

12+

АДИЛЬ ГАДЖИЕВ

РАБОТНИКИ ВСЕЛЕННОЙ

ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ ТЕХ, КТО
ХОЧЕТ НАУЧИТЬСЯ ПОНИМАТЬ
ЗАКОНЫ СВОЕЙ РЕАЛЬНОСТИ.

Адилъ Гаджиев

Работники Вселенной

<https://litres.ru/74504234>

ISBN 9785007130929

Аннотация

Почему одни люди словно случайно оказываются в нужном месте, а другие годами идут к цели и не получают её? «Работники Вселенной» — честная инструкция о том, как внимание, намерения и привычные реакции незаметно формируют жизнь, которую мы потом называем судьбой или везением. Книга для тех, кто устал от лёгких обещаний и готов посмотреть на себя внимательнее.

Содержание

РАБОТНИКИ ВСЕЛЕННОЙ	5
Введение. Ты уже участвуешь в этой системе	6
ГЛАВА 1. ВСЕЛЕННАЯ КАК СИСТЕМА	11
ГЛАВА 2. ЧЕЛОВЕК И ЕГО МЕСТО В СИСТЕМЕ	18
ГЛАВА 3. ПОЧЕМУ ЖИЗНЬ ОТВЕЧАЕТ НА НАШЕ ВНИМАНИЕ	26
Конец ознакомительного фрагмента.	32

Работники Вселенной

Адилъ Натик Гаджиев

© Адиль Натик Гаджиев, 2026

ISBN 978-5-0071-3092-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

РАБОТНИКИ ВСЕЛЕННОЙ

Инструкция для тех, кто хочет научиться понимать законы своей реальности

Введение. Ты уже участвуешь в этой системе

Каждый человек однажды задаёт себе вопрос, на который не существует простого ответа: почему моя жизнь сложилась именно так?

Почему одни люди словно случайно оказываются в нужном месте и встречают нужного человека, а другие годами идут к тому, чего так и не получают? Почему одна возможность появляется в самый подходящий момент, а другая — только тогда, когда человек уже перестал её ждать? Иногда достаточно одного решения, чтобы жизнь изменилась навсегда. А иногда человек принимает десятки решений — и всё равно возвращается к той же точке.

Мы привыкли объяснять происходящее случайностью, удачей, обстоятельствами, совпадениями. Эти слова помогают нам описывать события. Но далеко не всегда помогают их понять.

Возможно, за привычным порядком вещей существует другая система — не в том смысле, в каком мы привыкли представлять её в книгах о тайных организациях или невидимых мирах, а более глубокий порядок: совокупность законов, связей и закономерностей, которые действуют независимо от того, замечаем мы их или нет.

Мы видим только то, что происходит на поверхности. Встречу, которая кажется случайной. Разговор, после которого принимаем важное решение. Неожиданную возможность. Потерю, заставившую изменить направление. Человека, который появляется в нашей жизни на несколько месяцев, но оставляет след на годы. Мы называем это жизнью.

Но, может быть, жизнь — это ещё и система взаимодействий, в которой человек постоянно получает ответы на свои внутренние решения? Может быть, наше внимание влияет на то, какие возможности мы замечаем, а убеждения определяют не только то, как мы смотрим на мир, но и то, какие действия в нём совершаем? Может быть, некоторые события становятся возможными задолго до того, как мы способны их увидеть?

Эта книга не обещает универсальный рецепт счастья. Она не предлагает заменить реальность верой в чудеса и не утверждает, что достаточно загадать желание, чтобы оно исполнилось само собой.

Наоборот — она начинается с мысли более сложной и, возможно, менее удобной: человек гораздо сильнее участвует в создании собственной жизни, чем привык думать.

Мы не выбираем всё, что с нами происходит. Не можем контролировать решения других людей, случайные обстоятельства, прошлое. Но между событием и нашей реакцией всегда есть пространство — и в нём находится выбор. Именно там начинается наша работа.

Мы будем рассматривать Вселенную как большую систему, а человека — как её участника. Не пассивного наблюдателя, который ждёт, что с ним произойдёт, а того, кто постоянно взаимодействует с окружающей действительностью через свои решения, внимание, поступки, ожидания и намерения.

В этой книге появится понятие «Работник Вселенной». Это не должность и не звание, не тайная организация и не избранность. Работником Вселенной может стать каждый, кто понимает простую вещь: жизнь не только случается с ним — он сам постоянно участвует в её формировании.

Когда ты выбираешь одно направление вместо другого, ты меняешь свою дорогу. Когда замечаешь возможность и решаешься ею воспользоваться, появляется новая ветвь событий. Когда отказываешься от того, что больше не подходит, освобождается место для нового. А когда годами повторяешь один и тот же выбор — постепенно создаёшь один и тот же результат.

Возможно, именно поэтому некоторые люди словно ходят по кругу. Меняются города, работа, отношения, обстоятельства — а внутренний сценарий остаётся прежним. Человеку кажется, что он начал новую жизнь, но он приносит в неё старые решения. Чтобы получить другой результат, иногда недостаточно изменить внешние обстоятельства — нужно увидеть механизм, который снова и снова приводит тебя в одну и ту же точку.

Эта книга — попытка рассмотреть этот механизм.

Мы поговорим о желаниях — и о том, почему не каждое из них становится целью. О внимании — и о том, почему человек способен годами не замечать того, что находится прямо перед ним. О знаках и совпадениях — но без слепой веры в каждое случайное событие. Об удаче — и о том, почему иногда она выглядит случайностью только для тех, кто не видел подготовки к ней. И о потерянных желаниях — тех мечтах, от которых человек отказался не потому, что перестал хотеть, а потому, что однажды решил: они невозможны.

Возможно, именно здесь начнётся самое важное путешествие книги. Потому что иногда человеку не нужно искать новую дорогу — ему нужно вспомнить, почему он когда-то свернул со своей.

Не воспринимай эту книгу как окончательную истину — воспринимай её как карту. Карта не территория: она лишь помогает увидеть направление и понять, где ты находишься. Так же и здесь. Некоторые идеи покажутся знакомыми, другие заставят остановиться и задуматься, с чем-то ты согласишься, а что-то захочешь оспорить — и это нормально. Настоящая инструкция не заставляет человека думать одинаково. Она учит видеть больше.

После этой книги ты вряд ли начнёшь замечать чудеса на каждом шагу. Но, возможно, начнёшь внимательнее смотреть на собственные решения. Почему ты выбираешь именно этого человека? Почему снова оказываешься в похожей

ситуации? Почему откладываешь то, чего действительно хочешь? Почему получаешь возможность — и тут же находишь причину отказаться? Почему одну дверь пытаешься открыть годами, хотя рядом давно существует другая?

Эти вопросы важнее готовых ответов. Человек начинает менять свою жизнь не тогда, когда узнаёт правильную формулу, а тогда, когда впервые честно задаёт себе правильный вопрос.

И если Вселенная действительно система, частью которой мы все являемся, то первый шаг к её пониманию начинается не где-то далеко. Он начинается с человека, который смотрит на собственную жизнь и впервые говорит:

«Я хочу понять, как всё это работает».

С этого момента начинается инструкция. И, возможно, начинается твоя работа.

ГЛАВА 1. ВСЕЛЕННАЯ КАК СИСТЕМА

Человек привык считать себя отдельным от окружающего мира. Он просыпается утром, идёт на работу, встречается с людьми, принимает решения, строит планы и возвращается домой — и весь день ему кажется, что мир существует отдельно, а он просто живёт внутри него.

Но стоит посмотреть внимательнее — и эта граница начинает исчезать.

Ты не можешь прожить ни одного дня, не вступив во взаимодействие с окружающей действительностью. Даже самое простое решение меняет дальнейший ход событий. Выйди из дома на пять минут раньше — и встретишь человека, которого не встретил бы позже. Случайно открой сообщение — и оно приведёт тебя к новой работе. Откажись от поездки — а спустя несколько дней поймёшь, что именно это решение изменило дальнейший ход твоей жизни.

Большинство таких событий мы называем случайностями. И некоторые из них, возможно, действительно случайны. Но есть важная деталь: человек редко замечает, сколько событий зависит от его собственных действий. Мы видим конечный результат — но почти никогда не видим всю цепочку, которая к нему привела.

Представь дерево. Ты видишь ствол, ветви, листья — но под землёй существует целая система корней, которую невозможно разглядеть с поверхности. Именно она удерживает дерево, питает его, определяет, сможет ли оно расти дальше.

С человеческой жизнью происходит нечто похожее. Мы видим успех — но не годы подготовки к нему. Видим встречу — но не знаем, сколько решений привело двух людей в одно место. Видим провал — но не замечаем десятки маленьких выборов, которые постепенно к нему приблизили. Видим удачу — но часто не замечаем, что человек оказался готов ею воспользоваться.

Поэтому идея Вселенной как системы начинается с простого наблюдения: любое событие существует не само по себе. У него есть контекст, причина, последствия, связи — очевидные или скрытые.

Это не значит, что всё в жизни заранее предопределено. Напротив: жизнь постоянно меняется, человек получает новые возможности, сталкивается с неожиданными препятствиями, способен менять решения. Именно поэтому система и остаётся интересной. Если бы всё было заранее определено, человеку оставалось бы только ждать. Если бы всё зависело исключительно от случайности, любые усилия были бы бессмысленны. Но реальная жизнь находится где-то между этими крайностями: мы не контролируем весь мир, но постоянно влияем на часть происходящего — и эта часть

гораздо больше, чем нам иногда кажется.

• • •

В этой книге слово «Вселенная» будет означать не только бесконечное пространство вокруг нас. Понятие шире: Вселенная — это всё, частью чего является человек — его тело, сознание, окружающие люди, обстоятельства, время, события, природа, знания и бесконечное количество связей между ними.

Когда человек принимает решение, он не просто меняет своё внутреннее состояние — он меняет поведение. Поведение влияет на действия, действия приводят к результатам, результаты создают новые обстоятельства, а новые обстоятельства открывают следующие возможности. Так одна мысль может постепенно превратиться в событие — не потому, что обладает магической силой сама по себе, а потому, что способна изменить направление человека.

Сначала он начинает думать о новом деле. Потом — искать информацию. Потом знакомится с нужными людьми. Потом делает первый шаг. Через год он может оказаться в совершенно другой жизни. Если посмотреть только на последний день, можно сказать: «Ему повезло». Но если посмотреть на весь путь, становится очевидно — удача была лишь частью истории. Остальное создали действия.

Здесь и появляется одна из главных идей этой книги:

Вселенная отвечает не только на то, чего мы хотим. Она отвечает на то, что мы постоянно делаем.

Человек может каждый день мечтать о новой жизни — и продолжать принимать те же решения. Может говорить, что хочет свободы, но бояться любого риска. Хотеть любви — но выбирать людей, которые не способны её дать. Мечтать о достатке — но убеждать себя, что деньги приходят только к другим. Тогда между желанием и поведением возникает противоречие: человек говорит одно, делает другое — а после удивляется результату.

Поэтому понимание системы начинается с честного взгляда на себя. Не с вопроса «Почему Вселенная не даёт мне то, чего я хочу?», а с другого: «Что именно я делаю каждый день, чтобы приблизиться к тому, чего хочу?» Это разные вопросы. Первый переносит ответственность наружу. Второй возвращает её человеку.

• • •

Но здесь важно не впасть и в другую крайность. Не всё, что происходит в жизни, — результат личного выбора. Люди сталкиваются с болезнями, потерями, войнами, экономическими кризисами, обстоятельствами, которых не выбирали. Иногда хорошие люди оказываются в тяжёлых ситуациях, и трудности невозможно объяснить их мыслями или поступками. Поэтому эта книга не утверждает, что человек создаёт абсолютно всё, что с ним происходит, — это было бы слишком простым объяснением сложного мира.

Но даже там, где событие выбрать нельзя, часто остаётся то, что выбрать можно, — и об этом пространстве между

событием и ответом на него мы ещё подробно поговорим в следующей главе.

• • •

Если Вселенная — система, то человек в ней участник. Он постоянно получает информацию, наблюдает, решает, действует, ошибается, меняет направление, начинает заново — и каждое решение становится частью следующего шага. Именно поэтому невозможно полностью отделить человека от его собственной реальности: ты не находишься снаружи жизни, ты находишься внутри неё, одновременно наблюдатель и участник.

И чем раньше человек это понимает, тем внимательнее начинает относиться к своим действиям. Он начинает замечать то, чего раньше не замечал, — не потому, что мир внешне изменился, а потому, что изменился его взгляд. Человек, решивший открыть бизнес, начинает видеть возможности, которые раньше проходил мимо. Тот, кто решил научиться новому делу, начинает замечать людей и инструменты, связанные с этим направлением. Тот, кто решил изменить отношения с собой, начинает видеть привычки и реакции, которые раньше считал частью характера. Мир вокруг остаётся прежним. Но взаимодействие с ним становится другим.

Мозг физически не способен заметить всё, что происходит вокруг, — он постоянно отбирает то, что считает важным, и по этому отбору можно многое понять о себе. Тому,

как именно это работает, будет посвящена отдельная глава чуть позже. А пока достаточно одной мысли: то, что кажется отсутствующим в нашей жизни, иногда просто ещё не попало в поле зрения — не потому, что его нет, а потому, что мы ещё не смотрели в его сторону.

• • •

Поэтому человек, который хочет понять законы своей реальности, должен начать не с попытки контролировать Вселенную, а с наблюдения — за своими решениями, за повторяющимися событиями, за людьми, которых выбирает, за возможностями, которые принимает и отвергает, за словами, которые говорит себе каждый день, за тем, чему отдаёт своё время.

Потому что внимание — это не просто способность смотреть. Это способ выбирать, чему в нашей жизни позволено становиться значимым. И если человек годами направляет внимание в одну сторону, его жизнь постепенно начинает двигаться туда же. Так формируется путь — не за один день и не одним решением, а множеством маленьких выборов, которые почти незаметно складываются в большую историю.

Возможно, именно поэтому жизнь иногда кажется загадочной: мы видим результат, но забываем о тысячах маленьких причин; видим судьбу, но не замечаем выборов; видим случайность, но не замечаем закономерность.

Задача Работника Вселенной — научиться видеть не только то, что произошло, но и то, **как именно это произо-**

шло. Потому что тот, кто замечает связи между своими решениями и результатами, постепенно получает возможность менять направление. Не управлять всем. Не контролировать каждого человека и каждое событие. А становиться более внимательным участником собственной жизни.

Это первое правило нашей инструкции:

Не пытайся сначала изменить мир. Сначала научись видеть систему, частью которой ты уже являешься.

• • •

Небольшая практика перед следующей главой. Вспомни один день за последнюю неделю, который начался обычно, а закончился неожиданным поворотом — встречей, новостью, решением. Проследи цепочку назад: с какого маленького шага всё началось? Что бы изменилось, прими ты его на пять минут раньше или позже?

ГЛАВА 2. ЧЕЛОВЕК И ЕГО МЕСТО В СИСТЕМЕ

С самого детства человек пытается понять, кем он является. Сначала вопрос кажется простым: он знает своё имя, помнит возраст, знает, где живёт и кто его родители. Позже добавляются другие определения — профессия, образование, отношения, социальное положение, достижения. Постепенно из этих частей складывается представление о себе.

Но за всеми определениями остаётся вопрос, который редко задают вслух: **кто я, если убрать всё, что я привык о себе думать?**

Он важен для нашей инструкции по одной простой причине: невозможно изменить направление, не понимая, из какой точки начинаешь движение.

Человек часто живёт внутри образа себя, созданного много лет назад. Кто-то однажды сказал ему, что он недостаточно талантлив. Кому-то объяснили, что большие деньги не для таких, как он. Кто-то пережил неудачу и решил больше никогда не пытаться. Кто-то услышал «у тебя ничего не получится» — и спустя двадцать лет всё ещё живёт так, будто это было предсказание, а не чья-то случайная фраза. Но прошлое не всегда правда. Иногда это просто история, которую человек слишком долго повторял себе, — и постепенно она

стала его личностью.

• • •

Человек приходит в мир без готовой инструкции. Он не знает заранее, кем станет, кого встретит, где будет жить и какие решения однажды изменят его судьбу. Но по мере взросления вокруг формируется невидимая система представлений: семья говорит, каким должен быть правильный человек, общество объясняет, что считается успехом, школа учит определённым правилам, окружение показывает, чего стоит хотеть и чего бояться.

Постепенно чужие представления становятся своими. Человек говорит: «Я такой». Но иногда за этой фразой скрывается не характер, а привычка — «я не умею общаться», «я всегда всё откладываю», «я не создан для бизнеса», «мне никогда не везёт в любви», «я не способен начать сначала». Он повторяет эти слова столько раз, что перестаёт воспринимать их как мнение. Они становятся законом.

Здесь и проходит граница между человеком, который живёт по инерции, и тем, кто начинает осознанно участвовать в собственной жизни. Первый говорит: «Я такой, потому что таким родился». Второй спрашивает: «А действительно ли я таким являюсь?» Этот вопрос способен изменить очень многое.

• • •

Представь человека, который всю жизнь считает себя неудачником. Он получает возможность — и заранее ждёт

провала. Встречает нового человека — и ждёт разочарования. Начинает новое дело — и вспоминает прошлые ошибки. Даже не осознавая этого, он отказывается от возможности, потому что она кажется слишком хорошей для него; не делает первый шаг, потому что уверен в неудаче; выбирает привычное, даже если оно делает его несчастным.

Через время результат подтверждает убеждение. «Я же знал, что ничего не получится», — говорит он. Но на самом деле цепочка была другой: сначала возникло убеждение, оно повлияло на поведение, поведение изменило результат, а результат укрепил исходное убеждение. Так замыкается круг — и человеку начинает казаться, что Вселенная доказала ему его судьбу, хотя, возможно, он просто много лет повторял один и тот же сценарий.

Это не означает, что достаточно начать думать позитивно — положительные мысли сами по себе не заменяют действий. Чтобы научиться плавать, недостаточно каждый день повторять «я отличный пловец» — нужно войти в воду, научиться держаться на поверхности, ошибаться, тренироваться и постепенно становиться тем, кем хочешь быть. Так же работает и внутренняя перемена: сначала меняется представление о возможном, потом появляется решение, за решением — действие, а действие со временем создаёт новый результат.

• • •

Поэтому место человека в системе нельзя описать слова-

ми «он всё контролирует» — это была бы иллюзия. Но нельзя сказать и обратное: «он ничего не решает» — это тоже неправда. Человек находится между двумя крайностями: он не управляет всем происходящим, но способен влиять на направление своей жизни.

Это похоже на путешествие по реке. Ты не можешь приказывать ей изменить течение, остановить дождь или заставить ветер дуть в нужную сторону. Но можешь выбрать лодку, научиться ею управлять, заметить опасный участок заранее, изменить маршрут, причалить и решить, продолжать ли путь. Ты не управляешь всей рекой — но от тебя зависит, как ты пройдёшь свою часть.

Так же устроена и жизнь. Мы не выбираем все обстоятельства — но выбираем множество своих реакций. Не знаем всех будущих событий — но можем подготовиться к разным вариантам. Не можем заставить другого человека любить нас — но можем решить, с кем хотим строить отношения. Не можем вернуть прошлое — но можем изменить то, что сделаем с его последствиями. Именно здесь находится территория личной силы. Она не бесконечна. Но она реальна.

• • •

В системе Вселенной человек занимает особое положение ещё и потому, что способен наблюдать самого себя. Это удивительная способность: заметить собственную мысль, понять, что злишься, увидеть свой страх, осознать, что снова

повторяешь старую привычку. И в этот момент между тобой и твоей реакцией появляется небольшое пространство.

Раньше ты автоматически отвечал — теперь можешь остановиться. Раньше сразу соглашался — теперь можешь спросить себя, действительно ли этого хочешь. Раньше убегал от трудности — теперь можешь остаться и посмотреть ей в лицо. Пространство кажется маленьким. Но именно в нём рождается свобода выбора.

Человек не всегда способен контролировать первую мысль, которая приходит в голову, — но способен решить, что делать дальше. Не всегда может остановить страх — но может решить, позволит ли страх управлять его поступками. Не может стереть прошлый опыт — но может перестать использовать его как доказательство того, что будущее обязательно повторит прошлое. Это и есть переход от автоматической жизни к осознанной.

• • •

Большая часть человеческой жизни проходит на автопилоте: мы просыпаемся и берём телефон, едим привычную пищу, идём знакомой дорогой, общаемся с привычными людьми, повторяем знакомые мысли и слова, принимаем знакомые решения. День заканчивается, начинается следующий — и через год человек может обнаружить, что жизнь почти не изменилась.

«Почему ничего не происходит?» — спрашивает он. Но иногда ответ находится в самом вопросе: ничего не происхо-

дит, потому что ничего нового не было сделано. Нельзя идти по одной дороге и ожидать, что однажды она приведёт в совершенно другой город. Чтобы получить новый результат, нужно изменить хотя бы один элемент поведения — иногда достаточно небольшого шага: позвонить человеку, которому давно хотел позвонить; начать учиться; прекратить отношения, которые давно разрушены; подать заявку; отправить письмо; попросить о помощи; сказать «нет»; сказать «да»; начать; закончить. Каждое такое действие меняет положение человека внутри системы — не мгновенно, не всегда заметно. Но меняет.

• • •

Именно поэтому Работник Вселенной должен понимать разницу между желанием управлять жизнью и готовностью в ней участвовать. Управлять всем невозможно. Участвовать — необходимо.

Ты не обязан знать, чем закончится каждый твой шаг. Иногда достаточно знать, в какую сторону ты больше не хочешь идти, — это тоже знание. Не нужно сразу видеть весь путь — достаточно увидеть следующие несколько метров, потом ещё несколько. Так постепенно появляется дорога.

Мы часто ждём полной уверенности перед тем, как действовать. Но она редко приходит заранее: большинство важных решений принимаются в условиях неизвестности. Человек делает шаг — получает новую информацию — на её основании делает следующий. Путь формируется не через спо-

способность заранее знать будущее, а через готовность двигаться, наблюдать и корректировать направление.

• • •

Есть ещё одна вещь, которую важно понять: ты не обязан становиться кем-то другим, чтобы изменить свою жизнь. Изменение не всегда означает превращение в нового человека — иногда это возвращение к той части себя, которую ты когда-то оставил: к любопытству, к смелости, к способности мечтать, к желанию создавать, к внутреннему ощущению, что жизнь может быть больше, чем привычный сценарий.

Многие люди не теряют себя за один день. Они постепенно отказываются от себя маленькими решениями — сначала от мечты, потом от идеи, потом от попытки, а однажды при-
выкают жить без того, чего когда-то хотели. Но если человек способен однажды отказаться от своей мечты, он способен и вернуться к ней. Не обязательно в прежней форме — иногда мечта меняется вместе с человеком. Но её смысл может остаться.

• • •

Место человека во Вселенной — не в центре и не на краю. Он часть огромного движения, которое существовало до него и продолжится после. Он не может знать всех его законов, не может увидеть всю картину — но способен узнать свою часть: свою ответственность, своё направление, свою силу выбора. И, возможно, этого достаточно.

Настоящая свобода начинается не тогда, когда человек получает контроль над всем, а тогда, когда перестаёт отдавать контроль над собой всему остальному. Ты не можешь выбрать каждое событие — но можешь выбирать, каким становишься после него. Не можешь знать весь путь — но можешь решить, каким будет следующий шаг. Не можешь изменить начало своей истории — но можешь изменить её продолжение.

С этого момента начинается настоящее понимание своего места в системе — не как хозяина Вселенной и не как беспомощной частицы, а как человека, получившего возможность участвовать.

И поэтому следующий вопрос становится неизбежным: если человек способен влиять на направление своей жизни, что именно заставляет его двигаться в ту или иную сторону? Ответ начинается с того, что человек носит внутри себя — с его убеждений, ожиданий, внутреннего образа будущего. И прежде всего — с того, чему он отдаёт своё внимание.

ГЛАВА 3. ПОЧЕМУ ЖИЗНЬ ОТВЕЧАЕТ НА НАШЕ ВНИМАНИЕ

Один и тот же мир может выглядеть совершенно по-разному для двух людей. Два человека могут проснуться в одном городе, выйти на одну улицу, пройти мимо одних и тех же зданий, встретить одинаковое количество прохожих — а вечером расскажут о прожитом дне две совершенно разные истории. Для одного день будет обычным, для другого — важным. Один заметит только дождь, другой — человека, которого встретил под этим дождём. Один запомнит толпу и духоту в автобусе, другой — обрывок разговора двух незнакомцев, который весь вечер не идёт из головы.

События одинаковые. Восприятие — разное. Здесь и начинается одна из самых незаметных сил человеческой жизни — внимание.

Мы привыкли думать о внимании как о способности сосредоточиться на задаче: учёба, работа, разговор, книга. Но у него есть функция гораздо глубже — оно определяет, что из огромного количества происходящего вокруг становится частью нашего личного опыта. Каждую секунду рядом с человеком происходит больше, чем он способен осознать: звуки, лица, движения, запахи, разговоры, сообщения, выраже-

ния людей, изменения погоды, тысячи деталей пространства. Если бы сознание пыталось воспринимать всё сразу, оно не справилось бы с этим потоком. Поэтому мозг постоянно отбирает — решает, что важно, что можно пропустить, на что обратить внимание прямо сейчас. И в этом выборе постепенно формируется наша субъективная реальность.

• • •

Представь, что ты решил купить определённую машину. До этого момента ты годами мог ходить по улицам и почти не замечать её. А после того, как начал искать, — она вдруг оказывается повсюду: на соседней улице, на парковке, у магазина, в рекламе, на фотографиях в интернете. Количество этих машин не изменилось. Изменилось твоё внимание — ты начал выделять из общего потока именно эту информацию.

То же самое происходит с вещами куда более важными. Если человек постоянно думает о проблемах, сознание начинает искать подтверждение тому, что всё плохо: он замечает плохие новости, запоминает неудачные разговоры, обращает внимание на грубость — даже хорошие события могут проходить мимо, потому что не соответствуют внутреннему ожиданию. Другой человек в тех же обстоятельствах ищет возможности: замечает людей, которые могут помочь, видит новые варианты, запоминает удачные совпадения. Он не живёт в другом мире — он смотрит на тот же мир через другую систему отбора. И постепенно его действия становятся

другими.

• • •

Здесь важна оговорка: внимание — не волшебная кнопка, которая заставляет реальность исполнять любое желание. Если решить не замечать проблему, она не исчезнет. Если думать о богатстве, деньги не появятся из воздуха. Если повторять себе, что здоров, это не заменит медицинскую помощь.

Внимание работает иначе — оно влияет на то, что человек замечает, чему учится, какие решения принимает и какие возможности способен использовать. Между вниманием и результатом лежит целая цепочка: ты замечаешь информацию → она влияет на понимание → понимание влияет на решение → решение приводит к действию → действие создаёт результат → результат становится частью опыта. Так внимание постепенно меняет направление жизни — не напрямую, а через множество маленьких переходов.

• • •

Поэтому два человека могут получить одинаковую возможность — и закончить день с разными результатами. Представим: в компании появляется новое рабочее направление. Один сотрудник думает: «Слишком сложно, наверняка выберут кого-то другого» — и не задаёт вопросов, не изучает детали, не предлагает свою кандидатуру. Второй думает: «Не знаю, получится ли, но хочу разобраться» — начинает читать, спрашивать, разговаривать с руководителем. Че-

рез несколько месяцев он получает новую должность. Первый говорит: «Ему просто повезло».

Но если присмотреться, удача здесь была лишь частью истории. Оба находились в одной компании. Оба видели одно объявление. Только один увидел в нём угрозу, а другой — возможность. Разница появилась ещё до результата: она возникла в момент интерпретации.

• • •

Наше внимание тесно связано с тем, во что мы верим. Если человек уверен, что возможности существуют только для других, он будет замечать доказательства именно этого. Если считает, что доверять никому нельзя, — будет особенно чувствителен к любому признаку обмана. Если убеждён, что люди способны помочь, — чаще станет обращаться за поддержкой. Убеждения не всегда правильны. Они просто становятся фильтрами — а фильтр способен изменить картину мира.

Представь окно с цветным стеклом: мир за ним остаётся прежним, но свет, проходящий через стекло, приобретает другой оттенок. Так и человек смотрит на реальность через собственный опыт. Поэтому одна из задач Работника Вселенной — научиться замечать свои фильтры. Не избавляться от них полностью — это невозможно, — а хотя бы понимать, что они есть.

Когда думаешь «у меня никогда ничего не получается», полезно спросить: «Никогда — это действительно так?» Ко-

гда говоришь «мне всегда не везёт» — «Всегда ли? Или я запоминаю только неудачные случаи?» Когда кажется, что «другого пути нет» — «Я правда проверил все варианты, или просто перестал искать?» Такие вопросы не решают проблему мгновенно. Но возвращают способность видеть больше одного варианта. А это уже изменение.

• • •

Особенно сильно внимание влияет на то, что мы называем возможностями. Возможность редко выглядит как готовое счастье — чаще как дополнительная работа, неожиданный разговор, новая обязанность, странное предложение, случайное знакомство, поездка, которую сначала не хотелось совершать, книга, которую чуть не закрыли после первых страниц. Иногда возможность выглядит даже как проблема.

Человек, который ждёт от судьбы чего-то красивого и очевидного, легко пропускает самое важное. Он ждёт двери — а она приходит в форме лестницы. Ждёт ответа — а получает вопрос. Ждёт готового пути — а получает человека, который предлагает сделать первый шаг. Именно поэтому внимание должно быть гибким: недостаточно смотреть только туда, куда решил заранее, — иногда нужно заметить то, чего не ожидал.

• • •

Есть люди, которые постоянно ждут знаков — ищут определённые числа, случайные фразы, повторяющиеся события, неожиданные совпадения. Иногда такие наблюдения дей-

ствительно повод задуматься. Но здесь легко попасть в ловушку: если видеть знак абсолютно во всём, перестаёшь различать реальность и собственные интерпретации.

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.