

30 правил настоящего мечтателя

Практическая мечталогия
на каждый день

ЕваКац

Взять мечту
за хвост
и сделать
своим партнером

Почитать описание, отзывы и купить на сайте МИФа

Оглавление

Введение	13
Мечтатели — новые свободные люди	15
Расскажу вам, откуда я знаю, как именно мечтать	17
Как построена эта книга	19

Часть первая

Энергия и ресурс

1. Испеките своего энергетического колобка	27
2. Ваш индикатор энергии как в игре Sims	35
3. Не будьте человеком, который съел ведро гнилых слив	45
4. Пригласите Пушкина на чай: как воображаемые друзья поднимают самооценку	51
5. Создайте презентацию себя	57
6. Как заправить себя малиновым пирогом, просмотром коллекции небесных звезд и тремя часами тишины ...	65
7. Лечим синдром Нового года	73

Часть вторая

Умение определять свои желания и не поддаваться манипуляциям

8. Гардероб желаний: не надо донашивать чужие мечты ...	81
9. Конвейер неудобных вопросов, космический разгон и бантик приоритета	89
10. «Горшочные соревнования», или Когда все понятно только в тридцать	97
11. Мечтательные мысли человека без правил	109
12. Правила примерочной: строгая учительница в костюме клоуна	117

13. Чудеса самодиагностики и причины несбывшихся желаний	125
---	-----

Часть третья

Настоящая магия: начинаем мечтать по-крупному

14. Жизнь как огромная сладкая вафля, а время — как счет на кредитке	137
15. Облако желаний и мечты с характером	145
16. Теория желудя и чек-лист для рискованных решений	157
17. Дублирующее «я»: ведите себя так, будто ваши мечты уже сбылись	165
18. Тренировки в джакузи: позволяйте себе больше, чем раньше	171
19. Дзен для мечтателя, планирование и бизнес-буддизм	179
20. Алхимики в красных кедах и магия выпущенных слов	193
21. Аквариум для мечтателя	201
22. Обесцененные мечты — потеря всей жизни	207
23. Когда вас никто не видит	213
24. Энергия общего разума	225
25. Космонавт ловит единорога	231
26. Теория множества дел	237
27. Эндорфиновые конфеты и лотерея с самим собой	245
28. Хватит «сидеть на драме»	253
29. Не будьте удобными — будьте счастливыми	263
30. Памятка мечтателя	273
Заключение	281
Благодарности	282



[Почитать описание, рецензии и купить на сайте МИФа](#)

Можно ли приручить мечты? А управлять желаниями? А точно знать, чего достигнешь, только нарисовав картину? А как стать человеком, который всегда кайфует от жизни, получает то, чего хочет, и каждый новый день просыпается, полный радости и энергии? Как из грустного уставшего жителя большого города стать настоящим мечтателем — человеком, который получает то, чего желает?

Все ответы есть в этой книге. Живите, играйте, мечтайте. Вы никогда уже не будете прежними. Начните прямо сейчас.

Задание 1

Запишите по пунктам свои мечты и поставьте дату.
А потом начинайте читать эту книгу.



[Почитать описание, рецензии и купить на сайте МИФа](#)

Введение

Это необычная книга, настоящий учебник для взрослых мечтателей. Здесь нет эзотерики и обещаний, что от картинки красивого автомобиля на стене эта машина материализуется. Все упражнения взяты из жизни, сфер психологии и бизнеса. Они применимы в нашей с вами реальности — с ее бытовыми проблемами, отключением горячей воды, скачками курса валют, пробками и горячим кофе в стаканчике, который всегда не вовремя обжигает губы. Однако уже во время чтения этой книги ваша реальность начнет преобразовываться. Точнее, меняться начнете вы сами, а вместе с вами — и ваш мир.

Эта книга для тех, кто хочет научиться творить волшебство в своей жизни. Но не понарошку, в формате «помечтал — и все случилось», а на самом деле. Именно поэтому здесь нет эзотерики и идей в духе «создай доску желаний — и они исполнятся».

Волшебники живут в каждом из нас. Они ездят в метро, смотрят вместе с нами на то же небо и обладают такой невероятной силой, о которой даже страшно говорить вслух.

Как великий музыкант может не узнать о своих способностях, если не возьмет в руки скрипку, так и настоящий мечтатель порой не узнает о своих возможностях. Эта книга — ваша скрипка.

Каждая глава здесь — упражнение для будущего профессионального мечтателя. Эта книга не о магии, а о важном для нас — энергии, направленной на то, чтобы мечтать; способности отделять свои желания от чаяний других; умении позволять себе жить лучше, чем сейчас, мыслить шире и оказываться в реальности высшего уровня. Она о том, как видеть свои цели и встраивать их в свой быт так, чтобы они становились настоящими делами и воплощались в жизнь.

Этот волшебный учебник учит вполне реальным навыкам. Таким, которые обычного человека перемещают в его новый дом в Тоскане, с маленьким виноградником, помогают стать успешным бизнесменом, жить у моря, общаться с людьми, которые раньше казались недостижимыми звездами, ходить на собственной яхте, купить свою первую квартиру, начать свой бизнес или отправиться в путешествие мечты и делать любые невероятные вещи, какие только захочется.



[Почитать описание, рецензии и купить на сайте МИФа](#)



[Почитать описание, рецензии
и купить на сайте](#)

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

