

MINTEA TA: 10 lucruri pe care nu le știi despre ea!



Știi că mintea ta este capabilă să genereze gânduri fără oprire?

Știi că în ultimele studii s-a demonstrat că mintea creează gândurile și nu gândurile, mintea?

Știi de ce este capabilă mintea ta ?

Să-i dăm drumul :

1. Mintea ta este mai puternică prin simboluri

Mintea ta subconștientă poate înregistra fiecare amintire posibilă prin serii de simboluri și deseori imagini pentru memoria vizuală.

Nu poți ține minte și înregistra în mod natural texte sau paragrafe întregi, de aceea atât de mulți oameni se chinuie să țină minte paragrafe lungi. Poți folosi simboluri vizuale pentru a ține minte. Imaginile sunt mult mai puternice decât textele simple.

2. Mintea ta nu poate procesa gândurile formulate negativ

Știi că mintea ta subconștientă nu aude negațiile sau gândurile negative? Orice spui sau gândești negativ este procesat în aceeași manieră, ca și cum ai spune „vreau asta”. Cu alte cuvinte, dacă ai fi spus „nu vreau să se întâmple asta”, mintea ta subconștientă gândește invers „Vreau să se întâmple asta.”

3. Menține Percepțiile de la o vârstă tânără până la o vârstă adultă

Vei atrage multe circumstanțe și experiențe care să se potrivească cu percepțiile tale, oricare ar fi acestea. Modul în care privești lucrurile acum și sistemul tău de credințe sunt bazate pe sentimentele tale din tinerețe. Scopul astăzi este să-ți deschizi orizonturile minții și să nu permiți experiențelor tale negative din trecut să te convingă să rămâi negativ.

4. Mintea ta te ajută, dar are nevoie de direcții

Conștientul tău este programat să se dedice corpului și minții tale. Răspunsul lui la iminența unui pericol este imediat și creează un software în mintea ta care te ajută să iei decizii automate în fiecare zi. În același timp, acest programel îți dezvoltă comportamentul. Este la fel ca atunci când ai învățat să mergi pe bicicletă. Deși a fost greu la început, prin practică și exercițiu, ai devenit din ce în ce mai priceput pentru că mintea ta creștea pe măsură ce te dezvoltai. Problema este atunci când nu este stabilită o direcție clară.

Urmărește scopul fericirii tale în viață și dă-i minții o direcție clară privind ceea ce dorești să faci în viață. Mintea ta subconștientă nu te va dezamăgi.

5. Informația circulă repede

Mintea ta generează mai mult de 60.000 de gânduri în fiecare zi. Informația circulă la o viteză de aproximativ 400 de km pe oră, mai repede decât o mașină de cursă la Indy 500. Atât de unice sunt mintea și creierul tău. Poți să ai gânduri bune. Cu o direcție adecvată, poți să generezi gânduri pozitive care să te determine să faci alegeri bune și să fii o persoană optimistă.

6. Regula de 10 % este un mit

Îți folosești mai mult de 10% din creier. O persoană normală nu-și folosește toate funcțiile creierului simultan, dar este posibil să accesezi anumite funcții în alte zile, când acestea sunt necesare. 10 % apare doar la ElectroEncefalogramă (EEG).

7. Mintea și creierul tău procesează Non-Stop

Creierul tău poate sta aprins toată viața. Niciodată, nici măcar o secundă, nu-și ia

pauză. Creierul tău este activ în timpul somnului și pe parcursul zilei. Se spune că ar trebui să te gândești la lucruri bune înainte de culcare pentru că poate avea efect asupra gândurilor cu care se preocupă mintea ta atunci când dormi. **Mintea este un excelent instrument de învățare în timpul somnului.** Vei afla mai multe într-un articol următor.

8. Mintea ta vrea să folosească cât mai puține cunoștințe și resurse posibile

Mintea ta face constant economie de resurse pentru a putea administra funcțiile corpului și orice informație, pe lângă toate activitățile pe care le desfășori într-o zi. Cu cât face mai puțin eforturi, cu atât are la dispoziție mai multă capacitate pentru orice procesare urgentă ai avea în acea zi.

9. Toate cele 5 simțuri sunt importante

Cele 5 sunt utilizate pentru a aduce date în subconștientul tău. Simțul vederii, mirosului, auzului, gustului și atingerii au puterea de a crea o amintire a ceea ce au experimentat.

Cele 5 simțuri sunt foarte importante pentru subconștientul tău și toate 5 joacă un rol în procesarea informațiilor și reținerea momentelor trecute. Poți să-ți amintești ceva doar în baza a ceea ce ai simțit sau auzit.

10. Mintea vrea să învețe tot timpul

Mintea ta poate procesa un miliard de lucruri și poate învăța lucruri noi, fără să aibă procesorul încărcat. Această abilitate îți permite să te dezvolți și să crești încontinuu. Una din funcțiile din dotare a inconștientului tău este aceea de a dori să crească, să învețe, să se dezvolte.

Mintea ta crește în fiecare zi, dar are nevoie să-i stabilești o direcție potrivită. Gândurile tale trebuie să rămână pozitive pentru a atrage lucruri pozitive, și poți învăța orice îți propui, poți aprofunda noi domenii.

Acum ȘTIU 10 lucruri pe care probabil nu le cunoașteai despre creier, folosește-le în avantajul tău și adu o schimbare în viața ta!

[Antrenament Mental = Viață Fericită = Putere și Voință](#)

Împarte aceste rânduri și vei ajuta să transformi pe cei dragi.

Comunitatea celor cu mintea limpede și liniștită, te salută!

Ai păreri? Comentează mai jos cu spor