

ИВАН ПОЛЯКОВ



КВАНТОВЫЙ
РАЗУМ

Иван Поляков

Квантовый разум

<https://litres.ru/73821557>

SelfPub; 2026

Аннотация

Классические схемы успеха часто буксуют, потому что игнорируют биохимию мозга. «Квантовый разум» — это новая операционная система для жизни на стыке нейробиологии и управления вниманием. Вы узнаете, как перепрошить подсознание, отключить режим саботажа и формировать реальность намеренно. От финансовой тревоги к потоку изобилия. От хаотичных действий к устойчивым привычкам. Практический гайд без эзотерики для тех, кто готов к реальным переменам.

Содержание

КВАНТОВЫЙ РАЗУМ	4
ВВЕДЕНИЕ	5
ГЛАВА 1	8
ГЛАВА 2	14
Конец ознакомительного фрагмента.	19

Иван Поляков
Квантовый разум
КВАНТОВЫЙ РАЗУМ

**Как программировать реальность, привлекать
изобилие и жить осознанно**

ВВЕДЕНИЕ

Почему «просто позитивное мышление» больше не работает

Давай начистоту.

Ты, наверное, уже читал книги по саморазвитию. Возможно, даже не одну. Ты пробовал вставать в пять утра, медитировать, визуализировать успех перед сном и повторять перед зеркалом: «Я успешен, я богат, я счастлив».

И что?

В первые три дня чувствуешь прилив. Кажется, что вот оно — изменение. Но к среде привычный мир возвращается. Кредит никуда не делся. Отношения с близкими все еще скрипят. А та самая работа, о которой мечтаешь, кажется такой же далекой, как луна.

Возникает неприятное, липкое чувство: *«Со мной что-то не так. Я что-то делаю неправильно. Может, я просто недостаточно стараюсь?»*

Стоп. Давай остановимся здесь.

Проблема не в тебе. И проблема не в том, что ты ленивый или недостойный. Проблема в том, что старые методы учили тебя «красить стены», не обращая внимания на то, что фундамент дома треснул.

Представь, что ты пытаешься запустить современную, мощную игру на компьютере, который купили в 2005 году.

Ты можешь сколько угодно кликать мышкой, кричать на монитор или верить в то, что игра запустится. Но если «железо» (твоя нервная система и подсознание) не обновлено, система просто зависнет.

Эта книга — не про «успешный успех». Здесь не будет советов вроде «просто поверь в себя и вселенная даст». Вселенная — штука прекрасная, но она работает по законам физики и биологии.

Мы пойдем другим путем. Мы объединим то, что знали древние мистики (сила намерения), с тем, что доказали современные нейробиологи (как работает мозг).

Ты узнаешь:

Почему твой мозг специально скрывает от тебя возможности.

Как деньги становятся «энергией», которую ты либо притягиваешь, либо отталкиваешь своим страхом.

Почему сила воли — это исчерпаемый ресурс, и как действовать без насилия над собой.

Как убрать внутреннего «тормоза», который саботирует тебя в самый ответственный момент.

Мы не будем строить воздушные замки. Мы займемся перепрошивкой твоей внутренней операционной системы. Это потребует честности. Это потребует внимания. Но результат будет не временным всплеском эмоций, а реальным изменением качества твоей жизни.

Ты держишь в руках карту. Но идти по ней придется тебе.

Готов заглянуть под капот?

ГЛАВА 1

Невидимый фильтр: Почему ты видишь мир таким, какой он есть (а не таким, какой он есть на самом деле)

Представь, что ты стоишь посреди огромного, шумного рынка. Тысячи людей, горы товаров, запахи, звуки. Но ты ищешь только одно: красные кроссовки определенной марки.

Что происходит? Твой взгляд автоматически выхватывает из толпы только тех, у кого красные кроссовки на ногах. Ты замечаешь витрины с обувью. Ты слышишь, как кто-то обсуждает размеры. Остальной мир — продавцы фруктов, люди в синих куртках, звуки музыки — для тебя превращается в размытый фон.

Это не магия. Это биология.

В твоем мозге есть специальный отдел, который называется **Ретикулярная Активирующая Система (РАС)**. Давай назовем его проще — **«Твой Личный Радар»**.

Его задача — экономить твою энергию. Мозг каждую секунду получает миллионы битов информации. Если бы ты осознавал всё — от температуры воздуха до движения пылинки в луче света — ты бы сошел с ума за пять минут. Поэтому РАС работает как жесткий фильтр-охранник. Он про-

пускает в сознание только то, что ты пометил как «Важное».

И вот здесь кроется главный секрет, который меняет всё.

Ловушка «Старого Кода»

Большинство людей ходят по жизни с настроенным на «поиск проблем» радаром.

Вспомни, как часто ты говоришь (или думаешь):

«Сейчас такое время, денег нет».

«Все нормальные места уже заняты».

«Мне не везет в отношениях».

«Начальник — козел, клиенты — идиоты».

Когда ты повторяешь это достаточно часто, твой мозг помечает эти фразы как **Инструкцию к Действию**. Он думает: *«Ага, хозяин ищет подтверждение тому, что денег нет и кругом враги. Принято!»*.

И что делает твой Радар? На следующее утро ты просыпаться. Ты идешь на работу. Ты открываешь новости. — О, смотри, статья о кризисе! (Радар: *«Видал? Я же говорил!»*) — О, клиент отказался покупать! (Радар: *«Подтверждение! Денег нет!»*) — О, коллега посмотрел косо! (Радар: *«Враги повсюду!»*)

Ты живешь в реальности, где всё подтверждает твою правоту. Ты чувствуешь себя несчастным и правым одновременно. Это замкнутый круг. Ты не видишь возможностей не потому, что их нет, а потому, что твой фильтр их отбраковывает как «мусор».

Квантовый сдвиг: Ты — Наблюдатель

В квантовой физике есть понятие «эффект наблюдателя». Простыми словами: реальность ведет себя по-разному в зависимости от того, как мы на нее смотрим.

В жизни это работает так: **Ты не видишь мир таким, какой он есть. Ты видишь мир таким, какой ты есть.**

Если ты меняешь настройку Радара, меняется и реальность вокруг тебя. Это не значит, что ты начинаешь галлюцинировать. Это значит, что ты начинаешь замечать ресурсы, которые всегда были рядом, но были скрыты твоим старым фильтром.

История из жизни: Два месяца назад ко мне обратился Андрей (назовем его так). Он владелец небольшой кофейни. Жалобы были стандартные: «Аренда выросла, люди стали меньше покупать кофе, конкуренты демпингуют. Всё плохо». Он ходил с лицом человека, которому должно быть должны.

Я дал ему простое задание. Не менять бизнес-план, не увольнять бариста. Просто изменить вопрос, который он задает себе каждое утро. Вместо: *«Где опять проблема?»* Он должен был спрашивать: *«Что хорошего я могу сделать для клиентов сегодня, чтобы они улыбнулись?»*

Первые три дня ему было тошно. Мозг сопротивлялся. Но на четвертый день произошло чудо. Он заметил, что у него есть свободный уголок в зале, который простаивает. Он вспомнил, что у него есть знакомый кондитер, который делает потрясающие круассаны. Он решил поставить малень-

кую стойку с выпечкой «на пробу».

Через неделю выручка от выпечки перекрыла рост аренды. Думаете, уголок и кондитер появились из ниоткуда? Нет. Они были всегда. Просто раньше Радар Андрея был настроен на «Кризис», и он просто не замечал свободное место и возможность. Когда настройка сменилась на «Поиск решений», мозг выдал нужную информацию.

Как перенастроить свой Радар (Практика)

Ты не можешь просто сказать себе «думай позитивно». Это не сработает. Мозг нужно обмануть через действие. Вот простое упражнение на неделю.

Упражнение: «Охота за возможностями»

Выбери цель. Не глобальную («хочу миллион»), а конкретную на ближайший месяц. Например: «Найти способ увеличить доход на 10%» или «Наладить отношения с партнером».

Сформулируй запрос. Запиши его на листке. *«Мозг, ищи варианты, как мне заработать дополнительно 50 тысяч рублей в этом месяце».*

Правило 3-х сигналов. Каждый вечер, перед сном, ты должен записать три вещи, которые ты заметил за день и которые могут помочь в этом вопросе.

Это может быть разговор в транспорте.

Идея, которая мелькнула в душе.

Статья, на которую ты случайно наткнулся.

Человек, который может быть полезен.

Важный нюанс: В первые дни тебе будет казаться, что ничего нет. Мозг будет лениться. Это нормально. Он пере-страивает нейронные связи. Твоя задача — просто заставить его искать. Даже если идея кажется глупой — запиши.

Через 7 дней ты удивишься. Ты начнешь видеть «знаки» и возможности там, где раньше видел только пустоту. Ты поймешь, что мир полон дверей. Просто раньше у тебя не было ключа-внимания, чтобы их заметить.

Резюме главы

Твой мозг — это суперкомпьютер с фильтром (РАС).

Если ты фокусируешься на проблемах, мозг показывает тебе только проблемы.

Если ты фокусируешься на решениях и возможностях, мозг начинает выхватывать их из потока информации.

Реальность пластична. Меняя фокус внимания, ты меняешь свою жизнь.

Ты уже сделал первый шаг — осознал, что фильтр существует. Но есть одна проблема. Откуда берутся эти настройки фильтра? Почему один человек по умолчанию ищет возможности, а другой — подвох?

Ответ кроется глубже, в темных уголках подсознания, где хранятся твои старые программы. О них мы поговорим в следующей главе.

Переходим ко второй части... (Глава 2: Ледник под водой)

ГЛАВА 2

Ледник под водой: Кто на самом деле управляет твоей жизнью?

Давай проведем маленький эксперимент.

Попробуй прямо сейчас, не отрываясь от чтения, поднять свою левую руку вверх. Получилось? Конечно. Ты просто захотел — и сделал.

А теперь попробуй заставить свое сердце биться быстрее по команде. Или скажи своему желудку переварить обед прямо сейчас, а не через два часа. Или прикажи себе не думать о белой обезьяне. (Спорим, ты уже представил её?)

Почему с рукой всё получилось легко, а с сердцем и мыслями — нет?

Потому что в тебе живут **два пилота**.

Первый — **Сознание**. Это ты, который читает этот текст. Ты логичен, ты принимаешь решения, ты говоришь: «Я хочу похудеть», «Я хочу заработать миллион», «Я хочу быть спокойным». Но у Сознания есть один огромный минус: оно очень ленивое и быстро устает. Оно занимает всего 5% твоей психической активности.

Второй пилот — **Подсознание**. Это огромный, мощный механизм, который работает 24/7. Он дышит за тебя, поддерживает температуру тела, управляет интуицией и... при-

нимает 95% твоих решений.

Представь айсберг. Маленькая верхушка, торчащая над водой — это твое Сознание. Огромная, невидимая глыба под водой — это Подсознание.

И вот тут кроется главная ловушка, в которую попадают 99% людей, читающих книги по саморазвитию.

Почему «Сила воли» проигрывает «Привычке»

Ты (Сознание) говоришь: «С завтрашнего дня я начинаю новую жизнь! Я буду бегать по утрам и откладывать 20% дохода!». Ты полон энтузиазма. Ты ставишь будильник на 6:00.

Но когда звонит будильник, вступает в игру Подсознание. А в его базе данных записана другая программа: «Лежать в тепле — безопасно. Встать в холод — стресс. Деньги нужно тратить сразу, а то исчезнут».

Подсознание в 20 раз мощнее Сознания. Это как если бы маленький мальчик (Сознание) пытался перетянуть канат со слонем (Подсознанием). Кто победит?

Именно поэтому к среде ты бросаешь бегать. Именно поэтому ты снова тратишь деньги на ерунду. Не потому, что ты слабовольный. А потому, что твой «Слон» просто не получил новую команду. Он работает на автопилоте, который был настроен годы назад.

Откуда берутся «вирусы» в голове?

Подсознание не рождается со знаниями о том, что «деньги — это зло» или «я недостаточно хорош». Оно учится.

Вспомни себя в возрасте от 0 до 7 лет. Ты был как чи-

стый лист или, точнее, как губка. Ты впитывал всё, что видели глаза и слышали уши. Но у тебя не было критического мышления. Ты верил родителям, учителям, телевизору безоговорочно.

Если папа, возвращаясь с работы, хмурился и говорил: «Опять эта работа, денег вечно не хватает», — твое детское подсознание записало это как **ИСТИНУ**: «Работа = страдание. Денег мало».

Если мама говорила: «Не высовывайся, а то будет хуже», — ты записал: «Быть заметным = опасно».

Ты вырос. Ты стал взрослым, умным человеком. Но эти старые записи никуда не делись. Они просто ушли в глубину, в «подводную часть айсберга». И теперь, когда ты пытаешься заработать больше или проявить инициативу, включается старая программа: «Опасно! Не высовывайся!».

Ты чувствуешь необъяснимый страх, лень или тревогу. Ты думаешь, что это «судьба» или «характер». А на самом деле это просто старая пластинка, которая заела.

История про Елену и «потолок»

Елена (ей 32 года, маркетолог) пришла ко мне с запросом: «Я хочу повышения, но каждый раз, когда подходит момент разговора с шефом, у меня начинает трястись голос, и я прошу вместо повышения просто оставить всё как есть».

Мы начали копать. Логика Елены кричала: «Я заслуживаю больше! Я крутой специалист!». Но Подсознание шептало другое.

Мы нашли корень. В детстве, когда Елена приносила пятерки и хвасталась, отец (который сам не реализовался в карьере) говорил: «Да ладно, не зазнавайся. Честным трудом много не заработаешь, смирись».

Для ребенка это звучало как закон физики. И вот, во взрослом возрасте, каждый раз, когда Елена приближалась к успеху (к «деньгам» и «звездности»), включалась защита. Подсознание думало: «Стоп! Если ты станешь богатой и заметной, ты предашь папу. Ты станешь "заснайкой". Это опасно для любви».

Елена саботировала себя не потому, что боялась денег. Она боялась потерять связь с семьей (на уровне подсознания).

Как только она это осознала, как только сказала себе: «Папа любил меня не за зарплату. Я имею право быть успешной и любимой одновременно», — лед растаял. Через месяц она получила повышение.

Как понять, какая программа управляет тобой?

Подсознание не разговаривает словами. Оно разговаривает **языком результатов**.

Хочешь узнать, во что ты на самом деле веришь? Посмотри на свою жизнь.

Если в твоём кошельке всегда пусто до зарплаты — значит, у тебя есть убеждение «Деньги утекают» или «Мне трудно их удерживать».

Если отношения заканчиваются одинаковым сценарием

— значит, у тебя есть сценарий «Меня всегда бросают» или «Я недостоин любви».

Если ты вечно устаешь — значит, есть установка «Отдых — это лень» или «Чтобы получить результат, нужно страдать».

Твои результаты — это распечатка твоего кода. Не нравится результат? Меняй код.

Упражнение: «Детектив лжи»

Давай попробуем вытащить одну такую программу на свет. Тебе понадобятся ручка и листок (это важно, мысли в голове путаются, на бумаге — нет).

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.