



розуму), і коли наші думки повторюються, вони просочуються за допомогою підсвідомого (творчого розуму). Підсвідомість починає сприймати ці думки за істину, і починає залучати їх зміст до життя. А саме життя створює обставини, за яких наші повторювані думки починають проявлятися в реальності.

Позитивний ефект від візуалізації бажань, як припускають вчені, пов'язаний із тим, що мозок нездатний провести межу між реальною подією, в якій ми реально беремо участь і бажаною подією, яку ми чітко собі уявляємо.

Таким чином: якщо людина періодично починає уявляти собі якусь ситуацію або бажану подію (будь-що – від купівлі автомобіля чи подорожі до Парижу), то підсвідомо в неї з'являється прагнення виконати це. Розумом людина може розуміти, що для реалізації задуманого в неї зараз нема ні фінансової можливості, ні часу, проте підсвідомість вже розпочала свою роботу з пошуку варіантів і шляхів досягнення омріяного. Тому часто використовується таке словосполучення, як візуалізація бажань.

Підсвідомість може стати нашим надійним партнером в досягненні успіху. Вона справді всемогутня й безмежна, як Всесвіт. Вона прислухається до думок, що роєм кружляють в підвалинах нашого мозку, і негайно робить свої висновки.

Кращою мовою для підсвідомості є мова образів. Хоча вона однаково добре розуміє мову слів, проте значно легше піддається впливу образів. Ось чому візуалізація є найбільш ефективним способом доставити підсвідомості повідомлення про те, чого ви хочете. Використовуючи правила проведення візуалізації, і знаючи, які можуть бути помилки при візуалізації, ми здатні досягти досвіду і деяких навичок, не за рахунок тренувань, а за рахунок невеликого відпочинку, а також за допомогою роботи над уявними образами.

## ВІЗУАЛІЗАЦІЯ БАЖАНЬ – ЧАСТИНА УЯВИ



Для багатьох людей візуалізація бажань є основною складовою частиною уяви. Наприклад, характерною рисою багатьох геніїв є їх чиябьяка здатність візуалізувати. Фактично такі люди, як Альберт Ейнштейн, Леонардо да Вінчі, Уолт Дісней, Нікола Тесла і навіть Вольфганг Амадеус Моцарт, приписували свою творчу геніальність своїй здатності візуалізувати.

Наприкінці хотілося б зазначити, що всі ми час від часу стикаємося з проблемами. Однак очікування найгіршого кидає нас в протрацію й позбавляє здатності ефективно діяти. Проте якщо ми у своїй уяві «перекинемо» свій розум і серце через усі уявні перешкоди, їх вдасться подолати й нашому тілу.

**Результат** → **неминуча дія спрямованості думки.**

Тож настав час навчитися мріяти правильно! І тоді як ніколи стане в нагоді дошка візуалізації бажань.