

На днях дочитал наконец книгу про **Трансерфинг Реальности** — “Пространство вариантов” Вадима Зеланда. Что ни говори — сильная вещь! Сильная по нескольким причинам.

Во-первых, очень продуманная модель мира. Детали «почти» увязываются между собой. Почти — потому что некоторые моменты мне не очень нравятся. Но тут вступает второй фактор — некатегоричность книги. Там не говорится, что написанное — истина и сомнению не подлежит. Наоборот, автор настаивает на практической проверке всех элементов созданной им модели. Лозунг «я знаю, что это работает, и если ты хочешь доказательств — проверь сам!». Очень практичный подход :) И к тому же действительно опыт подтверждает многое из того, о чем творится в первой книге про Трансерфинг.

В-третьих, позитив! Книга пронизана отказом от негативного образа мышления в пользу перехода на конструктивный. Действительно, большинство проблем создаются нашей психикой и разумом. Мы говорим себе «это очень важно для меня» — и тем самым устанавливаем завышенную планку ожидания достижения цели. И если цель ускользает, то многие впадают в депрессию, теряют интерес к жизни и пускаются во все тяжкие.

Также автор акцентирует внимание на переносе фокуса с самой цели и начальных условий на процесс достижения. И в этом также есть свой смысл. Если цель далекая, то фокус на ней быстро приводит к недовольству тем, что еще очень много работать, это невозможно трудно и т.д. Нужно максимально сфокусироваться на процессе, получать от него интерес, оптимизировать его. Тогда можно и не заметить, как цель приближается семимильными шагами и в один прекрасный день ты понимаешь, что ты ее достиг. Но достиг не просто ради достижения, а работая интересно, увлекательно и в полную силу. Такая цель, даже будучи достигнута, долго не теряет своего очарования и продолжает радовать.

Источник: Ваш путь к просветлению