

НАТАЛЬЯ ЗУБОВА



ЗАВТРА ПРИХОДИТ ВЧЕРА

УПРАВЛЕНИЕ
РЕАЛЬНОСТЬЮ:

КАК ИЗМЕНИТЬ СВОЕ БУДУЩЕЕ,
ПЕРЕПИСАВ ПРОШЛОЕ

Высший разум · Лучшее



Высший Разум. Лучшее

Наталья Зубова

**Завтра приходит вчера.
Управление реальностью:
как изменить свое будущее,
переписав прошлое**

«Издательство АСТ»

2026

УДК 133.3
ББК 86.42

Зубова Н.

Завтра приходит вчера. Управление реальностью: как изменить свое будущее, переписав прошлое / Н. Зубова — «Издательство АСТ», 2026 — (Высший Разум. Лучшее)

ISBN 978-5-17-184603-9

Метод, который описывается в книге, выглядит фантастикой. Ведь следуя инструкциям автора, можно изменить саму реальность! Ваше прошлое — пластичный материал, подобный глине, и из него каждый миг лепится ваше настоящее. Книга практикующего психолога и гипнотерапевта Натальи Зубовой поможет вам буквально оказаться в той реальности, которую вы выберете. Травмы, ошибки и болезненный опыт навсегда вписаны в линию жизни. Погружаясь в воспоминания, меняя их эмоциональную окраску и структуру, мы буквально перезаписываем код своей судьбы. Это мощный инструмент трансформации. Благодаря этой книге вы не просто «забудете плохое» — вы измените причинно-следственные связи, ведущие к неудачам в настоящем, и откроете портал в реальность, где возможны любые сценарии счастья и успеха. В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

УДК 133.3
ББК 86.42

ISBN 978-5-17-184603-9

© Зубова Н., 2026
© Издательство АСТ, 2026

Содержание

Об авторе	6
Я не ясновидящая	7
Часть 1	8
Осколки рухнувшего мира	8
Мишины глаза поднимают с дивана	9
Открытие метода	10
Конец ознакомительного фрагмента.	11

Наталья Зубова
Завтра приходит вчера
Управление реальностью
Как изменить свое будущее,
переписав прошлое

Материалы, представленные в этой книге, публикуются исключительно в познавательных и развлекательных целях. Информация, изложенная в книге, не преследует цели оскорбить чувства людей с иной позицией или вероисповеданием. Материалы книги не предназначены для решения личных, медицинских или психологических проблем. В сложных жизненных ситуациях важно обращаться к квалифицированным специалистам и сохранять критическое мышление.

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

© Зубова Н., 2026

© Зубов Н., фотография автора, 2022

© ООО «Издательство АСТ», 2026

Об авторе

Дорогие читатели, приветствую вас на страницах своей первой книги, посвященной моему авторскому методу «Психология Памяти». Данный метод я разрабатывала на протяжении нескольких лет, а сейчас пришло время поделиться им с вами.

Но прежде чем начать рассказывать свою историю, я хочу познакомиться с вами. Я дипломированный психолог, гипнолог.

Много лет назад я начала вести практику, как очную, так и дистанционную. Я до сих пор нахожу много нового, общаясь со своими клиентами.

В основе моего авторского метода лежат семь техник:

1. «Установочный транс».
2. «Перезапись прошлых воспоминаний».
3. «Вспомнить свое будущее».
4. «Работа с телом».
5. «Гипноз с открытыми глазами».
6. «Сепарация».
7. Групповой формат работы.

Все эти техники относятся к гипнотерапии и отличаются по своему назначению, продолжительности, глубине погружения в транс.

Основная и главная техника в методе «Психология Памяти» – это именно «Перезапись прошлых воспоминаний». Ее первую разработали, и на ее основе были созданы последующие техники.

Я не ясновидящая

С детства моя жизнь была пропитана необычными знаниями и способностями, которые пугали и приводили в замешательство обычных людей. Будучи еще совсем маленькой, я думала, что все люди видят мир таким же, каким видела его я. Но однажды я подошла к маме и рассказала о своем необычном видении. До сих пор помню испуганные мамины глаза и ее просьбу никому об этом не рассказывать. В тот момент я почувствовала, что в моем мире есть что-то непонятное и необъяснимое, с чем я жила практически один на один.

Но все же возле меня были два близких человека – папа и бабушка, – которые не только не отвергали мое нестандартное восприятие мира, но и внимательно меня слушали, не обесценивая того, о чем я рассказывала. Именно с помощью бабушки, лечившей людей травами, и папы, который во всем меня поддерживал, я начала лучше понимать свой мир.

В годы обучения в университете мои необычные способности стали проявляться еще ярче. Уже тогда я обладала уникальными навыками лечения людей, осознанными сновидениями и могла работать с энергетическими полями. По выходным вместе с сокурсниками я добиралась домой на электричке. Пока они, играя в карты, «убивали» время в поездке, **я создавала вокруг себя мир любви, которым делилась с окружающими людьми.** То, что я тогда делала, по сути, ничем не отличается от того, что делаю теперь. Разница лишь в том, что сейчас я понимаю процессы своей работы, а тогда это происходило в потоке.

Когда мне исполнилось 18 лет, я столкнулась с потерей близкого человека: моего папы не стало. В тяжелых переживаниях я отреклась от своих способностей. Однако появление Миши снова привело меня к моему предназначению. Поначалу я еще пробовала работать в традиционных техниках, но постепенно вернулась к необычным способностям. С этого момента я начала встречать людей, схожих со мной по уровню знаний и навыков. Это приносило мне облегчение и понимание того, что в этом мире я не одна.



Обычные люди часто называют меня ясновидящей. В ответ я лишь улыбаюсь. Нет, я не ясновидящая, я специалист, знающий закономерности формирования программ мозга. Буквально за 10 минут общения с человеком я определяю корневую причину проблемы, период, в который она сформировалась, и вижу существующий вариант решения. Я могу считать с человека уровень его знаний и способностей, подключиться к нему всего по одной фразе и посмотреть его информационное поле: что было, что есть сейчас и каковы перспективы его развития.

Часть 1

Прыжок на 200 лет

Осколки рухнувшего мира

Пробуждение из глубокого сна вернуло меня в мир, наполненный спокойствием. Идеально ровные стены больничной палаты, белоснежный высокий потолок, словно недостижимый небесный свод, создавали иллюзию бесконечного пространства. Волна эмоций фейерверком вспыхнула во мне с новой силой и разлилась по всему телу. У меня родился сын! Мой сын! В объятиях трепетного состояния и радости я не заметила, как в палату вошел доктор. Его лицо выражало сдержанную серьезность, будто он нес на себе непосильное бремя. Вмиг я почувствовала, как в ожидании чего-то необратимого мое сердце замирает и леденеет, сковывая железной хваткой. Прошла целая вечность, прежде чем я услышала его голос: «У вашего сына детский церебральный паралич с тетрапарезом конечностей и несохранным интеллектом».

Шок, отрицание, возмущение, бессилие и ноющая, нестерпимая боль, ежесекундно разъедающая сердце. На меня смотрела реальность, которую я не хотела видеть. Как реагировать? И сколько существует сценариев развития этой ситуации? Сдаться? Сломаться? Обвинить весь мир вокруг? Но я выбрала другой путь. Путь борьбы за счастье и полноценную жизнь своего ребенка.

* * *

Семь лет спустя.

Обычная школа.

Обычные дети.

Миша несет огромный букет цветов для своей первой учительницы. Я смотрю на своего сына с любовью и восхищением. Семь лет. Но сколько всего пройдено и сколько всего произошло за это время. Сколько усилий, борьбы, веры, отчаяния, слез, снова борьбы и непоколебимой веры, чтобы в этот день Миша сел за парту самой обычной школы для самых обычных детей.

Мишины глаза поднимают с дивана

Эта история, повергшая меня в глубокий кризис и заставившая пересмотреть все, что я знала о себе и окружающем мире, началась восемнадцать лет назад. 2007 год – год рождения Миши – я помню так ясно, как будто бы это было еще вчера. После прозвучавшего как гром среди ясного неба диагноза я погрузилась в изучение физиологии, реабилитации, массажей и, в поисках знаний и методик реабилитации, отправилась в далекий Китай.

Путь восстановления Миши начинался с работы над телом. В его лечении я применяла все техники, тщательно собранные по крупицам. Телесная работа постепенно давала результаты, и к четверем с половиной годам мои усилия увенчались успехом: базовые физические функции Миши восстановились. Я наивно полагала, что физические изменения автоматически приведут к улучшению речи и когнитивных способностей. Однако, несмотря на восстановление физического здоровья, интеллект Миши оставался несохранным: он не разговаривал и не понимал, кто я для него. Изучая зарубежные методики, в основном направленные на коррекцию аутизма, я искала иные подходы в восстановлении речи и когнитивных функций. Но ситуация не менялась.

Словно сговорившись, окружение твердило со всех сторон: «Чудес не бывает».

Я боролась вопреки.

Когда ребенок рождается, в самом начале диагноз ДЦП никак себя не проявляет. Весь ужас в том, что картина разворачивается постепенно, а болезнь становится заметной с ростом ребенка. Именно тогда начинает проявляться его отсталость в развитии, а родители сравнивают ребенка с другими детьми, наблюдая разницу. Свою кандидатскую диссертацию я писала на тему жизнестойкости родителей, воспитывающих детей с заболеванием ДЦП. В одной из статей я нашла информацию о том, что, когда рождается больной ребенок, для родителей легче, чтобы он умер. В такой ситуации стресс происходит в моменте. Родители хоронят ребенка, горюют, но со временем начинают жить дальше. Воспитывая же больного ребенка, они ежедневно хоронят мечту. Каждый день родители смотрят на ребенка и каждый день проживают его похороны, находясь в жутчайшем стрессе и понимая, что он никогда не будет тем ребенком, о котором они мечтали.

ДЦП подразделяется на разные уровни. Бывает, что ребенок рождается с больным телом, но интеллект при этом здоровый. Эта степень болезни немного легче. Но когда интеллект поврежден, все усложняется в разы. Если до пятилетнего возраста интеллект не сохранен и ребенок не разговаривает, то начинаются нарушения психического спектра.

Когда Мише исполнилось четыре с половиной года, врачи сказали, что интеллект невозможно восстановить и отменили медикаментозное лечение. Зная, что такое может произойти, я с ужасом представляла этот день. И когда я услышала дежурное «мы сделали все, что могли», во мне умерла последняя надежда.

Мир распадался на мелкие кусочки. Обессиленная и опустошенная, я лежала, не понимая, как жить дальше. Меня не было, не существовало. Я потеряла себя и больше не могла ничего сделать. Не знаю, чем бы это все закончилось, если бы не Миша. Однажды он подошел и посмотрел мне в глаза. И этот взгляд пронзил в самое сердце. Этот взгляд оживил оледеневшую душу. Взгляд, который поднял меня с дивана. Взгляд, который вернул веру и дал силы. Я поняла, что без меня Миша не справится. Я поняла, что нужна ему.

Детские глаза. Мишины глаза. Глаза, заставившие меня идти дальше.

Открытие метода

И снова началась борьба за Мишу. Изначально я шла классическим путем психотерапии и психологии. Задавая себе вопросы: «Для чего дана эта ситуация?» и «Почему это происходит со мной и моим ребенком?» – я пыталась найти причинно-следственные связи, пробуя разные способы работы. Однако ни один из методов не давал результатов. И тогда от классики я перешла к инновационным методам, используя **способ перезаписи воспоминаний**. На тот момент новые методы восстановления еще не пользовались популярностью, и мне приходилось делать все самостоятельно, без возможности найти поддержку и опору со стороны. Но именно работа в направлении перезаписи прошлого оказалась ключом на пути к выздоровлению.

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.