Автор: admin
23.06.2011 18:25 - Обновлено 31.10.2014 13:47

Почему надо мыслить позитивно?

В начале была Мысль! Все в мире создано из энергии мысли. Любая идея, любой предмет, прежде чем обрести форму, появляются вначале в виде мысли.

Мысль – это энергия. То, о чем мы думаем, еще называют мыслеобразами.

Мы извлекаем энергию отовсюду. Когда мы едим, то извлекаем энергию, чтобы питать наши клетки. Мы вдыхаем воздух и через дыхание получаем энергию солнца, планет, растений и всего живого. Когда мы о чем-то усиленно и продолжительно думаем, то большое количество энергии и информации накапливается в наших мыслеобразах.

Наступает момент, когда количество энергии достигает критической массы, мыслеобразы начинают жить своей жизнью, притягивая события и обстоятельства, о которых мы думали, мечтали или, наоборот, которых опасались. Мыслеобразы реализуют программу, заложенную в них нашими мыслями, и эта программа ведет нас за собой. Как по волшебству открываются пути и возможности для реализации наших планов.

Чем больше энергии мы заложили в мыслеобраз, тем активнее и точнее он будет реализовываться.

Энергия мысли может созидать, а может и разрушать.

Если человек думает о проблемах, трудностях, неудачах, болезнях – он притягивает к себе все это.

И, наоборот, думая позитивно, представляя в мыслях желаемый конечный результат, подолгу размышляя над ним, мы делаем его все более вероятным. А если мы при этом и сами будем предпринимать активные действия, прилагать усилия для осуществления наших целей, то успех нам обеспечен. Энергия наших позитивных мыслей привлечет к нам нужные обстоятельства и удачу. При позитивном мышлении накапливаются

положительные эмоции, нас охватывает воодушевление, бодрое настроение, уверенность и радость в предвкушении победы.

Если мы хотим быть здоровы, успешны, удачливы, привлекать радость и счастье в свою жизнь, то должны научиться мыслить в позитивном ключе.

От качества наших мыслей зависит наше здоровье, внешний вид, настроение, эмоции и чувства.

Чтобы научиться мыслить позитивно, надо научиться управлять своими мыслями. Это, конечно же, нелегко. У всех у нас бывают минуты отчаяния, грусти, недовольства. Если мы «зацикливаемся» на проблемах, трудностях, неудачах, болезнях, то получаем все это в еще больших количествах.

«Наше благополучие зависит от качества нашего мышления!»

Почему позитивные мысли притягивают все хорошее, а негативные – плохое?
Все сводится к простому энергообмену. Если наши мысли, слова или поступки несут в себе негатив, то ее величество Жизнь отвечает нам тем же. А добро в мыслях, поступках и словах порождает Добро в жизни.

В последние годы эта тема получила широкое освещение в средствах массовой информации. Часто пишут об этом и в медицинских изданиях. Многие медики считают, что наши мысли, наше сознание управляют телом, поэтому сознание, настроенное позитивно, будет способствовать здоровью тела, а частые негативные мысли приводят к болезням.

Также установлено, что чувство озлобленности оказывает вредное воздействие на организм, приводя к учащению сердечных ритмов, сужению артерий, и в конечном итоге к заболеваниям.

Чувство благодарности, любви, наоборот, приводит к тому, что сокращения сердца

становятся более регулярными – оно работает лучше. Повышается и уровень иммуноглобулина «А», который защищает наш организм от инфекций и болезней. Чувство благодарности к своему организму, к своему телу – улучшает работу внутренних органов человека.

Даже клетки тела «знают» наши мысли. Ученые с помощью электроники отслеживали поведение клеток человеческого тела, регистрируя, как позитивные, так и негативные реакции на человеческие мысли и действия.

Роберт Стоун в своей книге «Жизнь без ограничений» пишет о таком исследовании, которое провел Клив Бэкстер, один из лучших в мире специалистов по детекторам лжи. Клетки тела человека помещали в раствор, в который вставляли электроды регистрирующего прибора. Человека отправили гулять среди нищих и бездомных в бедный квартал города. При этом его действия снимали скрытой камерой. Пока юноша был спокоен, приборы показывали слегка волнистую кривую. Когда же испытуемый испугался, повстречав бездомного с угрожающей внешностью, его клетки, находившиеся на расстоянии нескольких километров, отреагировали отрицательно. Самописец зарегистрировал мощный отрицательный выброс. Как только он послал своим клеткам сигнал симпатии, тут же перо самописца начертило острый положительный пик.

Клетки нашего тела знают наши мысли! Чем лучше и добрее мы думаем о своем теле, чем больше благодарны ему, тем активнее наши клетки, наше тело отзываются на наши позитивные мысли, помогая нам быть здоровыми.

Следовательно, положительные мысли способствуют телесному здоровью, отрицательные – наоборот.

Наша манера разговаривать тоже может влиять на наше здоровье. Если мы часто прибегаем к негативным утверждениям относительно частей нашего тела, то при определенных условиях эти утверждения могут сбыться. Например, утверждения типа: «У меня от него шея болит», «Меня от нее тошнит», «Это разбивает мое сердце», «Что-то меня ноги не держат» – не пойдут на пользу ни нашей шее, ни нашим ногам, ни нашему сердцу.

Нам следует выражать любовь к нашему телу и, в особенности, к тому органу, работа которого нарушена.

Недавно врачи одной из клиник США провели эксперимент, в котором участвовали люди

с переломами ноги. Часть больных в процессе лечения нежно обращались к своей ноге, просили мысленно у нее прощения, выражали ей любовь. При этом они мысленно «наблюдали», как перелом срастается в ускоренном темпе. В результате у этих больных выздоровление наступало в среднем на 35 процентов быстрее. Такой же подход можно применить и к любому другому органу тела.

Наши мысли способны помочь врачу нас исцелить.

Попробуйте выполнить следующее упражнение.

Расслабьтесь и представьте себе свой больной орган. Думайте о нем с любовью. Попросите у него прощения. Возможно, это вы немножко виноваты, что он заболел. Представьте себе его бесперебойно функционирующим и здоровым. Вы «увидите», как он откликнется на ваш мысленный образ. Выразите искреннюю к нему любовь и поблагодарите за хорошую работу.

Желаю всем только позитивных мыслей и здоровья!

Автор - **Наталья Червинская**

Источник