­­­­­ Сейчас я стараюсь как можно ярче представить себе, о чем идет речь. Я чувствую, что с каждым днем мое зрение становится все более и более острым, сосредоточенным и сильным. Я могу часами напролет читать мелкий и трудный текст без всякой усталости и при этом всегда мои глаза сохраняют приятное чувство легкости и покоя. Нервная система, весь мой организм набираются энергии, спокойствия, выносливости, силы. Я читаю удивительно быстро, все понимаю и ничего не забываю. С каждым днем я все лучше и лучше вижу всю страницу текста, вижу весь текст сразу. Поле моего зрения расширяется, и я веду взгляд только по центру страницы. С каждым днем навык быстрого чтения нарастает, я могу прочитать одну страницу за пятнадцать секунд, за семь секунд, за одну секунду. Мне достаточно только раз на один только миг взглянуть на страницу текста, как я сразу же ее запоминаю, запоминаю ярко и твердо каждую строчку этого текста. Я стараюсь как можно ярче представить себе, о чем идет речь. Я могу свободно читать с большой скоростью часами напролет без признаков утомления, сохраняя 100%-ное понимание и запоминание прочитанного. Я человек постоянно и непрерывно развивающийся. Во мне продолжает непрерывно и энергично развиваться интеллект. Скорость моего чтения возрастает изо дня в день. Взгляд становится все более волевым, подвижным, острым, умным. Я чувствую себя сильным, молодым и здоровым. Я в том состоянии, когда люди бывают в расцвете своих сил. Мои умственные и физические способности достигли высочайшего уровня в области быстрого чтения, более высокого уровня, чем у обычных людей. Я читаю любые тексты с необычайной быстротой. Теперь я стараюсь продолжать учиться подавлять артикуляцию, я больше не бормочу, не проговариваю читаемый текст. Глаза легко и свободно скользят по страницам текста, взор рассекает страницу по середине, я все понимаю и запоминаю. Я сейчас прилагаю все свои силы, волю, всю силу своей личности, чтобы подавить полностью, абсолютно подавить все свои сомнения в том, что процесс быстрого чтения будет идти все быстрее и быстрее, все энергичнее.

Меня настраивают постоянно, непрерывно, днем и ночью, вечно настраивают три могучие силы — желание читать быстро, все понять и запомнить. Я наслаждаюсь техникой быстрого чтения. Я читаю свободно, легко, с упоением. Я стараюсь как можно ярче представить себе, о чем идет речь. Я не боюсь читать тексты любого объема, любой трудности. Как это здорово — так быстро читать. Я рад этому и буду читать еще быстрее...