

潜在意識に刻印すれば思いは実現する「潜在力」の法則

15. 成功の「イメージ」づくり……効果的な科学的根拠とは？

脳は鮮明なイメージを現実のできごとと同じに受け取る。

脳の話 continué ましょう。

意識として認知できる顕在意識の研究は、かなりのレベルにまで達しました。しかし、意識化できない潜在意識については、まだまだといってよいでしょう。

とはいえ、科学技術の進歩によって、潜在意識にも新しい光が当てられるようになりました。脳の中の代謝、反応の様子を画像で示すことのできるPET（ポジトロン・エミッション・トモグラフィ）や、脳内活動の変化を撮影できる装置などが登場してきたからです。その結果、「イメージを描くと、脳の中で実際に行動しているときと同じ行動パターンを再現できる」ことがわかりました。つまり人間の脳は、現実と同じくらい鮮明に描いたイメージと、現実のできごととの区別がつかないことが証明されたのです。

例えばあなたが、いま進めている仕事がかうまくいったイメージを朝晩くり返すとします。すると脳は、それが現実起こったことと区別できません。成功のイメージづくりが、いかに有効かがおわかりになるでしょう。

成功のイメージ・トレーニングをしよう！

人間の脳は、現実のできごとと同じくらい鮮明に描いたイメージと区別できない。

望ましい状態のイメージ・トレーニングを習慣化する。

マーフィーの言葉

人は誰でも、自分がそうしたいと思わなければ、本当の意味では動きません。

きこ書房

マーフィー「お金」と「幸せ」の法則 ジョセフ・マーフィー・インスティテュート編