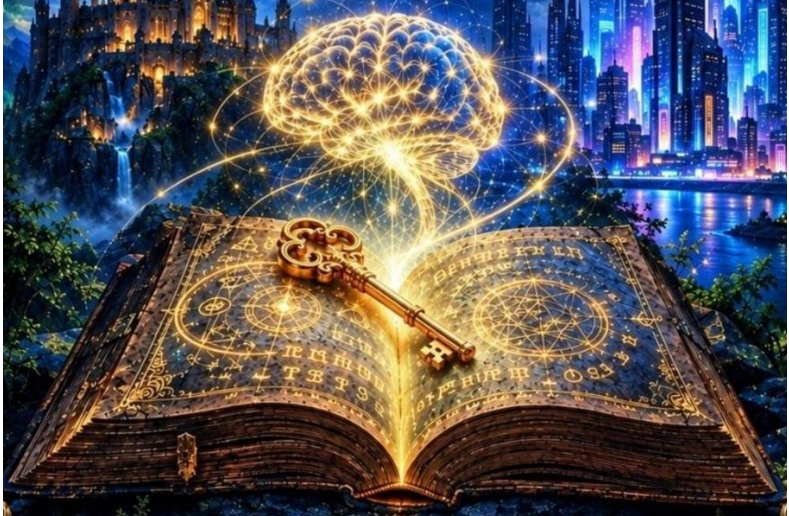
Код желаний

Как получать желаемое легко



Наталья Мишина

Наталья Мишина

Код Желаний. Как получать Желаемое Легко

https://litres.ru/74804479
SelfPub; 2026

Аннотация

Почему одни люди годами читают книги по саморазвитию, твердят аффирмации и всё равно упираются в потолок, а другие меняют реальность за считанные месяцы?

Ответ — в глубинных программах подсознания, телесных зажимах и родовых сценариях, блокирующих прорыв, пока не пройден контроль разума.

«Код желаний» — прикладная система на стыке нейрофизиологии, квантовой психологии и гипнотерапии от практика с опытом с 1995 года.

Внутри вас ждёт пошаговый алгоритм перенастройки сознания:

— 8-шаговая Формула исполнения желаний, обходящая фильтр ума;

— вход в Альфа- и Тета-состояния и создание телесного якоря;

— выстраивание Творческой Лаборатории, Комнаты Самооценки и работа с Советниками;

— ментальные переговоры, техника стакана воды и программирование снов;

— практикум «Битва экстрасенсов» с ведущей Айрис;

— проработка Кода Денег, Кода Здоровья и Кода Любви.

Никакой воды — только истории из практики, опыты с полиграфом, рабочая тетрадь и техники, возвращающие вам пульт управления судьбой.

Содержание

Введение 5
Глава 1. Ваш мозг - суперкомпьютер! 8
Глава 2. Квантовый код реальности: Как Энергия и Сознание ткут Вашу Судьбу? 20
Глава 3. Невидимые кукловоды: Как подсознательные программы управляют твоей судьбой 34
Глава 50
Конец ознакомительного фрагмента. 51

Наталья Мишина
Код Желаний. Как получать Желаемое Легко

Введение

Ты можешь годами изучать литературу по саморазвитию, посещать бесконечные марафоны и надеяться, что однажды твои усилия будут вознаграждены. Но давай признаем честно: большинство популярных методик оставляют тебя наедине с пустыми ожиданиями. Реальность устроена гораздо жестче. Пока в твоих глубинных настройках ума остаются заблокированные страхи, скрытые выгоды и вирусы чужих мнений, любые попытки изменить жизнь будут натыкаться на невидимую стену.

Эта книга — о том, как перестать биться головой в закрытые двери и научиться получать желаемое легко, экологично и системно — во всех ключевых сферах твоей жизни.

«Код желаний» — это не сборник красивых иллюзий и не абстрактная философия. Это прикладная, математически точная система перенастройки твоего мозга, созданная на стыке нейрофизиологии, квантовой психологии и глубинной гипнотерапии. Шаг за шагом мы наведем порядок в твоем

сознании и уберем внутренние запреты, чтобы ты смог свободно материализовать свои истинные цели: расширить финансовую емкость и выйти из долгов, запустить регенерацию и восстановить здоровье, освободить сердце от старых обид и притянуть гармоничный Союз, а также разбудить свой внутренний радар — интуицию и экстрасенсорное восприятие.

С 1995 года я практикую программирование мозга, а позже в мою жизнь вошла гипнотерапия. Мой собственный путь прошел через суровые кризисы, абсолютные жизненные тупики и точки дефолта, о которых я откровенно расскажу на этих страницах. За время преподавания и работы с людьми я видела сотни преображений своих учеников — людей, которые выходили из тяжелых кризисов, восстанавливали тело и полностью меняли свою реальность. Из уважения к их личной жизни я изменила имена и некоторые детали, но сами факты и сила их трансформаций остались подлинными.

Хочу предупредить сразу: волшебной таблетки здесь не будет. Чтобы переписать старые программы выживания, зашитые в теле и клетках, придется поработать со своим вниманием. Но как только ты освоишь эти простые и понятные инструменты — от 8-шаговой Формулы исполнения желаний до работы в собственной Творческой Лаборатории подсознания — исполнение твоих целей перестанет быть тяжелой борьбой и станет естественным откликом мира на твои внутренние настройки.

Если ты готов к бескомпромиссному аудиту своего разу-

ма, готов выпрямить хребет и забрать главный пульт управления своей судьбой — полетели! Твое путешествие начинается прямо сейчас.

Глава 1. Ваш мозг - суперкомпьютер!

«Ваш мозг — это не застывший камень, а живая глина. Каждая мысль, которую вы выбираете сегодня, оставляет след на этой глине, медленно, но верно высекая рельеф вашей будущей судьбы».

Наш мозг — это удивительный орган, который управляет всеми аспектами нашей жизни. Он не только отвечает за физические функции, но и формирует наше восприятие мира, эмоции и поведение. Понимание того, как работает наш мозг, является ключом к изменению нашей реальности.



Нейропластичность: способность к изменениям

Одним из самых удивительных аспектов мозга является его нейропластичность — способность изменять свою структуру и функции в ответ на опыт и обучение. Это означает, что мы можем перепрограммировать свои мысли и установки, создавая новые нейронные связи. Это как удалить вирусы и обновить устаревшие программы своего компьютера. Каждый раз, когда мы учимся чему-то новому или меняем свои привычки, наш мозг адаптируется, и это открывает перед нами безграничные возможности.

«Мы привыкли думать, что заперты в клетке своего характера и генетики. Но наука доказала обратное: мозг гибок, как пластилин. Вы можете всю жизнь верить, что рождены для серости, но стоит изменить маршруты своих мыслей, как внутри вас начнет перестраиваться целая архитектура. Представьте, что внутри вашей головы каждый день идет грандиозная стройка: старые, унылые дороги зарастают травой, а на их месте прокладываются сияющие скоростные шоссе успеха».

Одно из самых известных исследований нейропластичности было проведено на лондонских таксистах. Ученые обнаружили, что у опытных таксистов, которые годами запоминали сложные маршруты по городу, гиппокамп (область мозга, отвечающая за пространственную память) был значительно больше, чем у контрольной группы. Это исследование пока-

зало, что мозг может физически меняться в ответ на интенсивное обучение и опыт.

Исследования музыкантов показали, что области мозга, отвечающие за моторику пальцев и слуховое восприятие, у них развиты сильнее, чем у людей, не занимающихся музыкой. Это еще одно доказательство того, что регулярная практика может приводить к структурным изменениям в мозге.

Но самое поразительное открытие нейрофизиологии заключается в том, что для нашего мозга вообще не существует разницы между тем, что происходит в реальном физическом мире, и тем, что вы ярко, эмоционально проживаете у себя в голове.

В Гарвардской медицинской школе нейробиолог Алваро Паскуаль-Леоне провёл знаменитый эксперимент с двумя группами людей, которые никогда раньше не играли на пианино. Первой группе выдали настоящие инструменты и попросили по два часа в день тренировать простую мелодию физически. Вторую группу посадили перед пустыми столами: им запретили касаться клавиш, но попросили ровно столько же времени мысленно представлять, как их пальцы нажимают на клавиши и извлекают звуки. Спустя пять дней сканирование мозга ошеломило учёных: у тех, кто тренировался исключительно в своём воображении, участок моторной коры мозга, отвечающий за движения пальцев, увеличился и перестроился точно так же, как и у тех, кто играл на настоящем рояле!

Поймите, что это значит для вашей судьбы. Каждая ваша привычная мысль, каждый страх, который вы прокручиваете перед сном, — это не просто «воздух». Это полноценная тренировка для вашего мозга. Вы своими собственными мыслями буквально прокладываете в голове нейронные рельсы, по которым потом неизбежно поедет ваша реальная жизнь.

Как работает ваш внутренний поисковый радар (РАС)

В глубине нашего ствола мозга есть удивительный фильтр — ретикулярная активирующая система (РАС). Её главная задача — работать как поисковик в интернете: отсеивать миллионы гигабайт лишнего шума вокруг и показывать вам только то, что вы сами назначили важным.

Вспомните, как это работает в обычной жизни: стоит женщине узнать, что она ждёт ребёнка, как на следующий день ей начинает казаться, что беременными стали буквально все вокруг, а на каждом шагу попадаются детские коляски и магазины для малышей. Или задумайте купить, например, необычный изумрудный диван — и этот оттенок тут же начнёт мелькать в каждой витрине и ленте соцсетей. Беременных женщин или диванов не стало больше за одну ночь — просто ваш мозг перенастроил поисковый фильтр.

Точно так же ваш ментальный суперкомпьютер управляет деньгами, здоровьем и отношениями. Если в вашу систему с детства загружена программа «честным трудом много не заработаешь» или «вокруг одни кризисы и обман», ваш внут-

ренний радар будет в упор не замечать выгодные предложения, нужных людей и открытые двери. Зато он с ювелирной точностью выхватит из пространства все подтверждения вашей правоты: задержки зарплат, грубых собеседников и очередные проблемы. И наоборот: стоит вам переписать внутренний код, как мозг начинает сам подсвечивать возможности, которые раньше лежали прямо у вас под носом.

В моей жизни был момент, который я могу назвать точкой абсолютного дефолта. 2008 год. Вокруг меня рушилась привычная стабильность. Хотя, если быть честной с самой собой, стабильности не было как таковой и до этого. Чтобы просто выжить, я постоянно пахала, в какие-то месяцы вообще не видя продыху. Мой муж отбывал наказание, на руках маленький сын, и огромные долги за квартиру родственников мужа, которые я взяла на себя, поверив заверениям мужа и его матери. На меня мертвым грузом свалились затяжные проблемы, постоянное психологическое давление и конфликты с его родственниками (с отдельными их представителями). Наш брак не развалился, (это случится годы спустя), тогда находился на грани. Обстановка стала настолько невыносимой, что в какой-то момент я резко собралась и вместе с сыном ушла к родителям. Там, в родительском доме, я прожила несколько месяцев.

Это был полный крах, абсолютный жизненный тупик и, говоря прямо, полный писец. Когда мужчина далеко, ты в состоянии эмоционального "коктейля" из разочарования, гне-

ва и обиды, логика и страхи кричат: «Сдавайся, ты ничего не решишь, ты бессильна». Ты работаешь на износ, отдаешь все физические силы, но система продолжает буксовать на месте.

Но именно в тот тяжёлый период, когда все мнимые внешние опоры исчезли, внутри меня что-то переключилось. Я интуитивно сделала то, чему сегодня учу на своих программах: я полностью забрала фокус внимания из внешнего кошмара и перевела его внутрь. Я перестала кормить своей энергией чужие претензии и страхи и начала формировать свою реальность из глубокого внутреннего центра.

И вот тогда началось то, что обыватели называют «магией» или невероятным везением.

Мои желания начали исполняться с такой бешеной скоростью, что я едва успевала фиксировать результаты. Пространство словно прогнулось под мой внутренний выбор. Появилась первая машина, на смену которой вскоре пришел куда более серьезный и комфортный автомобиль. Я вернулась в квартиру, откуда пришлось съехать, легко потянув дорогостоящий ремонт, о котором еще вчера не могла и мечтать. Компания, с которой сотрудничал наш салон под моим руководством, организовала масштабный бизнес-форум на острове Сардиния. Как руководителя, меня пригласили бесплатно, полностью оплатив проживание и программу. От меня потребовались лишь визовый сбор и авиабилеты от Сыктывкара до Москвы и обратно. Представь масштаб сдвига: я

никогда не была на море даже в своей стране, а тут впервые увидела его сразу на элитной Сардинии, куда доберется далеко не каждый европеец. Ресурсы, возможности и подарки судьбы начали приходить даже на те запросы, которые я не успевала толком сформулировать вслух.

Именно в тот момент я всем своим существом, на реальных физических фактах убедилась: наши мысли и эмоции действительно материальны. Это не красивая метафора из модных книг, а жёсткий, бескомпромиссный закон работы нашего разума. Внешняя реальность — это всего лишь послушное зеркало нашего внутреннего состояния. Стоит тебе забрать энергию из страха и обид, перестроить свой эмоциональный фон и задать мозгу чёткий, созидательный вектор — как окружающий мир буквально вынужден перестроиться под твои новые настройки, превращая самые смелые желания в осязаемую материю.

Тогда, в 2008-м, я двигалась на ощупь. На интуиции, чистом адреналине и внутренних ресурсах. И, признаюсь честно, совершила немало ошибок, анализируя которые позже, я поняла: двигаться «вслепую» опасно. Нельзя зависеть от спонтанных эмоциональных вспышек.

Именно тогда ко мне пришло главное осознание: та мнимая «стабильность», за которую мы так отчаянно цепляемся в сытые времена, на самом деле — ментальное болото. Она усыпляет наш мозг. Задумайся: почему великие открытия, тектонические сдвиги в судьбах и масштабные прорывы

происходят именно в кризис?

Если бы в нашей жизни всегда всё было ровно, гладко и хорошо, мало кто стал бы к чему-то стремиться. Сытый и спокойный ум ленив, ему незачем развиваться. Лишь единицы способны расти в условиях полного комфорта. Для абсолютного большинства из нас именно кризис становится тем самым эволюционным пинком пространства. Когда старый мир рушится, жизнь буквально выталкивает нас на новую территорию — заставляет узнавать то, чего мы раньше не знали, активировать спящую интуицию и стремиться к масштабу, который раньше казался невозможным. Кризис — это не конец. Это начало новой сборки твоей реальности.

Но здесь важно быть честным до конца. Сам по себе кризис не гарантирует автоматического взлета. В точке шторма каждый человек всегда стоит перед жесткой развилкой. Одни выбирают сдаться: они ложатся на диван, жалуются на судьбу, копят обиды и тонут в жалости к себе, превращаясь в вечных жертв обстоятельств. А другие выбирают прорываться вперед — они стискивают зубы, забирают пульт управления реальностью из рук страха и используют этот обвал как трамплин для квантового скачка. Выбор всегда остается только за человеком.

Из того сурового опыта, из сотен набитых шишек и последующих лет глубокой практики в гипнотерапии и работы с подсознанием, родилась моя чёткая, математически выверенная Формула исполнения желаний. Система, где ты захо-

дишь в свой внутренний центр, наводишь жёсткую ментальную гигиену, убираешь телесные и родовые блоки — и твой личный Код Реальности активируется сам собой.

Мир несправедлив к тем, кто сидит, терпит и ждет. Но он мгновенно открывает двери тем, кто понял главное правило игры: твой мир всегда начинается только с тебя.

Подсознание и его влияние

Большую часть нашей жизни мы проводим на автопилоте, действуя на основе подсознательных программ. Эти программы формируются на основе нашего опыта, убеждений и эмоций. Они могут быть как положительными, так и отрицательными, и именно они определяют наше поведение и реакции на различные ситуации.

Человек, который убежден, что жизнь — это постоянная борьба, будет вынужден сражаться на каждом шагу. У него всегда найдутся враги и ветряные мельницы. Женщина, считающая, что "все мужчины козлы", будет притягивать именно таких мужчин. Даже если ей повезет встретить достойного человека, велика вероятность, что и он в конечном итоге разочарует её. Если вы верите, что деньги зарабатываются лишь тяжким трудом, то будете работать как ломовая лошадь до самой старости. Мы становимся тем, во что верим; наша жизнь формируется в силу наших убеждений.

С самого рождения нам внушают различные идеи: дома, с экранов телевизоров, на улице, на работе, в интернете, в научной и художественной литературе, даже на заборе. Первые

убеждения закладываются в детстве и даже в период внутриутробного развития. Одно и то же убеждение может быть полезным для одного человека и вредным для другого.

Чем дольше мы живем с определенным убеждением, тем сложнее его изменить — оно укореняется на уровне подсознания. Бесполезно читать аффирмации, как это предлагается в позитивной литературе и на тренингах (говори каждый день по 127 раз "Я богат!", и сказочное богатство свалится на Тебя прямо с неба).

Если с детства вам внушали: "Деньги — это грязь, мы бедные, но честные! (ведь все богатые непременно воруют)", у вас будет мало шансов разбогатеть. Ребёнок, который не имел права выбора ("Ты ребенок, нам взрослым виднее, что есть, во что одеваться, с кем дружить и на кого учиться"), повзрослев, станет неуверенным в себе человеком, неспособным принимать решения.

А кому-то гадалка внушила, что в определенном возрасте он умрёт. Другому авторитетный врач заявил о наличии неизлечимого заболевания. Если подсознание воспримет это как факт, то человек действительно может столкнуться с серьезными последствиями.

Понимание работы подсознания позволяет нам осознанно подходить к изменениям в жизни. Мы можем выявить негативные установки и заменить их на позитивные, что приведет к улучшению качества жизни.

Связь между мыслями и реальностью.

Как мы уже выяснили, ваш мозг подобен суперкомпьютеру. Ваши мысли – это программы, которые он выполняет. Если программы содержат ошибки или вирусы (негативные установки), результат будет непредсказуемым. Но вы, как пользователь, имеете полный контроль над своим "ментальным компьютером"! Вы можете удалять вредоносные программы, устанавливать новые, более эффективные, и настраивать систему на достижение желаемых результатов.

В этой главе мы рассмотрели основные принципы работы вашего ментального компьютера. Но чтобы понять, как этот внутренний биокомпьютер управляет материальным миром вокруг нас, нам придется заглянуть глубже плотной материи. Мы отправляемся туда, где мысли обретают физический вес, а наше сознание становится главным соавтором Вселенной.

Глава 2. Квантовый код реальности: Как Энергия и Сознание ткут Вашу Судьбу?

«Если вы хотите найти секреты Вселенной, мыслите категориями энергии, частоты и вибрации». — Никола Тесла.

МИР ЗА ЗЕРКАЛОМ МАТЕРИИ

Представьте: твердый стол, ваша рука, звезда в небе – кажется, все это плотная, незыблемая материя. Но наука последнего столетия совершила революцию в нашем понимании: это лишь видимость. Под микроскопом реальности, точнее, под невероятно мощным микроскопом квантовой физики, открывается потрясающая истина: ВСЕ СУЩЕЕ – ЭТО ЭНЕРГИЯ В ПОСТОЯННОМ ДВИЖЕНИИ И ВИБРАЦИИ.

Каждый атом, каждая элементарная частица, из которых состоят молекулы, клетки, наши тела, планеты и галактики, – это не твердые "шарики", а скорее сгустки энергии, пульсирующие волны вероятности. Даже пустота – вакуум – кипит невидимой энергией. Современные исследования недвусмысленно показывают: все, что мы воспринимаем как материальный мир, включая наши тончайшие мысли и самые сильные эмоции, является различными формами и частота-

ми этой фундаментальной энергии.

ИСТОЧНИК: ЕДИНОЕ ПОЛЕ ВСЕХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ.

Откуда же берется эта неиссякаемая энергия? На протяжении веков мудрецы, философы и ученые искали ответ. Эту первородную, созидающую силу, основу всего сущего, называют по-разному: Первоисточник, Создатель, Абсолют, Бог, Космическое Сознание, Единое Поле или "Божественная Матрица". Это не абстракция – это динамический фундамент реальности.

Эта энергия не просто "есть где-то". Она пронизывает абсолютно все: от квантовой пены в сердце атома до необъятных просторов Вселенной. Она – невидимая паутина, связывающая все частицы, все объекты, всех живых существ в единое целое. Эта связь не только физическая; она создает глубокую эмоциональную и духовную резонансную сеть, где каждый из нас – уникальный узел, излучающий и принимающий сигналы.

МЫ – ЖИВЫЕ АНТЕННЫ: ПРИЕМ И ПЕРЕДАЧА.

Осознаем мы это или нет, но мы – энергетические существа. Наше физическое тело – это не просто "мешок с костями и мясом". Это сложнейшая биоэнергетическая система. Каждая клетка – миниатюрная электростанция, генерирующая электромагнитные поля. Эти поля, как показали работы ученых вроде Роберта Бекера или Брюса Липтона, напрямую влияют на наше здоровье, самочувствие, эмоциональное со-

стояние и даже на коммуникацию между клетками.

Но наша энергетическая природа гораздо глубже физиологии. Наши мысли – это не просто электрические импульсы в мозгу. Каждая мысль – это конкретная энергетическая вибрация, паттерн частоты. Наши эмоции – это еще более мощные энергетические заряды, буквально окрашивающие наше биополе (ауру) и излучаемые вовне. Мы постоянно передаем эти вибрации через взгляд, интонацию, жест, намерение. И мы постоянно принимаем их от окружающих людей, среды, даже от глобальных энергетических полей. Общение – это не только обмен словами, это тонкий энергообмен.

КВАНТОВЫЙ ПЕРЕВОРОТ: КОНЕЦ ПРЕДОПРЕДЕЛЕННОСТИ?

Именно здесь на сцену выходит квантовая физика – наука, изучающая поведение энергии и материи на самом глубинном, субатомном уровне. Её открытия не просто меняют наше представление о микромире – они кардинально меняют наше понимание возможностей влияния на собственную жизнь и судьбу.

Веками человечество находилось во власти идеи предопределенности. Судьба воспринималась как некий жесткий сценарий, написанный высшими силами, звездами или кармой. Отсюда и вечный, неистребимый спрос на услуги гадалок, тарологов, астрологов – людей, претендующих на знание этого "несгибаемого" будущего. Знание (или иллюзия знания) этого сценария может давать ложное чувство без-

опасности или, наоборот, парализующий страх. Человек, верящий в абсолютную предопределенность, часто добровольно отказывается от своей Силы, позволяя внешнему "предсказанию" программировать его сознание на ожидание конкретного (часто негативного) исхода, тем самым слепо идя по навязанному пути и игнорируя альтернативы.

КВАНТОВАЯ СУДЬБА: ПОЛЕ БЕСКОНЕЧНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ.

Квантовая механика предлагает радикально иной взгляд. С ее точки зрения, судьба – это не железная дорога с единственным путем, а бескрайнее поле вероятностей.

1. **Волновая Функция и Реальность "Может Быть"**: На квантовом уровне частица (электрон, фотон) существует не в одном конкретном месте или состоянии, а описывается волновой функцией. Это математическое описание всех возможных состояний, которые частица может принять, с разной степенью вероятности. Частица существует в этом "размытом" состоянии суперпозиции, пока не произойдет акт наблюдения или измерения. Тогда волновая функция "коллапсирует" – и частица проявляется в одном конкретном состоянии из многих возможных. Что это значит для нас? Наше будущее, подобно частице до измерения, – это спектр возможностей, а не единственный вариант.

2.**Теория Множественных Миров: Ветвящаяся Реальность**: Одна из самых смелых интерпретаций квантовой механики (Хью Эверетт) предполагает, что каждый воз-

можный исход квантового события реализуется в своей собственной, отдельной вселенной. Не «или-или», а «и-и»!

Вспомните старую русскую сказку о витязе на распутье перед вещим камнем: «Направо пойдёшь — коня потеряешь, налево пойдёшь — себя потеряешь, прямо пойдёшь — счастье найдёшь». В квантовой реальности мы с Вами стоим перед таким камнем не раз в жизни, а ежедневно и многократно в течение дня. Каждая Ваша мысль, каждая эмоциональная реакция и каждое решение в точке неопределенности — это шаг на новую тропу. Вы не просто меняете обстоятельства, а фактически переходите в параллельную ветвь реальности, где реализуется именно этот сценарий. Ваша судьба — это не жёсткая колея, а ветвящееся дерево бесчисленных вариантов «Вас-сейчас».



Пространство вариантов — это огромный гардероб Вселенной. В нем одновременно висят платья вашей бедности и костюмы вашего триумфа. Каждая ваша мысль — это протянутая рука к той или иной вешалке. Вы не создаете новую одежду, вы просто выбираете, во что облачиться сегодня.

3.**Роль Наблюдателя: Сознание как Созидающая Сила.** Самый шокирующий и глубокий для нас вывод квантовой физики: наблюдатель не пассивен! Знаменитый эксперимент с двумя щелями показал: сам факт наблюдения (даже просто фиксации приборами) за частицей влияет на ее поведение – она "решает", вести себя как частица или как волна. Наше сознание, наш фокус внимания – это не просто приемник информации, это активный участник, "соавтор" реальности. То, на что мы направляем свое внимание и как мы его интерпретируем, влияет на то, какие вероятности "коллапсируют" в нашу непосредственную жизнь. Мы не просто наблюдаем мир – мы участвуем в его создании. "Предсказатель", каким бы искусным он ни был, видит лишь одну из доминирующих в данный момент вероятностей, часто обусловленную вашими текущим мыслями и страхами, но не истину в последней инстанции.

Парадокс Василия: Как наш внутренний физик заставляет реальность буксовать

Чтобы окончательно смахнуть пелену мистики с квантовых законов, давайте перенесемся из стерильных лаборато-

рий в реальную жизнь и посмотрим на обычного человека. Назовем его Василий. Василий — умный, прагматичный мужчина, руководитель крупного отдела. Он привык опираться на сухую логику Бета-ритма. Но в последнее время его жизнь напоминает затяжной кризис: важный контракт срывается в последний момент, ключевые сотрудники уходят, а дома растет стена холодного молчания.

Василий злится на внешние обстоятельства, обвиняет кризис и партнеров. Но давайте посмотрим, что происходит в этот момент на его Ментальном экране. Каждое утро Василий просыпается в состоянии легкой тревоги. Он берет в руки телефон, открывает почту и подсознательно ждет… очередных проблем. Его фокус внимания (то самое квантовое Наблюдение) намертво заклинен на частоте дефицита и страха неудачи. На субатомном уровне его мысли — это мощный энергетический паттерн.

Пока Василий не смотрит на ситуацию осознанно, Квантовое Поле Вселенной держит для него миллионы потенциальных возможностей («суперпозицию»): там одновременно существуют ветка реальности, где его проект взлетает, и ветка, где всё рушится. Василий искренне хочет успеха (сознательно), но его глубинная вибрация страха работает как снайперский прицел. Он направляет луч своего Наблюдателя строго на сценарий провала. Волновая функция мгновенно коллапсирует — и Квантовое Поле послушно «схлопывает» в его материальный мир именно те события, на которых он сфо-

кусирован.

Мозг Василия, работая как поисковый радар, начинает в упор не замечать скрытые ресурсы, перспективные звонки и людей, готовых помочь, но снайперски точно выхватывает из пространства новые задержки выплат, конфликты и кризисы. Василий сокрушается: «Ну вот, я же говорил, что всё полетит к чертям! Мир несправедлив!» Но парадокс заключается в том, что Мир как раз абсолютно справедлив и точен — он просто, как зеркало, материализовал то, что Василий неотрывно крутил на своем внутреннем проекторе. Он стал жертвой собственного энергетического выбора, заблокировав масштаб изнутри.

Чтобы Вам не пришлось верить мне на слово или полагаться только на сухие квантовые теории, я расскажу про один простой уличный эксперимент, который я однажды провела лично на себе.

По пути из дома мне каждый раз приходилось переходить дорогу по нерегулируемому пешеходному переходу — там была только «зебра», а светофор не работал. И я решила проверить на практике, как именно мой внутренний Наблюдатель управляет плотной физической реальностью.

Подходя к переходу в первый раз, я намеренно включила привычную для многих пластинку недовольства. Я шла и мысленно крутила установку: «Ну вот, опять эти водители несутся, никто никогда не притормозит, всем плевать на пешеходов». И что Вы думаете? Машины пролетали мимо, да-

же не сбавляя скорость, будто меня вообще не существовало на обочине. Во второй и в третий раз я повторила этот же мысленный настрой — и сценарий сработал с точностью до миллиметра: водители упорно не уступали мне дорогу, заставляя подолгу стоять на краю тротуара.

А на четвёртый раз я прямо на подходе к «зебре» остановила этот поток, мысленно сказала себе команду «Отменяю!» и резко переключила частоту своего Наблюдателя. Я задала совершенно другую программу: «Какие же вокруг прекрасные, вежливые и внимательные водители! Они всегда с радостью уступают мне дорогу».

Изменения произошли в ту же секунду. Едва я подошла к переходу, как машины начали тормозить буквально издалека, пропуская меня с явным уважением. Я перешла дорогу легко и спокойно, а потом ради чистоты эксперимента проверила это ещё раз — и снова весь поток послушно остановился.

Вот так наглядно наши мысли формируют реальность. Водители на той улице не поменялись, правила дорожного движения остались прежними. Изменился только луч моего внимания.

А теперь — Ваше первое полевое задание!

Прямо сегодня или завтра, не дожидаясь сложных практик, проверьте свой радар в повседневной обстановке. Выберите одну из трёх ситуаций (или протестируйте все по очереди):

1. Очередь или свободная касса. Подходя к кассе в супермаркете или заходя в банк, поймайте привычную мысль «сейчас опять застряну на полчаса». Мысленно скажите: «Отменяю!» и переключите настрой: «Для меня всегда мгновенно открывается свободное окно, люди вокруг доброжелательны, и всё решается за минуту». Наблюдайте, как рассосётся очередь или соседний кассир вдруг позовёт именно Вас.

2. Поиск парковки или свободного места в транспорте. Подъезжая к забитому двору или заходя в вагон в час пик, вместо раздражения задайте спокойную уверенность: «Моё идеальное место уже ждёт меня». Посмотрите, как прямо перед Вашим носом освободится пространство.

3. Реакция продавца или случайного собеседника. Заходя в кофейню или офис, где обычно сидят хмурые сотрудники, заранее транслируйте внутри установку: «Люди рады меня видеть, мне всегда идут навстречу с улыбкой». Проследите, как изменится тон даже самого угрюмого человека.

Относитесь к этому не как к экзамену, а как к весёлой игре. Ваша задача — впервые поймать за руку собственного внутреннего Наблюдателя и получить от реальности первое физическое доказательство: мир действительно отвечает на Вашу частоту.

МОЩЬ РАЗУМА: ДВА СЦЕНАРИЯ СОТВОРЕНИЯ РЕАЛЬНОСТИ.

Наш разум — это не просто вычислительное устройство.

Это мощный генератор энергии и творческая сила, способная влиять на то, какая ветвь реальности станет Вашей «основной». Посмотрите, как один и тот же человек может свернуть на совершенно разные тропы у того самого камня на распутье:

Сценарий 1: Коллапс в Порочный Круг Неудачи (Энергия Страха).

Представьте мужчину (назовем его Тимофей), переживающего полосу трудностей на работе, в отношениях и финансах. Охваченный тревогой, он обращается к гадалке. Та, уловив его низкочастотный фон страха, предрекает: «На тебе сильная порча! Будут тебе одни несчастья!» Тимофей принимает это предсказание как абсолютную истину. Его фокус внимания сужается до поиска подтверждений. Пролитый утренний кофе? «Вот оно, начало!» Критическое замечание начальника? «Проклятие работает!» Его эмоции (страх, обида, безнадежность) усиливаются, создавая плотное низковибрационное поле. Он подсознательно отталкивает возможности, избегает риска и ведет себя неуверенно, провоцируя негативную реакцию окружения. Так его собственный фокус внимания коллапсирует волну вероятности в реальность хронических неудач, буквально воплощая мрачное «пророчество».

Сценарий 2: Сдвиг в Реальность Успеха (Энергия Намерения).

Теперь представим: тот же Тимофей сталкивается с те-

ми же трудностями. Но вместо поиска «виноватых извне» он делает осознанный выбор взять ответственность за свою жизнь. Он решает: «Это временно! Я сам управляю своим состоянием». Переключив внутренний проектор на поиск решений, он начинает замечать скрытые ресурсы, людей и возможности, которые раньше игнорировал. Его действия обретают точность и силу, а мир мгновенно отвечает на его новую частоту благоприятными событиями.

Эти два сценария наглядно показывают фундаментальный закон работы нашего ментального компьютера: внешняя реальность всегда подстраивается под наш внутренний фильтр восприятия. Наши мысли, убеждения и фокус внимания напрямую определяют:

— что именно мы замечаем вокруг, а что пропускаем мимо глаз;

— в каком эмоциональном и энергетическом состоянии мы находимся;

— какие решения принимаем и какие физические шаги совершаем в реальном мире.

Кажется, что всё просто: переведите фокус внимания на успех — и Квантовое Поле послушно материализует мечту. Но на практике большинство людей натыкаются на невидимую стену. Почему так трудно удержать луч своего Наблюдателя на волне изобилия, если разум упорно срывается обратно в привычные страхи и дефицит? Ответ кроется в скрытых программах, которые годами записывались на жесткий диск

нашего подсознания.

В следующей главе мы вскроем этот архив и познакомимся с невидимыми кукловодами, которые прямо сейчас держат пульт управления Вашей реальностью.

Глава 3. Невидимые кукловоды: Как подсознательные программы управляют твоей судьбой

«Твое подсознание — гениальный адвокат твоей бедности и одиночества. Оно найдет тысячу блестящих оправданий твоим провалам, лишь бы не выпускать тебя из привычного болота».

Каждый из нас носит в себе скрытый набор убеждений и установок, которые, словно невидимые кукловоды, управляют восприятием мира и формируют каждую реакцию. Эти программы, глубоко укоренившиеся в подсознании, определяют твои успехи и провалы, уровень дохода, здоровье и качество отношений. Именно деструктивные подсознательные сценарии, подобно вредоносному коду в сложной системе, мешают тебе раскрыть свой истинный масштаб.



Сознание и подсознание: два мира в одном разуме

Чтобы понять, как обезвредить эти скрытые вирусы, необходимо провести четкую границу между двумя уровнями твоего ума.

Сознание — это твой рациональный ум, оперативная память, которой ты пользуешься прямо сейчас. Оно логически анализирует факты, строит планы и принимает взвешенные решения. На долю сознания приходится лишь крошечный процент управления твоей жизнью.

Подсознание же — это безбрежный океан твоего прошлого опыта, гигантский жесткий диск, где записаны все воспоминания, телесные рефлексы, привычки и автоматические реакции. Оно действует незаметно, словно опытный штурман, ведущий корабль твоей судьбы по строго заданному курсу. И если в этот курс вшита ошибка, никакие усилия логики не заставят корабль свернуть.

Представь ситуацию: тебе нужно выступить перед важной аудиторией или озвучить высокую стоимость своих услуг клиенту. Рациональным умом ты прекрасно понимаешь, что ты профессионал и бояться нечего. Но в последний момент перехватывает дыхание, ладони потеют, а голос предательски дрожит. Это не твоя слабость — это сработало эхо прошлого опыта, записанного на подкорку много лет назад, когда тебя высмеяли у школьной доски или жестко раскритиковали за проявленную инициативу.

Чтобы ты окончательно увидел, насколько по-разному работают эти два уровня нашего разума, расскажу тебе про один показательный научный эксперимент. Несколько лет назад я участвовала в профессиональном симпозиуме в Санкт-Петербурге, который проходил в рамках "Международной ассоциации гипнотерапевтов", членом которой я являюсь. Вместе с коллегами мы решили прямо на глазах у полного зала провести чистый, объективный эксперимент с привлечением профессионального полиграфолога и настоящего "детектора лжи". (Запись этого эксперимента, кстати, до сих пор есть в открытом доступе на моем YouTube-канале и в соцсетях).

Участницей этого эксперимента согласилась стать смелая Татьяна, дав добро, чтобы работу провели именно на ней перед всем залом. У Татьяны была сильная, застарелая фобия: она панически боялась высоты и полетов на самолетах. Стоило ей выйти на высокий балкон или оказаться на крыше, как начинала кружиться голова, сбивалось дыхание, а тело сковывал сильный страх.

Сначала за дело взялся специалист-полиграфолог. Татьяну подключили к датчикам детектора лжи, сняли базовые показатели и задали контрольные вопросы о страхе высоты и перелетов. Все реакции строго фиксировались — приборы беспристрастно подтвердили мощный физиологический отклик, страх был абсолютно реальным.

После этого в работу вступила я. Прямо там, на сцене, мы

провели быструю, прицельную проработку в трансе и убрали этот блок на глубинном уровне. Как только мы завершили, полиграфолог снова задала Татьяне прямой вопрос:

— Вам сейчас страшно летать и находиться на высоте?

И Татьяна ответила:

— Да.

Неужели страх никуда не делся? Но я была абсолютно уверена в своей работе — и через несколько минут наступил момент истины. Полиграфолог посмотрел на экран монитора и объявил результат: детектор лжи зафиксировал чистую ложь! Приборы показали, что в организме Татьяны больше нет ни малейшей реакции страха — её тело было абсолютно спокойным.

Когда эксперимент закончился, сама Татьяна с улыбкой объяснила, что произошло в ту секунду. Оказалось, что когда прозвучал вопрос, её рациональный, логический ум по привычке прокрутил старую мысль: «Ну не может же такого быть, чтобы многолетний страх исчез за несколько минут!». Сознание по инерции выдало привычное «да», потому что ум просто не верил в такую скорость перемен. Но подсознание и тело уже работали по новой программе!

На следующий день Татьяна рассказала, что ради проверки специально вышла на открытый балкон девятого или десятого этажа: голова не кружилась, внутри царило полное спокойствие. А позже она поделилась, что спокойно села в самолет и совершила перелет без единого намека на былую

панику.

Вот в чем заключается колоссальная разница между сознанием и подсознанием. Сознание — это лишь привычка думать по-старому и скептически анализировать. Оно может сомневаться и твердить «это невозможно». Но если ты переписал код на уровне подсознания, твоя биология и реальность начинают работать по новым правилам автоматически — независимо от того, успел твой логический ум в это поверить или нет.

Как записываются вирусы в твой биокомпьютер?

Негативные программы — это не врожденный дефект, а слепок твоего жизненного опыта, особенно опыта раннего детства. До семи лет у ребенка полностью отсутствует критический фильтр сознания — способность анализировать, сомневаться и отсеивать чужую ложь. Малыш впитывает абсолютно всё, что происходит вокруг, как сухая губка впитывает воду. Семья, детский сад, школа, случайные фразы авторитетных взрослых — всё это становится фундаментом твоей внутренней реальности.

Каждое неосторожное слово, брошенное в точку уязвимости, вонзается в подсознание как заноза. Фразы вроде «Не высовывайся, будь как все», «Много хочешь — мало получишь», «Вон Маша какая умница, а у тебя руки не из того места растут» не исчезают бесследно. Они превращаются в жесткие программные коды. Повзрослев, такой человек может обладать блестящим образованием и талантами,

но в шаге от крупного повышения или запуска своего проекта его подсознание включит саботаж. Сработает древняя программа защиты: «Высовываться опасно, тебя осудят и отвергнут».

От убеждений к автопилоту: Ловушка предсказуемости и ложной безопасности

Вспомни, о чём мы говорили в первой главе, когда разбирали нейропластичность мозга. Каждая мысль, которую ты крутишь день за днём, и каждое повторяющееся действие прокладывают в твоей голове глубокие нейронные рельсы. Убеждение превращается в автоматическую реакцию, реакция — в привычку, а привычка незаметно забирает руль и переводит твою жизнь в режим глухого автопилота.

Многие искренне верят, что стабильность, чёткий график и привычные маршруты — это лучшая гарантия безопасности. Но давай посмотрим на реальность без иллюзий: любая жёсткая привычка — это те же нейронные рельсы, с которых ты уже не можешь свернуть. Когда ты изо дня в день действуешь по одному и тому же накатанному сценарию, твой мозг засыпает, а ты становишься абсолютно предсказуемым и уязвимым для внешнего мира.

Я чётко усвоила этот урок ещё в шестнадцать лет. В то время я каждый день ходила в школу одной и той же привычной дорогой, строго в одно и то же время. Мне казалось, что это удобно, правильно и безопасно. Но однажды меня начал преследовать один навязчивый, горячий юноша. Он точ-

но знал мой график, понимал, во сколько я выхожу из дома и по какой тропинке пойду, поэтому регулярно поджидал меня на маршруте.

Именно в тот момент до меня дошло: моя собственная, вроде бы безобидная и «правильная» привычка сделала меня лёгкой мишенью. Я резко сломала шаблон — начала менять дороги, выходить в разное время и каждый день выбирать новый путь. Как только я ушла с привычных рельсов, преследователь моментально потерял контроль над ситуацией.

В конце концов, вспомни любого киллера из детективных фильмов: прежде чем выполнить заказ, он неделями сидит в засаде и изучает расписание жертвы. Ему даже напрягаться не нужно, если человек годами пьет кофе в одной и той же кофейне ровно в 8:15 утра и паркуется у одного и того же столба. Привычка превращает человека в открытую книгу.

Поэтому, если не хочешь стать лёгкой добычей для обстоятельств, лови рабочую рекомендацию: будь непредсказуемым, петляй как заяц, путай следы и маршруты, а в крайнем случае — притворись мёртвым!

А если говорить серьезно, этот случай из юности стал для меня фундаментом понимания того, как работает наш разум. Любая, даже самая привычная программа со временем превращается в автопилот. А когда ты живёшь на автопилоте, твоя осознанность и интуиция спят — зачем им включаться, если маршрут и так известен наперёд? Развитие внимания, интуиции и работа с подсознанием — а именно этим мы с

тобой и будем плотно заниматься на страницах этой книги — нужны нам вовсе не ради красивых фокусов. Они пробуждают в нас спонтанность, гибкость и способность мгновенно считывать обстановку, чтобы действовать по ситуации, а не по заученному с детства шаблону. И главное — твой мозг держится за эти старые рельсы не из вредности, а потому, что видит в них скрытую выгоду.

Феномен скрытой выгоды: почему мозг держится за проблемы

Самая большая тайна подсознания, о которой молчат популярные книги по саморазвитию, заключается в том, что твой глубинный разум всегда действует исключительно из желания тебя спасти. Любая, даже самая разрушительная программа когда-то была создана для твоей безопасности.

Если в твоей жизни годами не решаются финансовые вопросы или не складываются близкие отношения, значит, на глубинном уровне у твоего подсознания есть скрытая выгода оставлять всё как есть. Например, отсутствие больших денег надежно защищает от страха зависти, грабежа или тяжелой ответственности. А хроническое одиночество гарантирует, что тебя больше никогда не предадут и не причинят сердечную боль. Пока ты не осознаешь этот скрытый механизм защиты, ты будешь бегать по замкнутому кругу.

Яркий пример того, как работает этот механизм — история Василисы. Это красивая, умная, ухоженная женщина, которая искренне мечтает встретить надежного, сильно-

го мужчину, но из года в год притягивает в свою жизнь либо хронических «маменькиных сынков», которых приходится тащить на себе, либо вечно занятых женатых персонажей. Снаружи она сетует на дефицит нормальных мужчин. Но когда мы заглянули в ее подсознание, выяснилось, что за этим стоит скрытая выгода. В детстве она насмотрелась на тотальный контроль отца-тирана, который ломал волю матери, и выжгла на подкорке код: «Близость с сильным мужчиной — это тюрьма и потеря себя». Поэтому ее внутренний радар отсеивал любых достойных кандидатов и выбирал исключительно «безопасные» варианты, с которыми настоящая семья невозможна. Так подсознание виртуозно спасало ее свободу, оставляя в полном одиночестве.

Порой эта защитная логика подсознания работает настолько парадоксально и нелинейно, что рациональный ум ни за что не догадается, где именно зарыта причина. Причём подсознание управляет не только твоими выборами, но и напрямую перестраивает биохимию тела, выставляя физическую броню там, где ты чувствуешь уязвимость.

В моей практике был очень яркий случай — ещё в те годы, когда я только преподавала Метод Сильва и уже активно применяла глубинные практики. Ко мне обратилась знакомая. Она тяжело переживала развод: с мужем они уже разошлись, но внутри оставалась сильнейшая эмоциональная привязка. «Я не могу, я постоянно о нём думаю, я страдаю и просто выгораю изнутри», — призналась она.

Мы провели с ней глубокую работу: сделали медитацию на энергетическое отрезание привязок и экологичное отпускание бывшего партнёра, после чего я перевела её в ресурсное состояние и зафиксировала образ её счастливого, свободного будущего. На этом наша сессия закончилась.

Увиделись мы только спустя месяц. Она подошла ко мне с горящими глазами и невероятно эмоционально рассказала:

— Ты не представляешь, что произошло! Я ведь до нашей сессии очень долго не могла похудеть. Сидела на диетах, вроде бы совсем немного ем, стараюсь — а вес стоит как вкопанный, ничего не помогало. Но на следующее утро после нашей практики я проснулась с ощущением, что меня полностью отпустило, я вообще перестала о нём думать (как и о бывшем муже). А самое поразительное — мой живот буквально сдулся и стал плоским! Ушли отёки и лишний объём, которые не брала ни одна диета!

Посмотри, насколько нелогично с точки зрения сознания, но гениально с точки зрения выживания сработал её мозг. Пока внутри жила незакрытая боль и обида на бывшего мужа, её подсознание включило жесткую защитную программу: «Близость с мужчинами приносит страдания. Чтобы тебя снова не ранили и не обидели, нужно стать непривлекательной, спрятаться». И тело послушно выстроило защитный барьер — включило задержку жидкости, отёчность и лишний вес, создавая физическую дистанцию от мира, чтобы мужчины просто не подходили.

И таких примеров в практике огромное множество. Когда человек годами борется с лишним весом, отёками, кожными заболеваниями или хроническими зажимами через жёсткие ограничения, но игнорирует первопричину в голове, он воюет со следствием. Стоило нам убрать эмоциональный блок и вернуть женщине внутреннюю опору, как у подсознания отпала нужда защищать её телом — и биология мгновенно вернулась к норме.

Субличности и ловушка жертвы: как договориться со своими частями

Здесь мы подходим к тонкой грани, которая отличает здорового человека с устойчивой психикой от человека с начинающимся расстройством.

Здоровый человек чётко осознаёт: любые субличности, внутренние голоса или роли — это его собственные части. Тот же «внутренний критик», «испуганный ребёнок» или «внутренний мудрец» — это просто грани твоей личности, твои же нейронные связи и программы опыта. У тебя остаётся единый центр управления — твоё собственное «Я».

У человека с подвижной психикой эта граница стирается. Он перестаёт понимать, что это его же части, и начинает воспринимать их как чужеродные сущности или автономные личности, которые захватывают контроль.

Но есть и другая крайность, в которую проваливаются даже вполне здоровые люди. Как только ты говоришь себе: «Мной кто-то управляет», «Это не я, это мои страхи, про-

граммы или обстоятельства так решили» — ты добровольно отдаёшь руль и проваливаешься в позицию жертвы.

Запомни простую вещь: в позиции жертвы твои желания не исполняются.

Когда ты в роли жертвы, ты не заказываешь реальность — ты от неё защищаешься. Твоё подсознание получает только один сигнал: «Мы в опасности, от нас ничего не зависит». В этом режиме оно блокирует любые масштабные цели и тратит все силы на выживание. К тому же у жертвы всегда есть скрытая выгода не получать желаемое — ведь тогда придётся повзрослеть и взять ответственность за свою жизнь на себя.

Техника: как осознать свою часть и договориться с ней ради цели

Воевать со своими субличностями или ломать себя через колено бесполезно — ты просто потратишь силы на борьбу с самим собой. Вместо этого верни себе позицию хозяина и сделай пять последовательных шагов:

1. Выдели и отдели эту часть. Вспомни своё желание и прислушайся к телу. Где именно возникает сжатие, холод, тяжесть или внутренний стопор? Мысленно выведи это ощущение перед собой как отдельный образ или фигуру. Посмотри на неё со стороны: она — не весь ты, это только одна твоя программа.

2. Признай и осознай её. Не прогоняй и не осуждай эту часть. Скажи ей прямо: «Я тебя вижу. Я признаю, что ты есть внутри меня и выполняешь свою работу». Как только ты пе-

рестаёшь бороться с частью, напряжение падает.

3. Узнай, почему она тебя тормозит. Любая твоя субличность никогда не вредит тебе просто так — у неё всегда есть причина и старая защитная задача. Задай ей прямой вопрос: «Почему ты меня останавливаешь? Чего ты боишься, если это желание исполнится?» Прислушайся к первому ответу, который придёт в голову или отзовётся в теле.

4. Покажи ей положительный результат в будущем. Чаще всего эта часть застряла в прошлом опыте и не видит, что сейчас всё иначе. Нарисуй для неё яркую, объёмную картинку будущего, где твоя цель уже достигнута. Покажи ей, как круто, безопасно и выгодно будет вам обоим, когда желание исполнится, что именно она получит от этого успеха.

5. Договорись о совместных действиях. Предложи ей объединить усилия вместо саботажа: «Давай действовать вместе ради этой цели. Я беру ответственность за результат на себя, а ты помогаешь мне своей энергией и опытом». Почувствуй, как образ меняется, светлеет или возвращается обратно в тело уже как твой союзник.

Как только ты возвращаешь себе центр управления и говоришь: «Это мои части, это мои программы, и я здесь главный» — внутренняя война заканчивается, и вся энергия начинает работать на твои желания.

Почему не работают обычные аффирмации?

Многие пытаются переписать свою жизнь с помощью механического повторения позитивных утверждений перед

зеркалом. Однако этот метод в подавляющем большинстве случаев оказывается пустышкой.

Причина кроется в строении нашего мозга. Обычные аффирмации работают исключительно на уровне бодрствующего сознания, где властвует бдительный критический фильтр разума. Когда ты логическим умом пытаешься внушить себе «Я абсолютно здоров и богат», а внутри тебя сидит старая подсознательная программа страха и дефицита, критический фильтр мгновенно блокирует этот поверхностный сигнал. Возникает жесткий внутренний конфликт, тело сжимается от напряжения, а подсознание ставит отметку: «Это ложь, защитные барьеры работают исправно». Пытаться победить глубокую подсознательную установку силой логики — всё равно что пытаться заклеить трещину в фундаменте дома обычными бумажными обоями.

Ключ к перепрограммированию

Чтобы удалить вредоносный код и прописать новую программу успеха, необходимо обойти критический фильтр сознания и спуститься на глубинный уровень подсознания. Сделать это можно только в особых состояниях работы мозга — в легком трансе, глубокой медитации или самогипнозе, когда частота мозговых волн замедляется, а логический контроль утихает.

В этом состоянии ты получаешь прямой доступ к архивам своей памяти. Ты можешь вернуться в ту самую точку, где была записана ошибка, переосмыслить её с позиции взрос-

лого, сильного человека и заменить деструктивную установку на созидательную. Вместо старого вируса «Я не способен на большее» ты впечатываешь в нейронную сеть новый код: «Я имею право на масштаб, я открыт новым возможностям и легко создаю свою реальность».

Осознание того, что ты не раб своих привычек, а программист собственного ума — это первый и важнейший шаг к свободе. Но чтобы переписать внутренний код максимально точно, нам нужна четкая, пошаговая система. В следующей главе я открою тебе главный инструмент этой книги — секретную Формулу исполнения желаний.

Глава

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.