

12+

ВЛАДИМИР ПАВЛОВ

РАБОТА с ПОДСОЗНАНИЕМ



КАК ПЕРЕПИСАТЬ УСТАНОВКИ,
ИЗБАВИТЬСЯ ОТ СТРАХОВ
и ИЗМЕНИТЬ МЫШЛЕНИЕ

Владимир Павлов

**Работа с подсознанием как
переписать установки, избавиться
от страхов и изменить мышление**

«Издательские решения»

Павлов В.

Работа с подсознанием как переписать установки, избавиться от страхов и изменить мышление / В. Павлов — «Издательские решения»,

Данная книга создана как практическое руководство по работе с мышлением и внутренними установками. Все описанные методы основаны на обобщённом опыте, личных наблюдениях автора и открытых источниках в области психологии и саморазвития. Материал носит ознакомительный и образовательный характер. Он не является медицинской, психотерапевтической или иной профессиональной рекомендацией и не заменяет консультации специалистов.

© Павлов В.

© Издательские решения

Работа с подсознанием как переписать установки, избавиться от страхов и изменить мышление

Владимир Павлов

© Владимир Павлов, 2026

ISBN 978-5-0070-5974-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Данная книга создана как практическое руководство по работе с мышлением и внутренними установками. Все описанные методы основаны на обобщённом опыте, личных наблюдениях автора и открытых источниках в области психологии и саморазвития.

Материал носит ознакомительный и образовательный характер. Он не является медицинской, психотерапевтической или иной профессиональной рекомендацией и не заменяет консультации специалистов.

Автор не гарантирует конкретных результатов, так как изменения зависят от индивидуальных особенностей, уровня вовлечённости и регулярности практики.

Что такое подсознание на практике

Подсознание редко ощущается напрямую. Оно не говорит с нами словами, не требует внимания, не объясняет свои решения. Оно действует — и мы уже потом пытаемся это объяснить.

Вы выбираете привычный маршрут, хотя есть более быстрый. Откладываете важное дело без очевидной причины. Испытываете тревогу там, где объективно всё спокойно. Это не случайность. Это работа подсознательных программ.

Если упростить, подсознание — это система автоматических решений, сформированных на основе прошлого опыта. Оно не задаёт вопрос «правильно ли это сейчас», оно отвечает на другой:

«Что я делал раньше в похожей ситуации?»

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.