



*Странный
рецепт*

Николай Лакутин

16+

Николай Лакутин
Странный рецепт

«ЛитРес: Самиздат»

2018

Лакутин Н. В.

Странный рецепт / Н. В. Лакутин — «ЛитРес: Самиздат», 2018

Вы когда-нибудь обращались к специалистам в области психологии по поводу депрессивного состояния, навязчивых идей и одолевающих мыслей? Хочу предложить вашему вниманию один любопытный рецепт, о котором вряд ли кто-то из вас слышал...

Содержание

Странный рецепт	5
Конец ознакомительного фрагмента.	6

Странный рецепт

Данный рецепт является следствием частых обращений по вопросу переутомления, заикливания на какой-либо идее, проекте, на мысли, которая не отпускает, тянет все силы. Как следствие – отсутствие сна, возможности спокойно жить в таком состоянии и свободно мыслить без «тяжких грузов». К слову сказать, эти грузы, как правило, не являются сами по себе такими уж тяжкими. Решение практически любой проблемы часто лежат на поверхности, но для того, чтобы на эту поверхность взглянуть, необходимо подняться над ситуацией, а это порой сделать крайне сложно, будучи в пригвожденном состоянии к навязчивой идее.

Итак, есть два варианта решения распространённой проблемы:

Крайне не желательное, но, к сожалению, наиболее распространённое. Его выписывают налево и направо мои «коллеги» в подобных ситуациях. Начать принимать антидепрессанты и различные успокоительные средства, отпускаемые в аптеках без рецепта врача.

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.