

ЕВГЕНИЯ АРНАУТОВА

КРАТКОЕ
СОДЕРЖАНИЕ
«ПОДСОЗНАНИЕ
МОЖЕТ ВСЕ»

Евгения Арнаутова
Краткое содержание
«Подсознание может все»
Серия «КнижкиКратко»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=27359918

Библиотека «Главная мысль»; 2017

Аннотация

Этот текст – сокращенная версия книги «Подсознание может все». Только самое главное: идеи, техники, ключевые цитаты.

Махатма Ганди когда-то сказал: «Хочешь изменить мир – стань этим изменением». В книге «Подсознание может все» Джон Кехо пишет о том же: чтобы изменить внешние обстоятельства, нужно сперва изменить внутренние. Да, он не первый и не единственный, кто говорит об этом, но Кехо проверил работоспособность этой теории на собственном опыте. Несколько лет он прожил в лесах – в бедности и размышлениях. Он мог впасть в отчаяние, но вместо этого множил в себе ощущение богатства и безграничности ресурсов: рубил дрова – думал о том, какое их множество, ел виноград – отмечал, что виноградин не одна-две, а десятки или сотни. Да, **единичная мысль** большой силой не обладает, но **после многократного повторения** она

формирует сознание. Сознание влияет на образ мышления, а он – на привычки и поступки, которые в свою очередь способны привести нас к цели или отдалить от нее. К чему привели упражнения Кехо? Не прошло и пяти лет, как он отмечал профессиональный и финансовый успех своей деятельностью в дорогом «люксе» самого престижного отеля. Настроенный на финансовый успех и изобилие ресурсов, он этого добился.

Джон Кехо пишет о человеческом сознании как об энергии, которая может влиять на события. Он выделил ряд приемов работы с **сознанием**, в числе которых визуализация, закладка, утверждение и осознание. Кроме того, он рекомендовал усиливать и использовать такие элементы **подсознания**, как интуиция, концентрация и сны. О том, как именно это сделать и как применять такие навыки в решении реальных жизненных ситуаций – в нашем обзоре.

Напоминаем, что этот текст – краткое изложение книги

Авторский обзор по материалам книги «Подсознание может все». Джон Кехо

Автор обзора: *Евгения Арнаутова*

Способы и инструменты работы с сознанием и подсознанием

Есть притча про глупого крестьянина, которого позвали в дом к хозяину. Там ему предложили тарелку супа. В тарелке крестьянин увидел маленькую змейку – он постеснялся отказаться, поэтому съел суп, хоть ему было страшно и противно. Вернувшись домой, крестьянин тяжело заболел – был уверен, что змея ядовита и он отравлен. Никто не мог ему помочь, поэтому его снова позвали к хозяину, и тот предложил больному чашку с лекарством. В нем крестьянин снова увидел маленькую змейку – ослабленный болезнью, он не нашел в себе сил выпить, поэтому отказался, признавшись, что в чашке снова змея, и болеет он именно из-за нее. Хозяин рассмеялся: никакой змеи не было – в жидкости отражался лук, висевший на стене.

Эта притча – всего лишь художественно оформленное утверждение, согласно которому нашей жизнью управляет наше сознание. Стоит какому-то убеждению завладеть им, как оно тут же начинает менять наше мысли, действия – а затем и ход событий.

Махатма Ганди когда-то сказал: «Хочешь изменить мир – стань этим изменением». В книге «Подсознание может все» Джон Кехо пишет о том же: чтобы изменить внешние обстоятельства, нужно сперва изменить внутренние. Да, он не первый и не единственный, кто говорит об этом, но Кехо проверил работоспособность этой теории на собственном опыте. Несколько лет он прожил в лесах – в бедности и размышлениях. Он мог впасть в отчаяние, но вместо этого множил в себе ощущение богатства и безграничности ресурсов: рубил дрова – думал о том, какое их множество, ел виноград – отмечал, что виноградин не одна-две, а десятки или сотни. Да, **единичная мысль** большой силой не обладает, но **после многократного повторения** она **формирует сознание**. Сознание влияет на образ мышления, а он – на привычки и поступки, которые в свою очередь способны привести нас к цели или отдалить от нее. К чему привели упражнения Кехо? Не прошло и пяти лет, как он отмечал профессиональный и финансовый успех своей деятельности в дорогом «люксе» самого престижного отеля. Настроенный на финан-

совый успех и изобилие ресурсов, он этого добился.

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.