

**МАРИЯ  
МЕЩЕРЯКОВА**

**МЕТА-СПОСОБНОСТИ.  
ПОЛНЫЙ КУРС ПО РАБОТЕ  
С ПОДСОЗНАНИЕМ**



Мария Мещерякова

**МЕТА-СПОСОБНОСТИ.  
ПОЛНЫЙ КУРС ПО РАБОТЕ  
С ПОДСОЗНАНИЕМ**

«Автор»

2026

**Мещерякова М.**

**МЕТА-СПОСОБНОСТИ. ПОЛНЫЙ КУРС ПО РАБОТЕ С  
ПОДСОЗНАНИЕМ / М. Мещерякова — «Автор», 2026**

Вы всё еще вините начальника, экономику и ретроградный Меркурий? Тогда я иду к вам. Пульт управления вашей реальностью всегда был в ваших руках — вы просто забыли пароль. Эта книга — жесткий взлом операционной системы вашего разума. Хватит быть щепкой в бурной реке обстоятельств. Правда намного беспощаднее: эта река берет начало глубоко внутри вас. Мы спустимся в хранилище подсознания, где пылятся забытые детские обиды, родовые сценарии и скрытая программа «Я недостойн», которая бьет по тормозам именно в шаге от успеха. Только предельная честность с собой, изящные психомагические техники и капля дисциплины. Потому что внешние декорации сменить легко, но если файл «Я неудачник» сидит в корневой папке, через месяц вы снова окажетесь в той же точке боли — просто с другими лицами вокруг. Вы научитесь: Общаться со своим внутренним «я» на его языке. Получать доступ к любым данным о прошлом и просматривать варианты будущего. Перепрограммировать негативные установки в источники энергии.

© Мещерякова М., 2026

© Автор, 2026

# Содержание

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| Введение                          | 5 |
| 1 Глава                           | 8 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 9 |

# Мария Мещерякова

## МЕТА-СПОСОБНОСТИ. ПОЛНЫЙ КУРС ПО РАБОТЕ С ПОДСОЗНАНИЕМ

### Введение

Автор: Мария Мещерякова

Об авторе: Клинический психолог, провокативный психотерапевт, EMDR - терапевт, системный расстановщик, специалист по работе с подсознанием, психосоматикой, ПТСР, паническими атаками, практикующий МАК-специалист, писатель. А также является эзотериком с опытом более 20 лет, режиссером и актрисой театра.

Страница в ВК: [https://vk.ru/meri\\_mescher](https://vk.ru/meri_mescher) и группы: <https://vk.ru/sozertcay> <https://t.me/Sozertcay>

\*\*\*

Вы по-прежнему вините начальника, экономику, ретроградный Меркурий и обстоятельства? Тогда я иду к вам, потому что пульт управления вашей реальностью всегда был в ваших руках. Дожили, наконец-то, получите, распишитесь.

Когда планы рушатся, а жизнь заходит в тупик, мы по привычке ищем причину снаружи. Нам кажется, что мы — щепки в бурной реке судьбы. Правда намного жестче: эта река берет начало глубоко внутри вас. Ваш внешний мир — это лишь безупречное зеркало внутреннего ландшафта.

Эта книга — не сборник эзотерических сказок о «материальной материализации материальных мыслей» силой воздуха и матушки-природы, хотя и такое бывает, поверьте мне как профессионалу. Это взлом операционной системы вашего разума.

Вы спуститесь в хранилище подсознания, где хранятся забытые детские обиды, родовые сценарии и скрытая программа «Я недостойн», которая в основном всегда звучит голосом... Ладно, сюрприз. Хотя все, наверно, сразу догадались.

Мы найдем ту часть личности, которая панически бьет по тормозам именно в шаге от успеха. И не только её.

Вы научитесь отличать голос логики от тихого шепота инстинктов и давать своему внутреннему титану понятные команды.

Здесь нет сложных, колдовских ритуалов. Только предельная честность с собой, изящные психоматические техники и капля дисциплины. Потому что внешние декорации сменить легко, но если файл «Я неудачник» сидит в корневой папке, через месяц вы снова окажетесь в той же точке боли — просто с другими лицами вокруг.

Если глухая тоска стала вашим постоянным спутником, значит, сигнал принят. Старый сценарий исчерпал себя. Пришло время переписать код доступа к собственной жизни. Добро пожаловать на сеанс глубокой перенастройки системы.

### Ключ от всех дверей

Внутри каждого из нас скрыт источник невероятной силы, способный как вознести нас к вершинам, так и низвергнуть в пучину саморазрушения. Это не метафора и не красивая выдумка, а это — ваше подсознание.

Люди веками пытаются разгадать его тайны, препарируют его с точки зрения науки, мистики и философии, но оно по-прежнему остается величайшей загадкой человеческого бытия.

Большинство из нас даже не подозревает о его истинной природе. Мы живем на поверхности, управляя автомобилем своего тела, но совершенно не знаем, что за программы заложены в его бортовой компьютер. А ведь если научиться использовать хотя бы малую часть этого потенциала, можно переписать болезненные реакции на прошлое, исцелить застарелые душевные раны, сменить оптику восприятия с негативной на созидательную и, как следствие, кардинально улучшить качество своей жизни. Подсознание — это бездонный архив, где хранится всё: каждая эмоция, каждая мысль, каждое лицо, которое вы когда-либо видели, и каждое знание, к которому вы прикасались. Получив к нему доступ, вы получаете доступ к коду вашей реальности.

### **Личное путешествие: от теории к трансформации**

Я не всегда была проводником в этот скрытый мир. Когда-то я, как и вы сейчас, блуждала в поисках ответов. Я всегда искала свое предназначение, пыталась понять, кто я на самом деле, как и многие здесь. Насытившись психологически, мой путь привел меня на эзотерический путь. Я прилежно изучала материал, но по прошествии времени я все еще не понимала главного. Я знала теорию, но не чувствовала силу. Мои первые попытки практики были робкими и поверхностными — я лишь слегка касалась поверхности океана, не подозревая о его глубине.

Настоящее понимание пришло позже, когда я решилась на глубокую, системную работу. Это было похоже на то, как если бы человек годами пытался сдвинуть огромный валун голыми руками, а потом ему дали мощный рычаг. За последние несколько лет такой глубинной работы я изменила свою жизнь сильнее, чем за предыдущие пару десятков лет чтения сотен книг, медитаций, ритуалов, колдовства и практик позитивного мышления.

Но самое удивительное было в другом. Научившись исцелять себя и менять свою реальность шаг за шагом, я обнаружила, что могу делать это и для других. Я поняла, что могу установить контакт с подсознанием любого человека и получить оттуда необходимую информацию. С помощью определенной методики я могу дать команду на исцеление — как психологических травм, так и физических недугов. Но я этого не делаю в основной массе случаев, потому что каждый должен сделать это сам. У всех есть всё для того, чтобы быть там, где он **ДЕЙСТВИТЕЛЬНО** хочет быть!

Что ждет вас на этих страницах? В этой книге я хочу поделиться с вами не сухой теорией, а живым опытом — тем, что я вынесла из работы со своим подсознанием и подсознанием моих клиентов. Я передам вам конкретные методы и инструменты. Если почувствуете, что где-то проскочило повторение, заострите внимание, эту информацию лучше посильнее прожевать и переварить.

Вы научитесь:

**Диалогу:** Общаться со своим внутренним «я» на его языке.

**Доступу к информации:** Получать доступ к любым данным о вашем прошлом (даже если вы его забыли) и просматривать варианты будущего.

**Трансформации:** Перепрограммировать негативные установки на позитивные, выявлять внутренние блоки и трансформировать их в источники силы.

**Эффективности:** Сберегать свое время и энергию, интуитивно отсекая ненужные возможности и предложения.

Я буду с вами честна: этот путь требует усилий. Просто и легко будет, но позже, гораздо позже. Быстро не будет, сразу скажу, но с моей помощью это хотя бы скостит вам пару десятков лет.

Если вы ищете волшебную таблетку или секретную мантру, которая изменит всё за один день без вашего участия — пожалуйста, закройте эту книгу прямо сейчас.

Но если вы готовы к настоящему исследованию себя, если у вас есть интерес и желание научиться — мы идем дальше. В этой книге про один из моих авторских методов самостоятельной работы с подсознанием. Тут будет всё про то, как что сделать, с чего начать и куда бечь.

Я, как всегда, не претендую на истину в последней инстанции, но мой метод работает. Я рассказываю эту же информацию на своем личном обучении, где под моим руководством процесс идет глубже и быстрее. Но я хочу поделиться этими знаниями с более широким кругом людей через книгу, чтобы каждый, кто готов помочь себе, имел такую возможность.

Если в процессе у вас возникнут трудности — вы всегда знаете, где меня найти.

Я постаралась изложить сложные вещи максимально доступно и структурированно. Моя единственная просьба и надежда — используйте эти знания во благо себе и окружающему миру. А также, как всегда, я хочу с вами сразу договориться: вы все взрослые люди, и если вам что-то покажется странным и неприемлемым, вы прекратите работу, а также вся ответственность за какие-то изменения в вашей жизни или их отсутствие в связи с прочтением и применением книги лежит только на вас.

Готовы начать? Тогда переверните страницу.

# 1 Глава

## **Анатомия вашего подсознания.**

Я уже неоднократно делала такое сравнение и сделаю его вновь.

Представьте себе айсберг. То, что вы видите над водой — его сверкающую вершину, — это ваше **сознание**. Это всего лишь 10% вашей личности. Это голос разума, который прямо сейчас читает эти строки, выбирает, какой шашлык заказать на ужин или какую юбку надеть утром. Сознание живет в *здесь и сейчас*, бодрствует вместе с вами и засыпает, когда вы закрываете глаза. Его штаб-квартира — неокортекс, самая молодая часть нашего мозга.

Но под темной гладью воды скрывается основная масса — могучие 90%. Это и есть подсознание, ваш личный Великий Архивариус. Большинство людей живут, управляя кораблем своей жизни, глядя только на верхушку этого айсберга, даже не подозревая о колоссальной силе, скрытой внизу. Таких людей часто называют «спящими» или «неосознанными», они совсем не плохие, просто другие, потому что их жизнью рулит автопилот, запрограммированный глубоко внутри.

## **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.