

УМНЫЙ ТРЕНИНГ, МЕНЯЮЩИЙ ЖИЗНЬ

Нико **Бауман**

**#СИЛА
ФОКУСА
ВНИМАНИЯ**

**МЕТАФИЗИЧЕСКИЙ
ЗАКОН
УСПЕХА**



3-е издание

Нико Бауман
#Сила фокуса внимания.
Метафизический закон успеха
Серия «Умный тренинг,
меняющий жизнь»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=22961314

Сила фокуса внимания. Метафизический закон успеха. 3-е издание /

Нико Бауман: АСТ; Москва; 2017

ISBN 978-5-17-103784-0

Аннотация

Эта книга попала к вам в руки для того, чтобы вы наконец-то смогли что-то исправить в своей жизни и улучшить ее! Вы сможете получить то, о чем раньше только мечтали. Эта книга – о «психической кнопке», которая многократно повысит вашу эффективность! И кнопка эта называется – внимание. Именно внимание таит в себе необыкновенную Силу, которая творит Чудеса! Нико Бауман – загадочный тренер в области управления мыслями, он научил использовать «психическую кнопку» уже сотни тысяч людей. Вспомните, как часто вы просыпаетесь с мыслью, что во сне происходило что-то важное для вас, сакральное, судьбоносное, но вы не можете этого вспомнить.

Иногда вам даже снятся другие ваши судьбы: там вы другой человек; с другим характером, другими воспоминаниями, другим прошлым. Вы так любите, когда в ваших снах воплощаются ваши мечты... В этой книге Нико собрал свои знания по управлению мыслями, и теперь вы сможете воплотить в жизнь то, что вам даже и не снилось! Третье издание дополнено несколькими новыми упражнениями.

Содержание

Предисловие	7
Получите ту жизнь, которую хотите!	10
Какие успехи вас ждут?	15
А сколько у вашей мухи лапок?	19
Не усложняйте процесс понимания:	21
в простоте – ясность!	
Изменения к лучшему могут начаться сразу	22
Чудо, которое вы ждали всю жизнь	24
Восприятие информации	26
Не бойтесь менять точку зрения!	30
Конец ознакомительного фрагмента.	34

Нико Бауман

Сила фокуса внимания.

Метафизический

закон успеха

© Бауман Н., 2016

© ООО «Издательство АСТ», 2017

Книга Н. Баумана изменила мое отношение к жизни, буквально поменяла ее, очень БЛАГОДАРНА за это Нико, и да, мысли действительно материальны! Просто люди не до конца понимают закон притяжения и не везде получают успех в его применении. Нико объясняет его, приводя различные примеры.

Теперь все идет так, как я хочу!

Гузель Галиуллина, Уфа

Нико дошел до точки, когда ему действительно есть что сказать людям.

Он дает искомый механизм тем, у кого никогда не было времени или желания побыть наедине с собой и самостоятельно найти ответы на самые главные вопросы в жизни. А таких людей сейчас очень много. Их жизнь идет, а ответов все нет – ситуация начинает «напрягать».

И тут приходит Нико. Через сто лет это будет знать

каждый школьник, а пока...

Пока — это новая классическая литература,
товарищи.

Великанова Мария, Санкт-Петербург

Предисловие

Уважаемый читатель! Верю, что вы стремитесь к своим *желаниям* и мечтаете улучшить свою жизнь. Вы старательно ищете пути и способы перемен. Есть множество учений, мнений и теорий о том, как *получить* счастливую жизнь. Люди теряются в огромном потоке книг, статей и тренингов на эту тему. Для многих книга «Сила фокуса внимания» уже стала настоящим «алмазом» в современном информационном вихре. Количество жизней, измененных в лучшую сторону благодаря практике развития силы внимания, с каждым днем растет. Хотите ли вы присоединиться к этим людям? Сейчас у вас есть такой шанс! Позвольте мне сказать вам несколько очень важных слов.

Изменив самую, казалось бы, «малость», можно кардинально изменить всю жизнь! Как будто вы нажали особую кнопку, которая запустила фантастические программы обновления. Ураган перемен мгновенно подхватит вас, вовлекая в самую гущу невероятно интересных событий, и вам уже очень сложно будет поверить в то, что когда-то вы жили совершенно иначе. Освежающий бриз творчества, свободы, успеха подует на вас! А жизнь преподнесет свои лучшие дары. Именно так!

Вы слышали о том, что мысли материальны? Так вот, это не совсем так. Наше внимание просто притягивает подобное

тому, что мы наблюдаем в настоящем моменте. Эта книга – о силе **ВАШЕГО** восприятия, мышления и внимания. В ней вы отыщете эту «психическую кнопку», которая многократно повысит вашу эффективность! И кнопка эта называется – внимание.

Книга уже помогла многим людям улучшить жизнь благодаря правильной концентрации внимания. Я получаю тысячи сообщений об успешных практиках. Спасибо вам большое за тёплые слова, которые вы пишете. Надеюсь, вам понравятся и другие мои книги о влиянии мыслей на нашу жизнь.

Но с чего же всё началось? С чего вдруг в моей жизни начались такие перемены к лучшему?

Я перестал мечтать любой ценой стать миллионером и переключился на все блага жизни, которые были доступны мне «сегодня и сейчас». Вскоре я стал замечать, что у меня появилось больше денег. Они приходили ко мне из разнообразных источников. Я легко начал погашать кредиты и жить, ни в чём себе не отказывая! Через некоторое время моё здоровье стало улучшаться. А ещё я встретил идеальную девушку, ту, которую всегда искал. Это стало настоящим подарком судьбы. И самым ценным по сей день.

Хорошее самочувствие, увеличение дохода, встреча большой любви, улучшение отношений, решение внутренних проблем... Неужели всё это способен принести нам всего лишь правильный фокус внимания? И что же нужно сделать

для этого? Просто **изменить самовосприятие!**

Получите ту жизнь, которую хотите!

Пару лет назад я переехал в город своей мечты, желая сменить обстановку. Я просто начал жить так, как всегда хотел. Но до этого моя жизнь была совсем иной. Благодаря чему произошли эти судьбоносные перемены?

Я изучал внимание и восприятие. Потом начал рассказывать об этом на специально созданной для этого публичной странице в социальной сети. С тех пор множество жизней изменилось в лучшую сторону! Постепенно к этой теме и моему личному опыту читатели стали проявлять всё больший интерес. Люди, которым я помогал, порекомендовали мне написать книгу или организовать тренинги. Прежде всего я попробовал проводить тренинги. Через некоторое время написал бесплатную книгу, которая разлетелась по Интернету и называлась «Сила фокуса внимания». Даже сейчас вы можете найти её на моих официальных страницах. Она отличается по содержанию от этой книги. За год моя небольшая книга стала довольно популярной. Потом со мной связался представитель издательства и предложил выпустить печатную версию уже известной читателям книги. Я подумал и решил, что должен переработать её, так как сейчас я уже несколько иного мнения о том, что писал раньше. Менять своё мнение, если оно было ошибочным, — очень эффективно!

Итак, я взялся за переработку книги... Интересно, что изначально в ней было на 10 глав больше, но, когда книга была почти готова, я уронил ноутбук. Ни один файл специалисты не смогли полноценно восстановить. Это стало хорошим вызовом для проверки моей памяти! Но всё же я оказался сильнее обстоятельств, по крайней мере мне нравится так думать.

Я очень рад, что теперь у меня есть своя книга. Надеюсь, вы разделите эту радость со мной и оцените работу, которой я посвятил несколько лет жизни. Я понимаю, что многие читатели возлагают на меня и мою книгу большие надежды. Кто-то считает это единственным способом наладить свою жизнь. Я хочу, чтобы вы осознавали, что я пытаюсь вам помочь, предоставляя в полное ваше распоряжение бесценный багаж знаний, накопленный мною за годы упорного труда. Не стоит обижаться на меня, если вам не удалось что-то понять или у вас что-то не получилось. Я не даю гарантий, что после чтения книги всё в жизни в одночасье станет лучше. Я не могу принимать ответственность за то, за что ответственны только вы. **Но то, как мы фокусируемся в жизни, во многом определяет то, что мы от неё получаем.**

Знайτε, что я искренне верю в то, о чем пишу, а не пытаюсь «вписаться в популярную тему». Не стоит связывать свои неудачи (если таковые возникнут) с силой фокуса внимания, так будет правильно с точки зрения самого благоприятного фокуса. Это вам же на пользу. Ведь силу нужно ис-

пользовать эффективно! Даже если игнорировать мистически-эзотерический контекст силы фокуса внимания, то информация из книги всё равно будет вам полезна и интересна.

В книге я затрону теорию материальности мысли, но придерживаться мы всё-таки будем теории силы внимания. Она намного глубже и имеет некоторые принципиальные отличия в объяснении эффектов влияния ума на действительность. Если вы уже знакомы с данными теориями и вас не нужно убеждать в них верить, то вступление и суть теории всё равно стоит внимательно прочитать.

Мне самому всегда не терпится сразу рассказать о том, что делать, чтобы получать от жизни всё самое лучшее. Но это невозможно, если изначально не заложить ученику определённый информационный фундамент. Для этого нужно знать хотя бы что-то про стихию, с которой мы собираемся взаимодействовать. Да, я мог бы ответить очень просто на непростые вопросы. Например, на вопрос «Как улучшить свою жизнь?» я бы сказал: «Фокусируйтесь на том, что вам приятно, и на том, что вы хотите видеть в жизни больше всего». Но разве этого достаточно? Вы удивитесь, но в принципе это и есть ответ на все вопросы, однако знать его мало. Его нужно осознать! Я расскажу вам некоторые основы управления своим вниманием и механизмом достижения целей, реализации желаемого.

Вы не первый, кто откроет для себя это знание. Мне известно, что происходит с людьми после подобных личных

открытий. Подходы, которые предложены в некоторых главах, испробованы учениками моих тренингов и школы. Я собрал основной материал воедино, сделал его простым и понятным для восприятия. Я видел, как эти рекомендации повлияли на многие жизни и какие позитивные изменения с ними произошли! Эта радость, когда твои рекомендации и знания сделали кого-то счастливее, меня вполне устраивает в качестве мотивации для написания книги. Я предвосхищаю ваши восторженные отзывы и откровения. Такие же, которые мне писали люди из разных стран и городов после моих тренингов и занятий в онлайн школе. Я желаю, чтобы благодаря этой книге вы сотворили такую жизнь, от которой будете в восторге!

С таким намерением я и писал книгу. Но если что-то не получилось, то прошу у вас прощения за неоправданные ожидания. В свою работу я вложил всю свою душу, самые светлые мысли и искренние надежды. Как вы понимаете, какие цели – такие и действия. Так что обманывать, приукрашивать или намеренно что-то недоговаривать я не собираюсь.

Ведь действительно в большинстве случаев люди реально улучшают свою жизнь с помощью предложенных рекомендаций. Но случается, что некоторые просто не могут воспринять или осознать необходимую информацию. Как избежать этого, мы непременно поговорим на страницах книги. Мне нравится восхищаться эффективностью своих подходов заин-

тересованных людей. Вот только людям не заинтересованным я ничего объяснить не смогу. У вас обязательно должен быть живой интерес в поиске истины. А также здоровое и адекватное отношение к теме книги.

Вы узнаете о свойствах мыслей и о том, как работать над ними, чтобы они положительно влияли на вашу жизнь. Данная книга является концентрацией знаний, полученных в процессе работы над собой, а также при совместной практике с участниками занятий на моих ресурсах. Особое внимание я уделил эффективному самообучению и усвоению практик и знаний. Это должно помочь вам зафиксировать книгу «Сила фокуса внимания» не только в своём уме, но и в сердце, для того чтобы она запустила механизм позитивных изменений в жизни. Я желаю вам больших успехов и главное – внимательности!

Какие успехи вас ждут?

На моей памяти – бесчисленное количество успехов учеников и читателей, работавших со своим вниманием. Но самое ценное – не только их достижения, но и гора ошибок, заблуждений и неудач, благодаря которым наметился самый верный путь достижения желаемого через управление вниманием. Пройдено много этапов понимания этой информации. Эффективность подходов в моей работе вызвала определённый интерес к моим блогам. Ведущий редактор крупнейшего издательства РФ сам нашёл меня и написал письмо с предложением выпустить эту книгу, что говорит о многом и прежде всего о том, что у людей есть большой интерес к обсуждаемой теме. Пусть эта книга надолго останется в вашем уме и сердце.

Чем проще всего заинтересовать читателя? Обещаниями всего хорошего и рассказами об успехах, не так ли? Давайте посмотрим, что я могу вспомнить... Наиболее яркие успехи на моих тренингах – это когда нескольким людям дарили готовый бизнес. Достаточно халявное, как принято говорить, улучшение жизни, в которое многие не верят. Справедливости ради стоит отметить, что эти люди и до того жили хорошо, так что, если вы захотите выиграть в лотерею с помощью полученных знаний, меня ваша цель ничуть не удивит. Но, честно говоря, ещё ни один ученик моих курсов не вы-

игрывал миллионы в лотереи. Был один случай: парень выиграл 50 000 рублей в какой-то лотерее или розыгрыше. Он написал об этом приятном случае в группу участников моего курса, после того как получил эту сумму на счёт, и в качестве доказательства приложил соответствующий документ. По его словам, как раз в этот период он менял фокус своего внимания в финансовой сфере. А другому парню знакомый подарил автомобиль. Что он для этого делал? Просто вспоминал все свои авто и всё, что с ними связано. В эту же минуту ему позвонил знакомый и предложил выгодную сделку, по которой он получал подержанное авто после ремонта бесплатно. У знакомого было несколько автомобилей, и, видимо, именно этот ему был не нужен. Находили домашних питомцев, расплачивались с кредитами, встречали свою любовь, обретали новую жизнь.

Мне трудно выделять какие-то отдельные успехи учеников и читателей. Ведь они почти все для меня поразительны!

Однако почему-то люди думают, что всё, что нужно для таких успехов, это просто о чем-то подумать. Действовать и делать шаги все боятся как огня. А об изменениях в характере и говорить не приходится. Никому не хочется работать над собой, все хотят «взять» какую-то мысль, просто покрутить её в голове и получить результат. Это неправильно.

Лучше избегайте такого подхода. Ведь, насколько я знаю, люди, которым подарили бизнес, тоже не сидели сложа руки. Они были очень активными и коммуникабельными. Я с ни-

ми лично не знаком, но читал их отзывы и письма. Мне кажется, что, не будь у них нужных знакомств, этого волшебства не произошло бы. А те, кто находили своих любимцев? Разве они сидели дома? Нет, конечно. Они расклеивали объявления по району. Они просто прикладывали правильный фокус к своим действиям и ни в коем случае не заикливались на неудачах. Это здоровое отношение к знанию о фокусе внимания. Просто прикладывайте их к реальным и конкретным шагам, которые вы совершаете в жизни.

Сколько раз люди писали мне о том, что стали зарабатывать в несколько раз больше, чем ранее. Я уже и сосчитать не могу! Когда хорошего так много, что-то конкретное вспомнить не так-то просто. Каждый день мне пишут разные люди, что их жизнь наладилась. Чаще всего, конечно, пишут про деньги, хотя и любовь, и здоровье – это те сферы, которые тоже можно улучшить силой внимания. Мне кажется, что люди первым делом применяют полученные знания к финансовой сфере, а уже потом ко всему остальному. Поэтому я публикую больше отзывов о финансовых успехах.

Например, премия в 100 000 рублей, которую получила ученица, однажды меня очень впечатлила. Но что позволило ей получить такие деньги? В первую очередь то, что она РАБОТАЛА, а уже во вторую очередь – правильный фокус внимания. Не игнорируйте объективную действительность, а сотрудничайте с ней.

Мне очень нравится, когда **люди встречают свою лю-**

бовь благодаря фокусу внимания. Когда отношения налаживаются, мир вокруг становится лучше. Это непередаваемые ощущения. Вы должны сами их испытать и рассказать нам об этом в благодарственных письмах! На сайте nikobauman.ru (это мой единственный официальный сайт) вы можете найти контакты и ссылки на социальные сети, а также дополнительные материалы к данной книге.

Вы читаете эту книгу, чтобы что-то исправить в своей жизни и улучшить её. Поэтому я сосредоточен на том, чтобы помочь вам, а не на том, чтобы помочь скептику уверовать. Убеждать, отсылать к исследованиям – этим мне не хочется заниматься. Я пишу не учебник по психологии, а практические рекомендации по применению фокуса внимания. Один из моих читателей как-то сказал: «Ты сажаешь деревья, под которыми будут отдыхать усталые путники». Мне это очень понравилось. Я сам был таким путником. Я так и отношусь к этой книге – как к посаженному дереву для усталых путников.

Помощь нужна многим людям. Но иногда кому-то нужно просто чудо. Сила внимания может стать для вас этим чудом. Весь представленный материал я писал именно как помощь, а не как исследование. Я сосредоточен на том, как направлять эти знания в положительное, созидательное и улучшающее жизнь русло. Для большинства людей это значительно важнее, чем нудный процесс убеждения неверующего Фомы.

А сколько у вашей мухи лапок?

Честно говоря, мне неизвестны никакие исследования по этой теме, кроме собственного опыта и опыта участников моих курсов. Но я знаю одну занятную легенду.

В общем, один древний исследователь поймал муху. Посчитал все её лапки. У каждого свой фетиш, давайте не будем судить человека. Все профессии важны, все исследования нужны. Лапок по его подсчётам у мухи оказалось 6. Так он и записал на своём папирусе: «Муха. Одна штука. Вид надоедливого и непривередливого насекомого. 6 лапок». Прошло время. Папирус нашли ученые, которые, по счастливому совпадению, разделяли интерес к странному древнему фетишу. Коллективными усилиями они поймали в своей лаборатории подопытную муху, которая, в свою очередь, вряд ли разделяла с этими мужиками их нездоровый интерес. А может быть, ей нравилось, когда щекочут и перебирают её лапки. Учёные насчитали 8 лапок. Так и записали: «Муха. Одна штука. Вид надоедливого и крайне похотливого насекомого. 8 лапок!» Переносимся в другую часть света, куда с молниеносной скоростью распространилась тяга к щекотанию лапок и животика мухи. Другие мужики в своём офисе поймали муху. Посчитали её лапки, причинив ей исключительно удовольствие. Далее в одном из журналов появилась статья: «Шок! Мы обнаружили у мухи... 5 лапок!» Так вот:

ваши знания и убеждения, склонности ума и ход мыслей зависят от того, о каком из этих трех исследований вы узнаете раньше. А результаты остальных исследований вы будете опровергать. До тех пор пока не отпустите свою точку зрения. К тому же муха как вид могла измениться миллион раз за это время и разделиться на подвиды. А вы поймали свою муху? Знаете, сколько у неё лапок? Или достаточно того, что об этом говорят исследователи?

Давайте вместо исследований каких-то других людей **займёмся собственными опытами**. Я пробовал объяснять эту теорию совершенно по-разному. Пробовал подбирать правильные слова, вводить новые термины, применять научный подход в той мере, в которой он возможен в этой теме (трудно применим на самом деле, ведь там есть критерии и основы, не учитывающие саму нашу теорию. Будем называть её теорией). Но снова пришёл к тому, что **чем проще слова и объяснения, тем удобнее воспринимать знания**.

Не усложняйте процесс понимания: в простоте – ясность!

Помните, что всё было донесено настолько просто, насколько это было возможно. Если объяснять ещё проще, то потеряется некоторая суть механизма силы. Про многие механизмы вы уже слышали. В книге, например, говорится про прогрессивное или «довольное» мышление, а чем это не позитивное мышление, спросите вы? На самом деле есть принципиальные отличия. Когда я называю это так, людям проще понять, что дело в проекциях прогресса, а не в радости. В фокусе внимания не важна позитивность или негативность, важна направленность на разные аспекты, которые по своей природе не могут быть весёлыми или грустными. Хотя наш эмоциональный фон задаёт тон нашего внимания.

Изменения к лучшему могут начаться сразу

Секрет в том, чтобы изменить своё восприятие ситуаций, с которыми вы сталкиваетесь.

Такова моя позиция: жизнь может стать ещё лучше, чем есть сейчас, в любой момент. Всегда... Причём это могут быть достаточно весомые и позитивные изменения! Счастья и хороших жизненных условий не нужно ждать годами. Если вы усвоите рекомендации и будете работать по ним, то успехи начнутся сразу же, и их будет всё больше. В этом принципиальное отличие от всего того, что можно найти по теме материальности мыслей. Уверяю, что ничего подобного вы ещё не встречали. Но главное – в этой книге вы откроете для себя осознание. Это не обещание, но это возможность!

Я видел много чудес, которым трудно найти объяснение. Буквально из пустоты в жизни людей возникает всё самое благое для них. Я знаю истории моих читателей о невероятных исцелениях, получении шокирующих подарков (от украшений и путешествий до квартир и многомиллионных бизнесов). Я видел, как люди назначались на должности и получали такие возможности и зарплаты, что ещё долго не могли поверить в это. Я видел, как люди приятно удивлялись изменениям в семье и отношениях. На глазах у участ-

ников моих занятий многие выбирались из самых, казалось бы, глубоких жизненных ям, выходили из сложных ситуаций, достигали недостижимого (в разных сферах жизни).

Чудо, которое вы ждали всю жизнь

С какой бы целью вы ни взялись за эту книгу, где бы вы ни собирались практиковать полученные знания, я могу уверенно заявить: не бывает нерешаемых задач. Нет непреодолимых трудностей. Только преодолев их, мы видим, что они преодолимы, а задачи решаемы. А это и есть рост: преодоление, выход за пределы. Верно говорят, что твой страх, как маяк, указывает тебе, что нужно двигаться в его направлении.

Знаете, что лежит между страхом и его преодолением? Действие. Преодолевая, совершая шаг вперёд, мы уже не боимся того, что пугало нас ранее. То, во что мы сейчас не верим, может стать для нас обычным и обыденным. Мышцы растут от труда. Человек развивается в процессе приобретения опыта и его переосмысления. Нет развития от пребывания в одной точке, в одной выбранной позиции мировоззрения или философии. Ум, как и тело, развивается только с помощью нагрузок. Нагрузки – это движение. От них вы становитесь только сильнее. Все трудности, которые вы испытывали, были вам на пользу! Только эту пользу нужно воспринять, извлечь и осознать! Теперь вы заслужили получить наконец от жизни то, чего хотите. Правильное внимание – универсальный решатель многих вопросов и ситуаций. Просто следуйте рекомендациям из книги: упорно, настой-

чиво, но гибко... Находите подход и собственные рецепты по предложенным формулам. Возможно, вам сейчас нелегко. Возможно, вы многое уже испробовали. Знайте, в жизни есть задачи, которые решить очень просто. А есть такие, решить которые поможет только чудо, а именно – знание о силе внимания. Это тот фактор удачи и везения, которого, возможно, вам и не хватает!

Я думаю, главное знание о внимании заключается не в том, как менять мир, людей или вещи, а в том, как получить хорошую жизнь. Хорошая жизнь – это жизнь, в которой ты счастлив. Счастье, в моём понимании, не зависит от чего-то, получаемого извне. Это нечто другое, то, что исходит изнутри.

Я желаю вам успехов на этом пути. Приятного и полезного чтения!

Восприятие информации

Не позволяйте мнению управлять вами! Сами управляйте им!

Перемена точки зрения влияет на то, что вы получаете от жизни.

Итак, чем же мы занимаемся с людьми, достигающими высоких результатов, на моих курсах и тренингах? Больше всего внимания мы уделяем работе с восприятием. Оно также непосредственно влияет на степень эффективности вашего прочтения этой книги и применения рекомендаций. Это просто способность воспринимать. Восприятие здесь как портал для приёма определённой информации в окружающем мире. Что-то мы способны видеть вокруг себя, а на какие-то вещи наше восприятие попросту не настроено. То же самое и с чтением этого материала. Первым делом перечитывайте интересные или незапомнившиеся эпизоды из книги. А после этого я предлагаю вам не выбрасывать из копилки ума полученные знания, даже если они в чём-то противоречат вашим предыдущим убеждениям. Всё это в ваших же интересах! Чем больше вы будете читать эту книгу снова и снова, тем лучше будете усваивать вещи, которые я действительно хотел до вас донести. Иногда вы будете удивляться: «Как же я не заметил этого при первом прочтении?! Ведь это и есть ответ на все мои вопросы!»

Мне часто задают вопросы, на которые я уже давал ответы. После подробных объяснений люди снова и снова задают вопросы на эту же тему. Ну, например: «Нико! А если я буду время от времени перечитывать книгу, может, я замечу что-то новое в ней?»»

Так реально бывает. Просто восприятие может что-то упустить. А спустя какое-то время оно уже будет открыто и настроено на нахождение ответа на интересующий вопрос.

Невнимательность в той или иной мере свойственна каждому. Многим из нас приходится возвращаться к началу предложения или страницы, когда мы осознаем, что читаем на автомате, а сами мысленно находимся где-то в другом месте. Это нормально. Перечитывать (и не раз!) некоторые главы или рекомендации из книги очень важно из-за того, что вы реально могли что-то упустить. Ещё нужен позитивный настрой по отношению ко мне и книге, тогда ваше восприятие не будет игнорировать важные рекомендации. Настрой – словно фильтр восприятия – по отношению к людям, к жизни и к тому, о чём я буду писать.

Хотелось бы сразу вас предостеречь: никогда не связывайте негативные проявления в жизни с рекомендациями, которым следовали. Такой подход более мудрый, а главное – достаточно эффективный. Вы могли просто неверно понять что-то из предложенного или настроены были неправильно.

Некоторые вещи не могут быть связаны! Только восприятие может их связать! Когда придёт осознание

этого, тогда придёт определённая ловкость ума, которая поможет контролировать потоки внимания и порталы восприятия.

Если вы уже имеете мнение насчёт того, о чем я буду писать, вам нужно будет его отпустить. Забудьте все книги и статьи, которые вы уже прочитали по этой теме.

Не позволяйте вашему мнению управлять вами, а учениям властвовать над вашим восприятием. Откройтесь тому, что я скажу вам, даже если какие-то точки зрения и мысли перекрывают вам путь к portalу восприятия информации из данной книги. Эта свежая информация позволит вам как минимум разнообразить своё мышление, что всегда полезно. Сила фокуса внимания – это совершенно новое и наиболее точное объяснение теории материальности мыслей. Здесь меньше мистики, чем в остальных эзотерических теориях, но это не значит, что её здесь нет вообще. Мистикой или магией мы называем что-то неизведанное. Это то, что мы осознаём по-своему, в меру своего понимания. Когда-то древние люди воспринимали гром и молнию как гнев богов. Но, углубившись в могучую стихию, мы выявили в ней вполне логичные природные закономерности. У силы внимания определённо есть основания в природе. Может, этому просто нужно открыться. Изменение внимания как раз и заключается в том, чтобы настроиться воспринимать новые эффекты в своей жизни. Нужно отказаться от деструктивных мнений: о себе, о деньгах, о мужчинах или женщинах, о своём районе

или стране и так далее.

Не бойтесь менять точку зрения!

Не бойтесь познавать новое и менять свою точку зрения. Вы это делаете с перспективой на победы. Смените точку зрения, с которой вы наблюдаете мир, и вас ждут невероятные открытия. Это очень важная часть того, чем вы будете заниматься, чтобы материализовывать или реализовывать желаемое. Изменение мнения меняет ваше внимание и приносит новые результаты. То, что вы думали раньше о своей жизни или о чём-либо, может противоречить тому, что вы здесь прочитаете. Можете, конечно, отторгнуть новый взгляд на свою жизнь. Дело ваше. Но я советую вам отнестись к этому как к шансу улучшить восприятие. Измените фокус внимания и угол обзора, и тогда ваше сознание и восприятие расширятся, а именно так и происходит развитие человека.

Ведь как раз именно всё это и нужно будет делать, чтобы изменить своё внимание. То есть практика нового фокуса — это не только улучшение жизни, но и беспрецедентный личностный рост, которого раньше вы не переживали.

Вы научитесь менять свою точку зрения и фокус внимания, которые непосредственно влияют на то, что вы получаете от жизни.

Я знаю, что тема материальности мыслей не нова. Хотя я говорю не совсем о мыслях, а о внимании в целом, всё равно

не претендую на что-то новое...

Но многое, о чём я пишу здесь, даже для самого заядлого исследователя данной темы станет озаряющим открытием, как и для тех, кто читал эту книгу до вас.

Главное

1. Перечитывайте книгу.
2. Достигайте гибкости ума в совершенствовании своего мнения.

А хотите знать, какое одно из самых распространённых препятствий на пути человека, который стремится овладеть эффективным фокусом внимания? Это избыточность знаний, переполненность ими. Всё изученное ранее он накладывает на свежую информацию, полученную на курсах. Неизбежно возникают противоречия. Так что лучше какое-то время относиться к этой книге так, как будто не создано ничего другого по этой тематике, как бы это самоуверенно ни звучало. Отпустите полюбившихся авторов и учения, вы не клялись им в любви и не заключали с ними контракты верности. Допустите вероятность того, что они могли ошибаться и вы могли ошибаться вместе с ними. Это совершенно точно не ваша вина и даже не вина в принципе. Они могли ошибаться, а не намеренно вводить вас в заблуждение. Предоставьте им и себе такое право и освободитесь от предыдущих убеждений.

Когда вы научитесь «отпускать» привычные точки зрения, тогда вы научитесь эффективно менять источник своего фокуса внимания.

Если у вас есть полюбившиеся практики, оставьте их, ведь вы сможете к ним вернуться через какое-то время. Так будет лучше.

Почему? Например, я говорю: «Чтобы материализовать что-то, можно попробовать некоторое время записывать свои воспоминания о получении чего-то подобного тому, что человек хочет притянуть к себе». А меня спрашивают: «А в каком времени нужно об этом писать?» Если бы человек не читал ничего до этого в Интернете или других книгах, у него и мысли бы не возникло такое спросить!

Ведь очевидно, что если речь идёт о воспоминаниях, то в каком времени происходят события? В прошедшем.

Но сильно усложняет понимание то обстоятельство, что многие «когда-то и где-то» читали, что о желаемом надо думать, как будто вы это уже имеете.

Конечно, это не так. Просто, мой друг, нужно забыть всё, чего вы начитались до этого, и начать с чистого листа.

Я благодарен всем авторам и учителям, которые привнесли свои концепции в эту тематику. Но некоторые из этих концепций уже определённо устарели. Впустите в своё сознание кое-что более новое, эффективное и при этом простое. Вы, конечно, вправе дополнять новой информацией старые знания.

Но если наш ум – это чаша, а вода – это знания, то сначала придется опустошить переполненную чашу. Тогда полученная информация не будет выливаться через край. Она будет усваиваться. А у большинства из нас чаша по-настоящему переполнена. Я это знаю по опыту работы с людьми. Та же самая ошибка ожидает вас в случае, если вы продолжите переполнять чашу и после прочтения книги. Это распространённая ошибка учеников моей онлайн-школы.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.