

El poder de la visualización.

Estaba leyendo un pequeño libro cuando comprendí algo sustancial. Algo que me golpeó salvajemente el entendimiento. Es acerca de la visualización. Si tienes deseos de conseguir mucha más prosperidad de la que tienes y has estado permanentemente en búsqueda de respuestas, entonces te interesa esto. ¿Será esto lo que he estado buscando tanto tiempo? Te cuento.

Por años se ha afirmado que la visualización es una manera de prepararnos para conseguir metas y objetivos. Similar a cómo los atletas se preparan mentalmente cuando están en la busca de batir algún record. Pero son incontables las personas que reportan que la visualización no les ha representado ninguna diferencia y otras que explican este proceso como si fuera algo místico o metafísico, vibraciones de energía cuántica, bla, bla, bla.

Muy al contrario, yo creo que la visualización si funciona, pero no basta con visualizar la meta conseguida y esperar a que ondas de la misma frecuencia nos alcancen y nos den los objetos deseados. Pensemos en los atletas de nuevo. Un atleta no nada más visualiza su imagen de sí mismo recibiendo la medalla. ¿Qué es lo que realmente visualiza? ¡Eso es! Visualiza el proceso completo.

Desde como arranca, cómo corre durante la prueba, hasta cómo estira su cuerpo para alcanzar la meta en primer lugar. Para conseguir un objetivo, tenemos que juntar las oportunidades con la preparación, lo que se conoce comúnmente como tener suerte. Y la visualización menos importante en este proceso, parece ser la de vernos ya en posesión de lo anhelado.

Entendamos cómo funciona el subconsciente. Nuestra percepción está basada en la eliminación. Eliminamos aquello que determina nuestro inconsciente que no nos es necesario para alcanzar nuestro enfoque. Luego entonces, nuestro enfoque, le determina al inconsciente que cosas eliminar de nuestra percepción y cuales no.

Cuando simplemente nos visualizamos alcanzando la meta, la técnica de la visualización puede resultar totalmente insuficiente. Necesitamos, primero que nada, conocer qué hace falta, cual es el proceso necesario para alcanzar una serie de objetivos. Al principio, puede que esto no nos resulte muy claro. Es entonces cuando se hace más lógico que nunca, la ayuda de otras personas. ¿Quiénes?, preguntarás. Y haces bien en preguntar. La única respuesta que yo conozco es esta: los maestros. Maestro es quien ya ha alcanzado un objetivo que nosotros también deseamos alcanzar. Eso, el hecho de haber alcanzado ese objetivo, ya sea una posesión, un estado emocional, salud, una familia funcional (si existen), lo que sea, eso lo convierte a alguien en Maestro.

Cuando conocemos los pasos, lo que tiene que pasar en ese camino a conseguir un objetivo, visualizamos entonces cada paso de proceso para entrenar a nuestra mente consciente a identificar las oportunidades.

Previamente preparados, e identificando las oportunidades que la vida brinda, cumplir objetivos es cuestión de técnica y habilidad, no de suerte.

Es decir: visualizar es entrenar a nuestra mente a eliminar lo que no nos acerca a nuestros objetivos e identificar lo que sí. La visualización es la clave final de cómo conseguir objetivos contundentemente. No es un acto de magia ni de cuestiones esotéricas, es un proceso mental.

Hace muchos miles de años, alguien escribió la siguiente frase:

“El universo es mente”

Tal vez, lo que quería decir el autor de la frase era algo de absoluta interpretación personal. Es decir, que cada quien lo interpreta como quiere. Yo lo interpreto así y me es congruente con cómo funciona el cerebro. Usalo y me cuentas cómo te fue. Por lo que a mi respecta, la Visualización sí funciona.