СТАНИСЛАВ АЛЕКСАНДРОВИЧ
ПОРОТНИКОВ

МЕЧТАТЬ ПЕРЕД СНОМ: ИСПОЛНЯЕМ ЖЕЛАНИЕ СИЛОЙ МЫСЛИ

Станислав Александрович Поротников

Мечтать перед сном: исполняем желание силой мысли

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=71699344
ISBN 9785006553712

Аннотация

Эта книга – маленькое, но мощное руководство по искусству исполнения желаний с помощью силы мысли. Автор, страстный исследователь, делится своими уникальными методами, которые помогают людям достигать своих целей, используя невероятную силу мысли. Несмотря на скромный размер, книга насыщена практическими советами и упражнениями, которые сделают чтение незабываемым опытом. Она идеально подойдёт тем, кто ищет лёгкий и эффективный путь к реализации своих мечтаний.

Мечтать перед сном: исполняем желание силой мысли

Станислав Александрович Поротников

© Станислав Александрович Поротников, 2025

ISBN 978-5-0065-5371-2
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero
мечтать перед сном: исполняем желание силой мысли

Введение

Добро пожаловать в мир, где ваши самые сокровенные мечты могут стать реальностью! Эта книга – ваш путеводитель в удивительное путешествие к исполнению желаний с помощью силы мысли. Возможно, вы уже слышали об этом феномене, но сейчас настало время погрузиться в него глубже и узнать, как именно мысли могут влиять на нашу жизнь.

Позвольте представить себя. Меня зовут Станислав Поротников, и я человек, который прошел долгий путь самопознания и самосовершенствования. Хотя я не профессиональный психолог, моя страсть к изучению человеческого сознания привела меня к тому, что я стал настоящим экспертом в области силы мысли. На протяжении многих лет я исследовал различные техники и подходы, проверял их на собственном опыте и помогал другим людям достигать своих целей.

Моя история началась тогда, когда я впервые столкнулся с концепцией силы мысли. Сначала я был скептичен, как и многие из нас. Но однажды я решил попробовать одну простую технику визуализации, и результат меня буквально потряс. С тех пор я посвятил свою жизнь изучению этой темы и применению полученных знаний на практике.

Цель этой книги – дать вам инструменты и методы, которые позволят вам использовать силу мысли для достижения ваших целей. Мы начнем с основ, разберемся, как работают наши мысли и почему вера в себя является ключевым элементом процесса. Затем мы углубимся в практику визуализации и узнаем, как с помощью этой мощной техники превратить ваши мечты в реальность.

Но помните, что эта книга – не просто набор теорий

и упражнений. Она наполнена реальными историями и примерами из жизни, которые покажут вам, что сила мысли действительно работает. Вы узнаете, как известные личности использовали эту силу для достижения успеха, и как обычные люди, такие как вы и я, смогли изменить свою жизнь к лучшему.

Также мы поговорим о том, как преодолеть препятствия и справиться с трудностями, которые неизбежно возникают на пути к вашей мечте. Ведь путь к успеху никогда не бывает легким, но с правильными инструментами и поддержкой он становится возможным.

Итак, приготовьтесь к захватывающему путешествию! Вместе мы откроем для себя тайны силы мысли и создадим новую реальность, полную возможностей и достижений. Ваше будущее начинается прямо сейчас!

Продолжаем путь…

Что такое сила мысли?

Каждый из нас хотя бы раз задумывался о том, как мысли могут влиять на нашу жизнь. Возможно, вы замечали, что когда вы думаете о чем-то хорошем, происходит нечто приятное, а когда ваши мысли направлены на негативное, ситуация начинает ухудшаться. Это не совпадение, а прямое след-

ствие того, как наши мысли воздействуют на окружающую действительность.

Сила мысли – это способность нашего сознания формировать реальность вокруг нас. Наши мысли создают энергетические вибрации, которые привлекают соответствующие события и обстоятельства. Если вы думаете о счастье, здоровье и успехе, то именно это и будет происходить в вашей жизни. Если же ваши мысли полны страха, тревоги и неуверенности, то вы привлечете ситуации, подтверждающие эти чувства.

Давайте рассмотрим это на примере. Представьте, что вы хотите купить новый автомобиль. Вы начинаете думать о нем, представлять, как он выглядит, какой звук издает двигатель, как удобно сидеть за рулем. Эти мысли начинают создавать энергетическое поле, которое привлекает возможность приобретения автомобиля. Может быть, вы неожиданно получите повышение на работе, или встретите старого друга, который предложит вам выгодную сделку. Таким образом, ваши мысли становятся реальностью.

Исторически концепция силы мысли имеет глубокие корни. Еще древние философы и мудрецы говорили о том, что мысли обладают огромной властью. В восточных традициях, таких как буддизм и индуизм, считается, что наши мысли определяют карму – судьбу, которую мы создаем для себя. Современные ученые также подтверждают это явление. Например, исследования в области квантовой физики показы-

вают, что наблюдение за частицами влияет на их поведение, что указывает на взаимосвязь между сознанием и материей.

Научные исследования также подтверждают эффективность различных техник, основанных на силе мысли. Например, медитация и визуализация широко используются в спортивной психологии для улучшения результатов спортсменов. Исследование, проведенное в Университете штата Огайо, показало, что спортсмены, которые регулярно занимались визуализацией, улучшили свои показатели на 20% по сравнению с теми, кто не использовал эту технику.

Таким образом, сила мысли – это не просто теория, а научно обоснованный феномен, который может кардинально изменить вашу жизнь. В следующей главе мы более детально рассмотрим, как работают наши мысли и как они влияют на подсознание.

Как работают наши мысли?

Чтобы полностью понять, как сила мысли может изменить нашу жизнь, необходимо разобраться в механизме работы наших мыслей. Наши мысли – это не просто абстрактные понятия, они представляют собой сложные нейронные процессы, происходящие в мозге. Каждая мысль вызывает определенные химические реакции, которые влияют на наше физическое состояние и поведение.

Психологи выделяют два основных уровня мышления: сознательное и бессознательное. Сознательные мысли – это те, которыми мы управляем непосредственно, они находятся

в центре нашего внимания. Бессознательные мысли, напротив, действуют на уровне интуиции и автоматических реакций. Они формируются на основе нашего прошлого опыта, убеждений и установок.

Сознательные мысли управляют нашими действиями и решениями. Когда мы принимаем осознанное решение, например, заняться спортом или изменить диету, это происходит на уровне сознания. Однако бессознательные мысли играют не менее важную роль. Они влияют на наши привычки, эмоции и реакцию на внешние стимулы.

Рассмотрим простой пример. Допустим, вы решили начать бегать по утрам. Это сознательная мысль, которая приводит к конкретному действию. Однако, если у вас есть бессознательное убеждение, что бег – это тяжело и неприятно, то каждое утро вам будет сложно заставить себя выйти на пробежку. Ваши бессознательные мысли будут мешать вам реализовать задуманное.

Для того чтобы успешно использовать силу мысли, необходимо гармонизировать оба уровня мышления. Это означает, что нужно осознать свои бессознательные убеждения и изменить их, если они мешают вам двигаться к вашим целям.

Одним из наиболее эффективных способов воздействия на бессознательное мышление является визуализация. Когда вы представляете себе желаемую ситуацию, ваш мозг воспринимает это как реальный опыт. Это создает новые ней-

ронные связи, которые помогают изменить ваши бессознательные убеждения и привычки.

Эмоции также играют важную роль в процессе влияния мыслей на реальность. Когда вы испытываете сильные положительные эмоции, такие как радость, благодарность или любовь, ваши мысли приобретают большую энергию и становятся более эффективными. Негативные эмоции, наоборот, ослабляют силу ваших мыслей и могут привести к нежелательным результатам.

Таким образом, ключ к использованию силы мысли заключается в сочетании осознанных действий с управлением бессознательными процессами. В следующей главе мы более подробно рассмотрим, как именно можно изменять свои бессознательные убеждения и настраиваться на положительный исход событий.

Почему важна вера в себя?

Вера в себя – это фундамент, на котором строится вся система использования силы мысли. Без твердой уверенности в собственных способностях и возможностях невозможно достичь значительных успехов. Вера в себя дает нам уверенность, необходимую для преодоления трудностей и достижения поставленных целей.

Самосознание и самооценка играют ключевую роль в формировании веры в себя. Когда мы осознаем свои сильные стороны и способности, мы начинаем верить в то, что можем достичь желаемого. Самооценка – это оценка нами самих се-

бя, и она напрямую связана с нашим успехом. Люди с высокой самооценкой обычно добиваются большего, потому что они верят в свои силы и готовы рисковать ради достижения своих целей.

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.