

Уильям Аткинсон



Сила МЫСЛИ



БОМБОРА

Уильям Уокер Аткинсон

Сила мысли

Серия «Воля и разум. Классические труды о характере, силе и мышлении»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=73863797

Сила мысли: Эксмо; Москва; 2026

ISBN 978-5-04-245064-8

Аннотация

Почему одни люди излучают уверенность и словно притягивают возможности, а другие теряются в сомнениях и внутреннем шуме? Уильям Аткинсон предлагает неожиданный ответ: ключ к этому – дисциплина мысли. Тот, кто владеет своим сознанием, меняет ход событий.

Написанная более века назад, эта работа звучит удивительно современно. Аткинсон, успешный адвокат и автор десятков книг по психологии личности, одним из первых описал практику осознанного управления мышлением – задолго до появления популярных техник саморазвития. Его подход сочетает жизненный опыт, ключевые идеи психологии успеха и простые упражнения для ежедневной практики.

Благодаря «Силе мысли» вы:

- поймете, как формируются уверенность и личный «магнетизм»;

- освоите методы тренировки концентрации и силы воли;
- научитесь направлять мысли в нужное русло;
- тренировать внимание с помощью простых упражнений.

Содержание

5 причин прочитать эту книгу:	6
Предисловие	7
Конец ознакомительного фрагмента.	10

Уильям Аткинсон

Сила мысли

© Васильева Е. А., перевод на русский язык, 2026

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

* * *

5 причин прочитать эту книгу:

- **Система формирования притягательной и успешной личности.** Подход, ориентированный на долгосрочный эффект, а не краткий эмоциональный подъем.
- **Навыки управления вниманием как ключевым ресурсом человека.** Концентрация, фокус и осознанное направление энергии.
- **Подход, опередивший свое время.** Модель работы с мышлением, предвосхитившая многие техники прикладной психологии и коучинга.
- **Доступный и понятный язык изложения сложных тем.** Без перегруженной терминологии и абстрактных конструкций.
- **Набор практических упражнений для ежедневного применения.** Упражнения, не требующие специальной подготовки и легко встраиваемые в повседневную жизнь.

Предисловие

Что, если главный навык для достижения успеха – умение управлять собственным вниманием и намерением? Способность тонко настраивать свое состояние и воздействовать на реальность силой сфокусированной мысли – такой набор компетенций кажется продуктом новейшей психологии. Но еще в 1900 году Уильям Уокер Аткинсон, автор неоднозначный и загадочный, подробно описал эту систему, опередив время и соединив деловой прагматизм с оккультными идеями своей эпохи.

Его книга «Сила мысли» сегодня звучит очень современно, хотя ее корни уходят в эзотерические течения рубежа веков. Ведь главные вызовы, с которыми он работал, – рассеянное внимание, слабая воля, хаотичный внутренний диалог – никуда не исчезли. Они лишь усугубились в эпоху бесконечных уведомлений и фрагментарного восприятия. Как вернуть себе фокус? Как укрепить решимость? Аткинсон предлагал конкретные инструменты, хотя и облекал их в метафизические, а подчас и спорные теории.

Успешный адвокат, достигший вершин ценой колоссального напряжения, он пережил финансовый крах и нервный срыв. Это «дно» стало точкой опоры для духовных поисков, которые привели его в движение «Новая мысль» – идейную колыбель современной позитивной психологии. Аткинсон,

будучи талантливым систематизатором и плодовитым автором (нередко писавшим под псевдонимами вроде Йоги Рамачарака), создал обширное книжное наследие, балансирующее на грани практической психологии и оккультизма.

«Сила мысли» – квинтэссенция его раннего, наиболее прагматичного подхода. Это практическое руководство, написанное бывшим юристом для деятельных людей. Однако читателю стоит сохранять здоровый скепсис: среди конкретных техник по тренировке концентрации и «магнетического взгляда» здесь встречаются рассуждения о «мыслеволнах» и «ментальных вибрациях», которые сегодня кажутся скорее поэтической метафорой, чем научным фактом.

Именно поэтому ценность этой книги сегодня – в ее прикладном ядре. Современная нейробиология действительно подтверждает влияние когнитивных установок на поведение и успех. Методы тренировки внимания и воли, изложенные Аткинсоном, работают, – даже если их теоретический фундамент может вызывать вопросы. Эта книга – уникальный исторический мост: она позволяет увидеть, как интуитивные прозрения о силе ума, рожденные в мистических кругах прошлого, нашли неожиданное подтверждение в современных исследованиях мозга и психологии.

В эпоху цифрового шума и клипового мышления методы тренировки внимания и воли – не роскошь, а необходимость. Аткинсон не обещает мгновенных чудес. Его подход основан на дисциплине ума и регулярной практике. Но именно

этот путь ведет к росту личной эффективности, целеустремленности и тому самому «магнетизму», который сегодня мы назвали бы харизмой или эмоциональным интеллектом. Его собственный путь – от краха к новой успешной карьере – лучшее доказательство: эти инструменты не просто работали в прошлом. Они ждут, чтобы их применили в настоящем.

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.