

A woman is shown from the waist up, wearing a white, form-fitting, zip-up nurse costume with red trim along the collar, cuffs, and hem. She is wearing white gloves and has a black stethoscope around her neck. Her right hand is holding the stethoscope's chest piece. The background is a solid light blue color.

*Странный
рецепт*

Николай Лакутин

16+

Николай Владимирович Лакутин

Странный рецепт

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=32482846

SelfPub; 2018

Аннотация

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	4
Конец ознакомительного фрагмента.	5

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 распространенной проблемы:

Крайне не желательное, но, к сожалению, наиболее распространенное. 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.