Автор: http://www.superstyle.ru
24.10.2008 06:51 -

Ученые доказали, что когда мы ставим перед собой жизненные цели, то создаем своего рода "картинки»" – мысленное представление ожидаемого результата, которые очень важны для нас, потому что человеческий разум общается посредством мысленных изображений, а слова - лишь коды, с помощью которых мы описываем "увиденное", пишет Психологический навигатор.

Но мало создавать мысленные "картинки", важно делать это правильно. Исследователи пришли к выводу, что нет образа для частицы "не". Например, если вам скажут "не думайте о синем автомобиле", в вашей голове все-таки появится изображение синего автомобиля.

Поэтому, если вы действительно хотите чего-то добиться, вы должны сосредоточиться на том, чего вы действительно хотите, а не чего вы не хотите. Тогда у вашего разума будет представление о желаемом, и он будет искать способы совместить это с действительностью.

Позитивное мышление - это способность мыслить без частицы "не". Поэтому если хотите реализовать свои мечты, не говорите себе: "хочу не болеть" и "хочу не быть бедным". Смело утверждайте: "хочу быть здоровым и богатым"!