

Очищение организма – мода. Очищение мозгов – диковинка. И то и другое есть смысл проводить регулярно и с удовольствием. На вопрос "зачем", всегда есть ответ "чтобы иметь молодое тело и чистые мозги". Сеанс очищения организма проводите только со специалистом. Сеанс прочистки мозгов - один раз в неделю в присутствии тишины. Шлаки мозга, как и шлаки в теле, скорее продукт внешнего влияния, чем наследственные факторы. Шлаки мозга – это информация, которая попала на почву нашего с вами опыта и дала ростки будущих мыслей, заблуждений, позитивного или негативного мышления. Нейтральная информация приобретет значение только тогда, когда ей придадут значение. Любая информация нейтральна, как Швейцария, пока мы сами не воздвигнем ее на пьедестал или сбросим оттуда. Новости нейтральны – пока мы не испугаемся. Слухи нейтральны – пока не поверим. Другой человек нейтрален для вас, пока вы не придадите ему значение. Событие нейтрально – пока вы не станете говорить о нем. Новости и люди всегда есть отражением нашего внутреннего мира и характера. Обычно зашлакованные негативом мысли притягивают внимание зашлакованные факты и события. Человек сам себе судья и адвокат. Даже нарушая законы природы, общения или бизнеса индивид будет оправдывать, и жалеть себя. В самых тяжелых случаях просто пожурит себя и выпишет разрешение на следующую ошибку.

Конечно, то, что вредит, не приносит пользы. Но что приносит пользу? Какие мысли постоянно приносят ментальный доход? А какие приносят убыток? Что работает, а что не работает в вашей жизни? Последний вопрос при умелом с ним обращении и есть ментальное очищение через диалог с мозгом!

Как работает технология "диалог с мозгом"? Лист А4 разделите вертикальной линией пополам. Левая колонка – ваши мысли сейчас. Правая колонка – желаемые мысли или идеальный стиль мышления. Рекомендую - раз в неделю.

Для активизации ваших мыслей подумайте о том, насколько вы критичны, открыты для сотрудничества, сколько времени вы проводите в ожидании идеального времени для старта, как вы относитесь к работе – обязанность или удовольствие, ездите ли вы одним и тем же маршрутом больше двух лет, с помощью каких слов вы описали бы "конкуренцию", не заикливайтесь ли вы на деталях проекта вместо того, чтобы видеть конечную цель, можно ли вас назвать образцом концентрации и привычки?

Часто негатив – это бывший позитив. Эпидермис на коже, когда то был кожей, и исполнял роль органа. Как можно разобраться, что работает, а что утратило силу?

Только если вы возьмете лист А4 и проведете короткий анализ вашего мышления.

Мозг – это не музей, в котором с гордостью хранят обломки старых мыслей. Мозг – торжественная комната по приему гостей. Регулярная уборка мозга приводит к чистоте, ясности мышления и способности концентрироваться на чем угодно и сколько угодно!

Почему бы вам не попробовать метод "диалог с мозгом" прямо сейчас?!

© Игорь Осипенко IgorOsipenko.com Перепечатка приветствуется. Ссылка на IgorOsipenko.com обязательна.