Автор: admin
27.03.2011 19:07 - Обновлено 30.10.2014 02:51

Как преодолеть препятствия на пути воплощения желаний?

Каждый из нас хочет знать, как достичь желаемого. Я считаю, что, прежде всего, нужно найти ответ на вопрос, в чём же состоит причина неудач. Автор, основываясь на собственном опыте и некоторых данных, попытается дать ответ на этот вопрос.

Начнём с начала. Проследим процесс формирования желания и его дальнейшее развитие. Откуда вообще приходят желания? Ответ очевиден – из окружающего мира. Именно благодаря великолепию и разнообразию окружающего мира мы приобретаем предпочтения, преображающиеся в стремления, которые формируются в конкретные желания. Я бы сказала, что желания – это направление мысли. Чем конкретней направление, тем больше шансов для воплощения желаемого в жизнь. Казалось бы, всё просто. Почему же тогда так часто желания остаются просто желаниями?

Вы когда-нибудь замечали, что стоит возникнуть желанию, как наш изворотливый логический ум, именуемый здравым смыслом, начинает тут же нашёптывать, что осуществить это желание очень сложно, а то и в принципе невозможно. Мы, конечно же, некоторое время с энтузиазмом уверяем себя, что нет ничего невозможного, но этот энтузиазм потихонечку сдает позиции, уступая место «трезвому» взгляду. Так проявляет себя механизм внутреннего сопротивления. Именно здесь и кроются корни многих неудач и разочарований. Точнее, многие наши неудачи уходят этими самими корнями ещё глубже, в детские переживания, навязанные установки, ограничивающие убеждения и т.д. Но мы сейчас речь ведём не об этом, т.к. тема эта весьма обширна, и здесь одной статьёй не обойтись.

Так что же делать с этим механизмом внутреннего сопротивления? Первым делом, конечно же, осознать его. Наша нынешняя перспектива восприятия такова, что мы просто не можем увидеть путей реализации наших желаний. Но это не значит, что их не существует. Направьте своё внимание на само желание, а не на поиск путей. Будьте уверенны, пути найдутся. Не ограничивайте себя, попытайтесь быть открытыми. Перспектива расширится сама собой и, возможно, вы еще удивитесь, как раньше не замечали столь очевидного. **Находясь в состоянии открытости миру, будьте готовы к любым чудесам. Они не заставят себя долго ждать.**

Есть еще одна важная особенность механизма внутреннего сопротивления. Находясь

под гнётом сомнений, мы часто заменяем наше желание его противоположностью, то есть его отсутствием. И наши мысли устремляются не к тому, чего мы хотим, а к тому, чего у нас нет. Мы часто даже не задумываемся, куда направлен поток наших мыслей, а потом удивляемся или уже не удивляемся причинам наших неудач. И продолжаем жить с мощным фильтром из противоречий и собственных ограничений. Важно понять, в чём именно образ наших мыслей не соответствует самому желанию.

Достичь такого соответствия, когда мы сами перестанем препятствовать осуществлению наших желаний, довольно просто, если мы станем более внимательно относиться к нашим мыслям. Показателем степени соответствия служат наши эмоции. Вообще, наши **эмоции – это универсальная система навигации.** Если мы направляемся туда, куда действительно хотим, мы испытываем радость и воодушевление. Если же идём путём, уводящим в сторону от намеченного, в данном случае от воплощения нашего желания, мы испытываем подавленность, разочарование или же сразу весь спектр эмоций со знаком минус на эмоциональной шкале.

Важно научиться быть внимательным к собственным ощущениям. Никто лучше нас самих не знает, куда мы стремимся придти и куда в данный момент направляемся. **Внимание, благодарность и любовь к самому себе являются наиболее важными чувствами для любого человека.**

Автор - **Елена Огрева**

Источник