, и хочу с вами поделиться определенной закономерностью, в связи с которой строиться все в этом мире, а именно все мироздание соткано по принципу числовой последовательности, число Бога (золотое сечение по Фибоначчи) и процентное соотношение равно $62/38$. Эту последовательность применяют везде: в архитектуре, в строительстве, в генной инженерии – в пропорциях тела человека, в постановке кадра в общем – везде. И как же было бы прекрасно осознавать, что у каждого из нас есть свои зоны ответственности, и мы можем быть друг другу взаимозаменяемы, как, к примеру, люди, объединившись в пару после соития, порождают жизнь. И в творческом потенциале, в каждой ячейке общества творится своя материальная часть, так как творцы не только детей рожают, но они строят этот мир, материализуя свои желания и мечты в реальность. В противном случае человек, не реализовавшийся в мире в полной мере, просто умирает, он уходит из жизни, жизнь прекращается, понимаете? Лично мне понятен тот факт, что долгом каждого из нас является то, что необходимо оставить именно тот след, который станет опорой, звеном или ступенькой в нашем общем цикле жизни, в общем росте и развитии. Жизненно важно раскрыть свой потенциал и следовать своей миссии, так ты станешь творцом своей реальности. Я благодарю тебя за то, что имею честь быть сопровождающей в твой внутренний мир и в твою сокровищницу, в которой

есть потрясающие таланты, в которых так нуждается мир.

Коротко о моей юности

В 17 лет, после окончания гимназии, я уже вышла на свой небольшой финансовый доход и работала помощником бухгалтера, в одной местной маленькой компании, где было несколько продуктовых магазинов. Зарплата у меня была ну очень маленькая, так как я была не совершеннолетняя и работала на половину ставки, но трудилась целый день.

Почему так произошло? Я хотела связать свою жизнь с финансами и планировала поступить в университет, который был в нашем городе или на финансиста или бухгалтера, но из-за отсутствия денежных средств мне пришлось отказаться от намеченных планов. Скопив зарплату за два месяца, втайне от родителей поехала в крупный областной город и поступила в академию на бесплатный агрономический факультет с учётом того, что на третьем курсе я смогу сменить изучаемую профессию и стать тем, кем хотела, что так и не произошло по тем же причинам, нужны были деньги.

Параллельно учебе в университете я работала в своём небольшом городке и с должности продавца выросла до должности – заведующая магазином. После того как получила диплом, в мою жизнь вошёл сетевой маркетинг, но бизнес я строить с ними не стала, а обучение прошла по пред-

лагаемой литературе, то есть получила азы финансовой грамотности, к чему я так рьяно стремилась с юных лет. Находясь в одном потоке с единомышленниками, я имела честь посетить семинар Бодо Шефера, проходившего в Москве. Но честно сказать, с должным вниманием я не отнеслась к ценным знаниям, так как наша группа приехала по большей части не за тем, а просто поглазеть, побыть там и поткрывать рты. Я постоянно отвлекалась, восприимчивость моей продуктивности от этого семинара составила примерно 30% и, к сожалению, записывать перестала уже на второй день из трёх. Не лезла в меня информация, не осознавала, что за блок стоял в моей голове. Примерно в тот же период в моей жизни я познакомилась с книгой Роберта Кийосаки «Богатый Папа и бедный папа», «Квадрат успеха», Наполеон Хилл «Думай и Богатей» и ещё ряд книг с соосной тематикой. На меня снизошло озарение о том, что нужно в своей жизни менять окружение и переехать в Москву.

В Москве жила достаточное количество времени. Работала сначала менеджером, а потом руководила собственным бизнесом в сфере строительства. За 5 лет работы мной заключено и успешно завершено более 50 сделок общей стоимостью более 130 миллионов рублей, последним и ключевым объектом был стадион «Лужники» в котором и проходил тот самый семинар. Поверьте мне, этот путь далеко не для женщины, это очень энергозатратный процесс: быть

в постоянном потоке коммуникаций между заказчиками, сотрудниками – ИТР, поставщиками и монтажниками, производителями. Держать фокус внимания на всем этом достойно уважения и мне знакомы такие термины как зона ответственности за жизни людей. Я понимаю и осознаю, что люди могут быть подвержены неосознанным действиям со стороны третьих лиц вот просто из-за отсутствия компетентности и все, а следствие этой некомпетентности бывают разные. И тут мы думаем, а где я сделал ошибку, а ответ: нигде, все сделано правильно, так как мы находимся под руководством Божьих сил и все принятые решения, шаги и действия нами совершаются под его руководством. Я прошла этот цикл в своей жизни и многие события имеют место быть прекрасным очерком в моей судьбе. Я даже «прошла» мужские роли, и осознала свое предназначение и стремительно развиваюсь в этой сфере. Часть моей основной миссии заключается в том, чтобы я смогла вам рассказать в данном издании, а так же с радостью передать знания, базируясь на своем личном опыте, как выйти из деструктивных событий и сонаправиться в своём предназначении.

Расскажу о своих наблюдениях

Я заметила, что в моем присутствии, там, где работала на высокой должности, в должности менеджера и даже заместителем генерального директора, в этих трёх компаниях был активный рост. Организации расширялись и процветали на моих глазах, а по большей части руководители как бы питались той уверенностью и энергетикой, которая есть во мне. Я сеяла в их сердца непоколебимую веру в то, что все препятствия ничтожны по сравнению с тем, что ждет впереди.

Осознав, что я как бы по кругу повторяю один и тот же сценарий и в моей жизни идёт все как-то иначе и противоречит моим внутренним желаниям, некоторые моменты заставляли меня глубоко и долго страдать. Поняв это, я приняла решение начать себя менять. В первую очередь решила пересмотреть свой внутренний мир, избавиться от наработанных программ деструктивного характера и начать новый цикл в моей жизни уже с расставленными приоритетами, с четко выстроенной шкалой ценностей и сроками реализации своих потенциальных качеств. Я поняла, что каждый из нас сам творит свою реальность и то, что тебя окружает — это плод наших мыслей и последующих действий. За время работы у меня создался определённый алгоритм безукоризненного следования, по которому я уже успешно добивалась

своих положительных результатов. Исходя из своего опыта хочу вам передать те знания, которые испробовала на себе и которые в действительности являются очень эффективными. Вам обязательно сулит успех в случае неустанной работы, в первую очередь над собой. Плодотворной последовательностью ваш внутренний мир станет гармоничным и зеркало вашей души вам укажет путь к истинному предназначению.

Благодарности

Я осознаю, что появилась в этом мире не случайно, а по велению нашего Творца и первая моя благодарность адресована именно той силе, которая является двигателем моего тела, сознания и духа. По хронологической последовательности выражаю огромную благодарность моим родителям, так как они материализовали меня в этот мир.

И стоит отметить, что бывают такие моменты в жизни, о которых мы думаем, что человек нам сделал плохо или подвел к какой-то ситуации, которая по нашему первому мнению является или стрессовой или негативной, но благодаря такому «Агрессивному» воздействию, и происходит рост и развитие личности. Я решила выразить огромную благодарность тем людям, которые поспособствовали и в некоторых моментах даже послужили стимулом в создании этой книги. Испытывая глубокие переживания личной трансформации, в моей жизни сложился внутренний мотив: сделать этот мир еще лучше, ярче, светлей. И начала я, конечно, с себя и себе за это очень благодарна, так как сила движущая мной верит в меня постоянно. Возлюбив своих врагов как саму себя, я мысленно и письменно их благодарю за участие и содействие в моей жизни.

Конечно же, я благодарю всех моих учителей, так как с их переданными и вложенными знаниями в меня и в мое развитие есть частичка их души, и каждый раз, когда я придерживаюсь выстроенных принципов в моей жизни, я подсознательно направляю им лучик своей благодарности, и таким образом в пространстве образуется отдельное энергетическое поле, которое питает нас положительными эмоциями. Вот таким простым способом в моем понимании происходит трансформация добра. Благодарю всех воспитателей из детского садика, учителей, классную руководительницу гимназии, в которой я училась, профессоров и кандидатов наук вуза, авторов книг (это Джо Диспенза, Вадим Зеланд, Луиза Хей, Алекса Оник, Карлос Кастанеда, Фред Алан Вольф и многие другие молодые авторы). Благодарю создателей курсов и тренингов, пройдя которые, я получала свои дополнительные знания не только в сфере психологии, но и в сфере красоты, питания и здорового образа жизни, независимо от того: дадут мне сертификат или нет. В моем понимании складывается стереотип о том, что человек, который закончил высшее учебное заведение и получил диплом, имеет полное представление о том, как правильно использовать методические пособия, способен определить рациональные зерна от плевел и правильно использовать воспринятую информацию, чтобы делиться этим в мире. За последние 2 года я стала экспертом в сфере психологии, нерофизиологии и в работе головного мозга человека,

прочла примерно более 20 книг и прошла обучение около 30 онлайн-тренингов. По изученным материалам применяла на себе все техники и практики. Да, в нашем современном мире больше возможностей питать себя знаниями, и каждый имеет право опираться на свой внутренний отклик души в том, готов ли сейчас воспринять предельную и понятную ясность, которая делает обычного человека счастливым и только тебе решать: хочешь ли ты стать тем самым счастливым человеком – это труд.

Конечно, я благодарю своих соседей, подруг, друзей, которые были, есть и остаются частью в моей жизни, так как каждое общение и каждый миг в нашей жизни оказывают влияние друг на друга, и стоит отметить, что есть счастье в каждом прожитом моменте.

Введение

Для эффективности в достижении результатов в данном издании предлагаю воспользоваться формами оформления ваших мыслей, согласно нижеприведенных таблиц. В любой творческой идее, которая есть в голове каждого, изначально прописывается проект, а потом по нему следуют, да и бывает такое, что в промежутках делают, корректировки для лучших результатов, и ты сам вправе использовать эту базу знаний, на которой и строятся все великие шедевры. Дай волю своему внутреннему гению и начни писать. В случае, если у тебя нет возможности распечатать, то рекомендую купить блокнот и вести записи по данному руководству именно там. Первое, что предлагаю сделать – это заключить контракт самим с собой примерно в такой форме: «Я, (ИМЯ) заключаю контракт сам с собой о том, что обязуюсь выполнять все задания, которые описаны в книге „Как найти свое предназначение“ для трансформации всех моих тел, чтобы познать свое предназначение и стать Творцом своей реальности и, реализовав свои таланты, получаю богатство, комфорт и благополучие». Берите ручку и вносите первую запись в ваш блокнот или тетрадь.

Глава 1

Исследование своего внутреннего потенциала на поиск предназначения

Для начала потребуется:

1. Прояснить блоки и что останавливает к достижению цели.
2. Важно выстроить правильное мышление, так как это способствует вашей деятельности. Результатом того, что мы имеем, вокруг себя, в действительности является наше мышление. Это факт, и стоит его признать таким какой он есть. Только Вы вправе принять решение, что будет в дальнейшем вас окружать и как вы будете жить – хорошо или плохо, бедно или богато, будет ли вас сопровождать здоровье или продолжите питать свой организм таблетками и жалостью, отравляя не только себя, но и пространство вокруг себя.

Человек рождается с определённым генным набором, с встроенными программами и убеждениями, переданными ему по роду. Часто люди думают, что они такими и останут-

ся, что это их судьба, и не подозревают о том, какой храниться потенциал и что есть в каждом уникальное, особенное, и то, что личность сможет достичь любого результата в жизни – вот именно то, к чему лежит душа и чего так страстно желает. Так же мешает раскрытию потенциала ответственность за себя и свои действия. И ещё забирает большую часть энергии ориентир на внешние источники, на внешнее мнение. Если, к примеру, наши родители или социум говорят, что вы недостаточно хороши, неправильно себя ведёте, за что-то ругали и давали оценку тому или иному поведению, то, конечно, к этому человек привыкает и это становится нормой. Но у мозга есть особенность перепрограммировать свое мировосприятие и мышление. Не зависимо от внешних источников и внутренних программ, важно осознать то, что ты и есть Творец своей реальности, и только тебе решать, как построить свой мир. Есть возможность запрограммировать именно ту мысль, которая устроит вас и пропишет тот сценарий в жизни, который захочешь именно ты. *Когда человек обладает сильным потенциальным мышлением и четко сформулированным намерением, то желаемое быстро исполняется.*

Для восполнения мысли в реальность ей нужно время, как бы прижиться, чтобы мозг привык, адаптировался, тогда будет меняться поведение в соответствии с изменением. Уже будет меняться реальность окружение и результат в жизни.

Закладывается нужная программа и таким образом се-
ем в мозг рациональные зерна. Потом семя проклёвывает-
ся и даёт росток, далее оно укрепляется в мозге и начинает
расти. Вы его подпитываете и за ним ухаживаете, проводя
систематические упражнения, которые я дам, потом прохо-
дит определённое время, они крепнут и дают свой результа-
та в виде плодов в материальном мире твоей реальности. Как
нужно время вырасти ростку, так нужно время и новой мыс-
ли, которую мы закладываем. Вегетационный период для со-
зревания каждой мысли определяется со своим интервалом
времени, некоторые мысли могут реализоваться в кратчай-
шие сроки, а некоторым мыслям необходим более длитель-
ный период, все зависит от полноты твоего желания, внут-
ренних качеств как личности, личных навыков, умения, фи-
зических особенностей и внешних факторов. Поэтому наби-
райтесь терпением, закладывайте нужные семена, удобряя
их, и плоды вашего ума обретут формы в материальном ми-
ре.

Когда происходят хорошие изменения в нашей жизни, мы
удивляемся, откуда это пришло, наверное, нам повезло. Это
не вопрос везения, а вопрос того, что когда-то пришло пра-
вильное мышление и дало результат через определённое вре-
мя. *И очень внимательно и осознанно необходимо относиться
к мыслям, которые имеют место быть в твоей голове.*

Что ещё может останавливать – это подсознательные и прошлые обиды, трудности, которые возникли. Когда много думаешь про них, то они забирают энергию, как бы тянут на дно. Вот обиделись, расстроились и думаем об этом постоянно, потом удивляемся, куда же уходит энергия. Помните, на какое количество людей Вы обижены: на маму, на папу, на друзей, на учителей, на себя и что Вас останавливает, что бы осознать это? **ОЧЕНЬ ВАЖНО** найти деструктивный источник в виде негативных мыслей, которые вытягивают энергию и ваше драгоценное время, этот ценнейший ресурс, данный нам по праву рождения.

Я делюсь с Вами практиками для того чтобы просмотреть те блоки которые стоят в истоках деструктивных мыслей и форменных убеждений, для того чтобы осознать их, выделить для себя, переформулировать их и вложить в вас именно те программы, которые будут действительно полезны.

Почему этот способ работает. Многие учёные нейрофизиологии уже провели много исследований, как работает наш мозг, и они обнаружили, что мозг состоит из трёх основных частей:

1. Неокортекс – человеческий мозг (сознание, интеллект);

2. Лимбическая система – животный мозг (чувства, эмоции);
3. Рептильный – самый древний мозг (инстинкты, выживание).

Теория «триединого мозга» Пола МакЛина (Paul D. MacLean)



Представьте себе на минутку, что в нас заложены программы много миллионов лет тому назад: – рептильному и животному мозгу для того, что бы люди, к примеру, смогли защититься, размножиться и чтобы у нас зарождались чувства, но необходимо осознавать, что есть и человеческий

мозг (неокортекс) — он дает возможность действительно что-то поменять в животном и в рептильном мозге. Но стоит учесть, что животный мозг нам дает возможность сохранить жизнь, и некоторые ограничивающие программы, к примеру, страх высоты, останавливает человека без вспомогательных средств вступить в бездну и прыгнуть тем самым прервать своё существование. Думаю это понятно достаточно, что осознанность в проектировании своей личности должна присутствовать как неотъемлемая часть функции мозга человеческого.

Человеческий мозг — неокортекс, достаточно молодой, и не все ещё не научились им активно пользоваться, но через упражнения, которые я вам дам, можно научиться управлять своим мозгом и закладывать нужные вам программы, для построения своей личности исходя из ваших желаний. Хочу пояснить, что способности мозга и человека с каждым днем меняются в связи с прогрессом, которых вы достигаете, и чем с большим энтузиазмом отнесетесь к творению своей личности, тем самым ожидания могут превзойти ваши намерения в большей и лучшей части для вас.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.