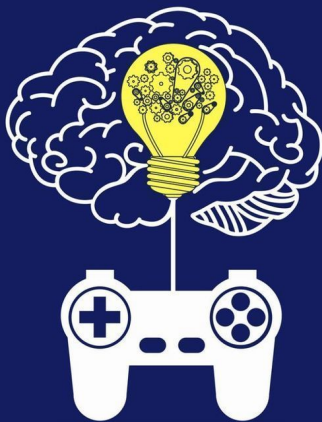




ДМИТРИЙ ЗАГОРСКИЙ

# СУПЕР СОЗНАНИЕ

КАК НАУЧИТЬСЯ УПРАВЛЯТЬ  
СВОЕЙ РЕАЛЬНОСТЬЮ



ИНТЕРАКТИВНОЕ ПРАКТИЧЕСКОЕ  
РУКОВОДСТВО

# Дмитрий Загорский

# Суперсознание. Как научиться управлять своей реальностью

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=36969708](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=36969708)*

*ISBN 9785449334725*

## Аннотация

Если вы хотите сознательно научиться управлять своей жизнью, а не просто наблюдать, как она случается с вами, тогда эта книга, несомненно, станет полезной для вас! Выполнение представленных здесь видеопражнений поможет вам избавиться от ряда заикленных жизненных сценариев, ментальных блоков и прочих недугов, получив взамен ряд инсайтов и откровений. Без воды, эфемерных понятий и пустых мотиваций! Данная книга является интерактивным проектом сугубо практического содержания.

# Содержание

БЛАГОДАРНОСТЬ	5
ПРОЛОГ	6
ДЛЯ КОГО ЭТА КНИГА	8
СОДЕРЖАНИЕ	10
ГЛАВА 1. АЛЬФА И ОМЕГА	17
ЧТО ТАКОЕ СУПЕРСОЗНАНИЕ	17
Конец ознакомительного фрагмента.	21

# **Суперсознание. Как научиться управлять своей реальностью**

**Дмитрий Загорский**

© Дмитрий Загорский, 2018

ISBN 978-5-4493-3472-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# БЛАГОДАРНОСТЬ

Я благодарен Богу за дарованную мне возможность жить в этом удивительном мире, за всех дорогих и любимых мне людей, за возможность творить и реализовывать свои таланты.

Я благодарю моих родителей и весь мой род за любовь, силу и поддержку. Я намерен оправдать ваши вложения.

Я благодарен каждому человеку, который всегда в нужное время встречался в моей жизни и в той или иной форме преподавал мне необходимый урок. Без вас я бы никогда не стал собой.

Я благодарю своих детей Богдана и Аврору за то, что они выбрали меня своим отцом и доверили свое воспитание. Вы заново учите меня смотреть на мир глазами ребенка, в котором все возможно!

Я благодарю свою жену Анжелу за любовь, заботу и преданность, а также за тот свет, который она сохранила в своем сердце, и согревает нас. Ты моя муза и самый дорогой для меня человек.

# ПРОЛОГ

*«Иногда отражение в зеркале более реально, чем сам объект...»*

*Льюис Кэрролл, «Алиса в Зазеркалье»*

Если бы все причины жизненных невзгод находились на уровне сознания, каждый человек уже давно с легкостью решил бы их по щелчку пальцев. Но все дело в том, что причины эти лежат вне нашего понимания, вне сознательной части, а на иррациональном уровне, доступ к которому имеет подсознательный разум. Именно с этим неисчерпаемым творческим ресурсом нам с вами предстоит далее работать!

Я рад приветствовать вас, мои дорогие читатели! Меня зовут Дмитрий Загорский, я коуч-тренер, гипнолог, специалист по телесно-ориентированной терапии. Представляю вашему вниманию мою книгу «Суперсознание. Как научиться управлять своей реальностью». В ней я постараюсь максимально доступно изложить и систематизировать процессы, протекающие на иррациональном уровне в метасистеме современного человека, влияющие на его благополучие и качество жизни, а также рассказать, как научиться этими процессами намеренно управлять.

Все технологии и методики, представленные в данной книге, безопасны и экологичны, не имеют отношения к прак-

тикам по выходу в астрал, колдовству и прочим магическим ритуалам, а напротив, относятся исключительно к внутренним ресурсам человека, работе подсознания и несут в своей основе сугубо практический подход.

# ДЛЯ КОГО ЭТА КНИГА

Книга «Суперсознание» будет интересна и полезна самому широкому кругу читателей:

- прогрессивным ищущим людям, которые хотят понять причинно-следственные связи и, овладев соответствующими методиками, научиться управлять своей жизнью;
- профессионалам любого направления – от молодых специалистов до топ-менеджеров и владельцев собственного бизнеса;
- всем, кому интересна тема саморазвития и трансформации личности;
- специалистам «хелперских» профессий: психологам, коучам, телесным практикам и многим другим.

Данная книга является своего рода интерактивным проектом. Здесь впервые наглядно проиллюстрированы многие психические аспекты, протекающие в сознании современного человека. И так как основную часть информации (около 80%) мы получаем через зрительный канал восприятия, одно только осознание этих процессов поможет вам избавиться от ряда заикленных жизненных сценариев, ментальных блоков и других недугов, получив взамен ряд инсайтов и откровений!

Здесь вы также найдете ряд универсальных, простых, но невероятно эффективных трансформационных техник,

которые оформлены в виде упражнения, что значительно облегчит ваше обучение и ускорит процесс усвоения информации. Под видеопражнениями вы можете оставлять комментарии и задавать ваши вопросы, на которые я с удовольствием отвечу! Таким образом, дорогие читатели, сейчас вы держите в руках не просто книгу, а пространственно-временной интерактивный проект, через который мы с вами сможем поддерживать связь, как бы далеко друг от друга ни находились по времени и расстоянию.

# СОДЕРЖАНИЕ

В книге будет только конкретика. Меня не устраивают современные тенденции, когда контент разбавляют большим количеством воды, шаблонной мотивацией и прочими бла-бла-бла о жизни успешных людей. Сейчас такой подход особенно распространен в сфере личного роста и инфобизнеса.

Здесь же я постараюсь дать вам информацию в сухом, сжатом, конспективном виде. Некоторые техники я намеренно буду подробно разбирать (разжевывать) для того, чтобы вы смогли понять их основную идею. Это необходимо для слияния в единое целое сознательной и бессознательной части вашего разума, чтобы в итоге получить чистое знание!

Также в книге не будет каких-то «улетевших» эфемерных понятий и «танцев с бубном». Я не эзотерик, но так как у нас с вами тема все-таки метафизическая, я буду максимально доходчиво излагать все преимущественно с научной точки зрения, основываясь на практической психологии, телесно-ориентированной терапии, нейрофизиологии, квантовой физике, феноменологии и пр.

К слову, я считаю, что по-настоящему работающая методика должна быть простой и понятной каждому пользователю с любым уровнем подготовки. Впоследствии вы сможете применять полученные знания в повседневной практике,

качественно преобразая главные сферы вашей жизни, такие как:

- физическое здоровье и психоэмоциональное состояние;
- интуиция и работа с подсознанием (в самом широком смысле);
- призвание, карьера и бизнес;
- отношения;
- личностное и духовное развитие;
- творчество, самореализация и многое другое.

Обучившись методам, представленным в данной книге, вы сможете в значительной мере улучшить качество вашей жизни, а также жизни близких и дорогих вам людей.

Сразу хочу предупредить, что я не собираюсь ни с кем спорить и вступать в полемику, касательно концепций и технологий, представленных здесь. Все они проверены более чем десятью годами практики и базируются на исключительно прагматичном подходе, а результаты можно измерить личными успехами и успехами моих клиентов. Знающий не спорит!

Темой подсознания, ресурсного потенциала человека, физического и психического здоровья я занимаюсь с 2007 года. Я очень люблю свою профессию: это мой осознанный выбор и моя стихия. Поэтому в книге не будет теоретической информации философского содержания, «без фундамента», а только конкретика и практика.

Будучи специалистом по телесно-ориентированной тера-

пии, я придерживаюсь целостного подхода, когда с запросом клиента можно работать как через тело, так и через его психику. Уже само название книги «...Как научить управлять своей реальностью» как бы возвращает нас к себе, чтобы еще раз напомнить, что все начинается с нас.

Внешний мир – это зеркало. Меняя глубинные настройки и тем самым свой внутренний мир, мы изменяем и мир внешний. Но это, как правило, происходит не мгновенно, так как есть еще временной буфер – инертность, с которой происходят изменения в физической реальности.

Схематично это выглядит так.



В книге «Суперсознание» я использую прогрессивный,

холистический и универсальный подход. Что это значит?

## ПРОГРЕССИВНЫЙ ПОДХОД

Я всегда ищу новые модели, приемы и методы, которые будут работать адаптивно и актуально в контексте настоящего времени. Мы с вами живем в очень стремительно меняющуюся эпоху глобальных перемен, и наше сознание уже совершенно не такое, как было пятнадцать, десять и даже пять лет назад. Сейчас оно работает гораздо быстрее и многограннее, обрабатывая с каждым днем все большие, уже гигантские объемы информации, так как реальность во многом виртуализируется. Меняются подходы, и на первый план выходят методы краткосрочной терапии. Ведь можно годами ходить на сеансы психоанализа, но так и не добраться до сути проблемы. Это очень долго и часто неоправданно. Я никого не хочу сейчас обидеть из коллег психологов, но реально запрос (проблему) клиента можно решить всего за одну-две сессии! Саморегуляция, гипноз, телесно-ориентированная терапия, интегральные расстановки – все это работает быстро и эффективно. В умелых руках грамотного специалиста эти методики дают действительно превосходные результаты и, что немаловажно, являются экологичными как для клиента, так и для мастера.

## ХОЛИСТИЧЕСКИЙ ПОДХОД

Это, безусловно, целостный и многовекторный подход.

Мы будем рассматривать каждый аспект не только как отдельное явление, но и как совокупность факторов, на него влияющих, впоследствии выходя на первопричину. Будьте готовы к тому, что после прочтения данной книги ваше мышление кардинально изменится, ведь одно только осознание процессов, протекающих внутри вас и влияющих на вашу жизнь, уже по сути является ключом для решения многих проблем.

## УНИВЕРСАЛЬНЫЙ ПОДХОД

Мы все с вами очень разные, но изначально одинаково устроены и функционируем по единым алгоритмам. Поэтому все технологии, представленные здесь, адаптированы для читателей с разным уровнем подготовки. И конечно (и это самое важное), поняв суть и применив на практике данные методы, вы в дальнейшем сможете синтезировать их под себя, создавать свои универсальные модели.

Также стоит отметить, что значительная часть информации из этой книги имеет пролонгированный эффект и по истечении еще долгого времени будет распаковываться у вас, как архив. Поверьте, материала здесь предостаточно для того, чтобы пользоваться полученными знаниями на протяжении всей жизни. Работать все технологии у вас начнут сразу, но сознание будет еще некоторое время «догонять» произошедшие изменения и причинно-следственные связи, вызвавшие эти изменения. Может пройти месяц, полгода, год –

у каждого по-разному! Некоторые мои клиенты нередко повторно принимают участие в одноименном тренинге «Суперсознание», отмечая, что каждый последующий раз становился для них более глубоким и осмысленным.

Читать книгу лучше «пустым», поэтому перед началом прочтения основной части я рекомендую вам освободить голову от ненужных мыслей и переживаний. Сделать это очень просто. Постарайтесь в течение как можно большего времени смотреть на изображение черного квадрата, расположенного ниже, без каких-либо мыслей.



Если поначалу через 10—15 секунд созерцания вы за-

метите, что мысли в голове вновь появляются, начните это упражнение заново, и так несколько раз, пока не сможете достаточно долго просто смотреть в черный квадрат и ни о чем не думать. Чем дольше вы в него смотрите, тем более светлой и ясной становится ваш разум, все мысли растворяются и исчезают...

Получилось? Прекрасно! Теперь вы готовы, и мы можем начинать.

# ГЛАВА 1. АЛЬФА И ОМЕГА

*Биологическая машина «человек» вписана в гигантскую машину планеты Земля, и далее – в великую машину «Вселенная».*

## ЧТО ТАКОЕ СУПЕРСОЗНАНИЕ

Мы метафизические существа. Не стоит рассматривать себя только как биомашину, обладающую интеллектом. Есть нечто намного больше и выше нас. Во многих религиях и учениях Его называют Богом, Творцом, Создателем, в научной же сфере часто используют термины Космос и Вселенная. Это прекрасные слова, которыми мы в дальнейшем будем оперировать и, безусловно, придем к единому консенсусу и пониманию того, каким все-таки образом обстоят дела.

Итак, вот человек приходит в эту жизнь, в этот мир. До момента рождения, а если быть более точным, до момента зачатия, его здесь попросту не было. То есть, говоря на языке физической реальности, за девять месяцев до рождения у вас попросту не было материальной оболочки. И где же тогда были вы? В пространстве вечной жизни или, как говорят регрессологи, – в пространстве послесмертия. И кем тогда были вы? Душой, частицей Бога, каплей Единого

океана жизни? Затем с вашего согласия душа получает материализацию в физическом мире через определенные алгоритмы и протоколы, которые были разработаны не иначе как великими инженерами.

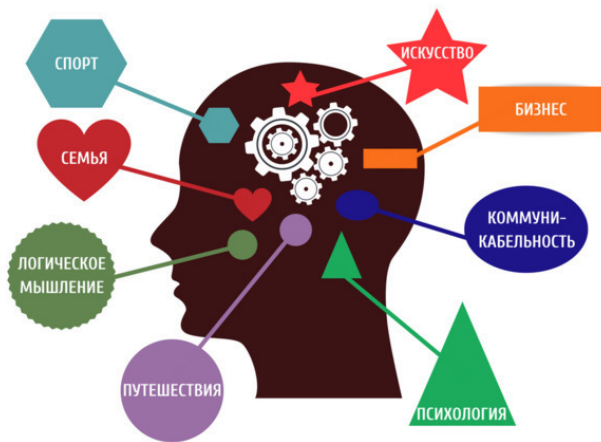
Перед тем как появиться на свет все предыдущие воспоминания о пережитом опыте мы добровольно архивируем (не забываем, а именно архивируем). Далее в процессе перинатального периода происходит синтез души и тела. В первое время после рождения ребенок еще не разделяет себя и мир: он ощущает, видит, слышит, воспринимает все, что его окружает, как единое продолжение себя. Изначально все процессы отслеживаются и классифицируются именно на подсознательном (иррациональном) уровне. Сознательная же часть, более логическая, начинает формироваться у ребенка примерно после второго года жизни (у каждого по-разному, все индивидуально и зависит от анатомо-физиологических и других особенностей).

Человек изначально пустой. У него от рождения есть определенный набор установленных приложений и энергоресурс для запуска этих приложений. Суперсознание – это жизнеопределение человека. У этого термина также есть множество альтернативных названий: сверхсознание, суперэго, коллективный разум, Хроники Акаши, бесконечное и вневременное пространство вариантов, ноосферный разум, в самом широком понимании, пронизывающий все сущее, который невозможно увидеть или идентифициро-

вать, кроме как посредством трансцендентных ощущений.

Человек – это суперкомпьютер! Из пространства Супер-сознания, где заложена вся его множественность проявлений, а также всего мироздания, через подсознание и далее через сознательную часть он может сотворить в физической реальности все необходимое, и по праву принадлежащее ему. Правда взять оттуда он может не все, а только то, с чем он изначально совпадает; это зависит от того, какие приложения в нем установлены.

Приложения устанавливаются только один раз при рождении, менять или удалять их нельзя. Таковы правила игры. К примеру, какой-то конкретный человек имеет соответствующее приложение, чтобы стать успешным предпринимателем, но приложение, чтобы реализовать себя как великий художник, у него изначально установлено в режиме «хобби». Это одновременно и свобода выбора и ограничения.



Вся проблема в том, что многие люди часто выбирают не свою реальность. У них есть их личные таланты, которые они с легкостью могут реализовать, достичь успеха в жизни и стать счастливыми. Но вместо этого они идут каким-то сложным, чужим, запутанным путем. Я считаю, что для более осознанной и качественной жизни необходимо хорошо знать и изучать себя.

# 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.