

**ВЕДУЩИЕ ЭКСПЕРТЫ  
И ОБЩЕСТВЕННЫЕ ДЕЯТЕЛИ О КНИГЕ  
«ЭКСПЕРИМЕНТ ПО НАМЕРЕНИЮ»**

*«Наши мысли и намерения помогают формировать мир, окружающий нас... «Эксперимент по намерению» показывает, почему это так».*

— **Ларри Досси**, врач,  
автор книги «Исцеляющие слова»

*«Линн Мак-Таггарт обращает наше внимание на чудесное собрание экспериментов и событий, которые потрясают наши обычные материалистические взгляды на время, пространство и все, что есть между ними (если есть это самое между). Это настолько сногшибательно, насколько и должно быть».*

— **Уильям Арнтц**, продюсер, сценарист,  
режиссер DVD фильма «Покрытое тайной»  
и автор книги «Кроличья Нора,  
или Что мы знаем о себе и Вселенной»

*«Очень немногие книги способны преобразать информацию во вдохновение – понятия в действия – слово в дело. И это именно то, что делает «Эксперимент по намерению». В очень увлекательной и доступной форме Мак-Таггарт напоминает нам о вечной истине, которую так часто забывают: Каждый из нас несет в себе силу вселенной. Вот что такое преобразующее чтение!»*

— **Уорд М. Пауэрс**, продюсер  
и режиссер фильма «ОДНО: Кино»

*«В «Эксперименте по намерению» Мак-Таггарт выполнила замечательную задачу по объяснению науки намерения – с ясностью и точностью. Эту книгу обязательно должен прочитать каждый, интересующийся развитием творческих способностей своего сознания».*

— **Кэролайн Мисс**,  
автор книги «Анатомия духа»

*«Эксперимент по намерению» содержит основные свидетельства подлинного понимания истинного потенциала, которым наделен каждый из нас. Если вы истинно заинтересованы в достижении изобилия и изучении подлинной силы, которой обладаете, читайте ее сейчас же».*

— **Джон Ассараф**, предприниматель  
и автор книги «Руководство для ребят  
с улицы: как получить все»

*«Замечательный синтез науки и духовности, сплавленный в мощный новый взгляд на вселенную! Благодаря своим безупречным навыкам журналиста, движимая неустанным поиском истины, Линн Мак-Таггарт пролила новый свет на истинное значение всеобщей взаимосвязанности в нашей жизни. Ее работа оказала беспрецедентное влияние на общество, изменив взгляд обычных людей на собственное место в мире. Тем самым она открыла путь мощной новой мудрости, стирающей границу между нашими вневременными духовными традициями и передовой наукой».*

— **Грег Брэйден**,  
автор книги «Божественная матрица»

*«Линн – моя родственная душа... Мы с ней крепко связаны в каком-то резонансном поле».*

— **Масару Эмото**, автор книги  
«Великая тайна Вселенной. Вода»

*«Цивилизация находится на пороге глубокого преобразования сознания, такого существенного, что оно изменит жизнь на этой планете. И хотя мы сейчас привязаны привычками к традиционному и устаревшему взгляду на вселенную и жизнь, Линн Мак-Таггарт предлагает необычайно читабельный синтез, порождающий новые, волнующие и полные оптимизма прозрения, которые могут помочь нам осуществить наше перерождение».*

— **Брюс Х. Липтон**, доктор философии,  
клеточный биолог и автор книги «Биология веры.  
Как сила убеждения может изменить ваше тело и разум»

*«Я абсолютно согласен с Линн Мак-Таггарт в том, что наши мысли излучаются, как сияние звезды, влияя на всех на нашем пути. Станьте позитивным, прекрасным, мерцающим, блаженным созданием света. Прочитайте эту книгу. Вы будете щедро одарены счастьем».*

— **Дхарма Сингх Хальса**, врач, ассоциированный исследователь Центра духовности и разума при школе медицины Пенсильванского университета

*«Квантовые физики, включая и меня, предсказывали уже некоторое время назад, что наши намерения обладают силой, когда выражаются в контексте нелокального сознания. В своей книге Линн Мак-Таггарт демонстрирует это с помощью эмпирических данных. Она убедит вас в силе намерения и нелокального сознания. Очень важная книга для зарождающейся науки сознания».*

— **Амит Госвами**, заслуженный профессор физики Орегонского университета и автор книг «Самосознающая вселенная» и «Квантовый доктор»

*«Эксперимент по намерению» должны прочитать все, чтобы открыть свой ум подлинной природе жизни. Исходя из личного переживания прошлой жизни и околосмертного опыта, включающего общение с умершими родственниками, пациентами и животными, и из практики, связанной со снами и рисунками моих пациентов, раскрывающих прошлое, настоящее и будущее, я знаю, что сознание нелокально. Обращаясь к сознанию и бессознательному, как это раскрывает работа Линн Мак-Таггарт, мы подлинно исследуем внутренний космос, где существуют более волнующие открытия будущего, чем во внешнем космосе».*

— **Берни Сигел**, врач, автор книг «Любовь, медицина и чудеса» и «Помоги мне исцелиться»

*«Мак-Таггарт наделена ослепительной, гениальной способностью составлять передовые научные исследования в области квантовой физики в потрясающе ясную, доступную картину. Она вдохновляет нас глубоко всмотреться в тайну жизни, чтобы понять саму природу сознания и мощный эффект, который намерение оказывает на*

*материю, материализацию и само существование. «Эксперимент по намерению» – это не просто завораживающее чтение; это волнующее приглашение к началу собственного эксперимента, который сможет дать непосредственный опыт мощного влияния намерения на вашу жизнь. С нетерпением жду результатов».*

– **Брэндон Бэйс**, автор книг «Путешествие»  
и «Как стать свободным»

*«Пока дарвинисты пляшут вокруг хаотичности, своего «золотого тельца», Мак-Таггарт открывает дверь тем, кто «верит в невероятное». Ее вдохновляющие эксперименты и смелые идеи дают надежду на новую эволюцию человечества».*

– **Фритц-Альберт Попп**

*«Эта ценная книга с далеко идущими планами сводит воедино огромный объем исследований и формулирует оригинальный способ продвижения идей «Поля» с помощью крупномасштабных экспериментов. Она показывает, что сила направленной мысли жизненно важна для нашего коллективного будущего».*

– **Дэвид Лоример**, издатель книг «Мышление за пределами мозга» и «Наука, сознание и высшая реальность»

*«Потрясающе конкретный, восхитительно подробный экскурс в неуловимую, большую область взаимосвязанного сознания, человека и много. Восторженное восклицание «Вау!» здесь совершенно уместно».*

– **Инго Сван**, исследователь сознания  
и автор книги «Естественная экстрасенсорика»

*«Эксперимент по намерению» – это смелое, умное расследование научных ересей и повествование о визионерах, раскрывших их. Революционные идеи, как те, что содержатся в этой книге, не только дают новое определение нашему пониманию реальности, но также помогают человеческим существам создавать новую – и лучшую – реальность».*

– **Тимоти Фрек**, соавтор книги  
«Мистерия Иисуса» и стенд-ап философ

*«У Линн Мак-Таггарт получилось одновременно синтезировать свидетельства работы сознания в новую науку и дать читателям средства раздвинуть границы науки еще дальше. Это классический пример обещания изменить мир навсегда».*

– Ури Геллер

*«Линн снова сделала это – легко читаемый, всеобъемлющий обзор лучших исследований того, как наше намерение может влиять на жизнь и мир вокруг нас. Спасибо тебе, Линн».*

– **Барбара Бреннан**,  
автор книги «Руки света»

*«Экстраординарная и смелая работа, «Эксперимент по намерению» сотрясает угнетающую иллюзию того, что мы ничего не контролируем. Эта книга наделяет нас силой, индивидуальной и коллективной, снова взять под контроль свою жизнь и наш мир. Она извлекает нас из мира «я не могу» и «я не должен» и бросает стремглав в новый язык возможностей; она дает нам новый взгляд и парадигму «я могу» и «я буду». Это обязательное чтение для всех, кто принимает идею того, что в нашей жизни возможно нечто экстраординарное».*

– **Дэвид Морхауз**, автор книги  
«Экстрасенсорный воин»

*«Линн Мак-Таггарт дает очень ясно понять одну вещь: наш разум обладает силой, и нам не следует пребывать в наивности относительно ее применения. Она также показывает, что мы все время влияем на мир; это еще одна причина, чтобы пробудиться и сознательно построить мир, в котором мы хотим жить».*

– **Ричард Мосс**, врач,  
автор книги «Мандала бытия»

*«Наилучший синтез и обзор науки, показывающий, что мы взаимосвязаны между собой, с нашей планетой и самой вселенной на глубоком и фундаментальном уровне. Мак-Таггарт ясно дает понять, что наши убеждения, эмоции и действия все время влияют на наш мир, и призы-*

*вает к новому сознательному намерению, способствуя трансформации сознания, которую переживает в настоящее время планета».*

— **Роллин МакКрэти**, доктор философии, исполнительный вице-президент и руководитель научно-исследовательских работ Института математики сердца

*«Я настоятельно рекомендую «Эксперимент по намерению». На страницах этой книги имеются свидетельства того, что уже давно подозревали последователи сознательного движения: что существует взаимосвязь всех объектов Творения; что наши мысли и намерения формируют мир, который мы воспринимаем коллективно; что мы волей-неволей воздействуем на людей и события в нашей жизни; и – вероятно, самая ошеломляющая мысль – что мы наделены создательным потенциалом, дарованным нам по праву первородства самим Создателем всего сущего».*

— **Кевин Дж. Тодеси**, исполнительный директор и президент «Ассоциации научных исследований и просвещения Эдгара Кейси» / Атлантического университета

*«Время от времени некая личность захватывает zeitgeist своего века, оказываясь на пороге эволюции человеческого сознания и понимания. «Эксперимент по намерению» не только объясняет научную основу наших духовных прозрений, но побуждает взять на себя ответственность за наши мысли, за само наше сознание, зная, что мы являемся подлинными творцами нашей реальности наравне с самим квантовым полем. Весьма рекомендую!»*

— **Барбара Маркс Хаббард**, президент Фонда эволюции сознания

*«Эксперимент по намерению» – это волнующий панорамный компендиум наиболее выдающихся исследований последних десятилетий, проводимых передовыми учеными, который обосновывает и предлагает персональные упражнения для демонстрации того, как наши мысли могут влиять на реальность».*

— **Эдгар Митчелл**, доктор наук, основатель Института нозетических наук; астронавт «Аполлона-14»

ЛИНН  
МАК-ТАГГАРТ

# ЭКСПЕРИМЕНТ ПО НАМЕРЕНИЮ

ЗАПУСТИТЕ  
СЦЕНАРИЙ  
СЧАСТЛИВОЙ  
ЖИЗНИ



Москва  
2019

УДК 159.9  
ББК 88.52  
М15

Lynne McTaggart  
THE INTENTION EXPERIMENT

© 2007 by Lynne McTaggart

**Мак-Таггарт, Линн.**  
М15 Эксперимент по намерению. Запустите сценарий счастливой жизни / Линн Мак-Таггарт ; [пер. с англ. Д. Шепелева]. — Москва : Эксмо, 2019. — 448 с. — (Джо Диспенза. Сила подсознания).

ISBN 978-5-04-101709-5

Может ли одно ваше намерение изменить будущее? Линн Мак-Таггарт приводит научные доказательства, что это возможно, и предлагает принять участие в уникальном эксперименте по исследованию человеческого сознания.

Современные исследования доказывают: для мозга нет разницы, происходит ли событие в ваших мыслях или в действительности. Чем точнее будет сформулирована мысль и чем чаще она будет звучать в вашей голове, тем крепче будут новые нейронные связи и тем скорее желание воплотится в жизнь.

Таким образом у вас в руках оказывается действенный инструмент для формирования счастливой реальности вокруг вас.

УДК 159.9  
ББК 88.52

ISBN 978-5-04-101709-5

© Шепелев Д., перевод на русский язык, 2019  
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2019

*Посвящается Ане,  
мастеру формулировать намерения*



---

## О Г Л А В Л Е Н И Е

---

Предисловие .....	13
Введение .....	21

### **ЧАСТЬ I. Наука намерения**

<b>Глава 1.</b> Непостоянная материя .....	41
<b>Глава 2.</b> Человеческая антенна .....	64
<b>Глава 3.</b> Улица с двусторонним движением .....	88
<b>Глава 4.</b> Когда сердца бьются в такт.....	107

### **ЧАСТЬ II. Разогрев**

<b>Глава 5.</b> Вход в гиперпространство .....	133
<b>Глава 6.</b> Правильный настрой .....	160
<b>Глава 7.</b> Правильное время .....	187
<b>Глава 8.</b> Правильное место .....	208

### ЧАСТЬ III. Сила ваших мыслей

<b>Глава 9.</b>	Ментальные сценарии .....	227
<b>Глава 10.</b>	Эффект вуду .....	255
<b>Глава 11.</b>	Молясь за вчерашний день .....	279
<b>Глава 12.</b>	Эксперимент по намерению .....	303

### ЧАСТЬ IV. Эксперименты

<b>Глава 13.</b>	Упражнения для развития намерения .....	337
<b>Глава 14.</b>	Ваши личные эксперименты по намерению ...	358
<b>Глава 15.</b>	Групповые эксперименты по намерению .....	363
Послесловие. Мысль идет по миру: Первые эксперименты по намерению .....		367
Благодарности .....		388
Примечания .....		391
Алфавитный указатель .....		436

---

## ПРЕДИСЛОВИЕ

---

Бог в движении, магия жива  
...магия никогда не умирала.

*Леонард Коэн,  
«Бог жив, магия в действии»*

**Э**та книга представляет собой дальнейшее развитие проекта, начатого мной в 2001 году, когда я опубликовала книгу «Поле». В поисках научных объяснений гомеопатии и духовного целительства я невзначай открыла для себя то, что легло в основу новой науки.

В ходе своих исследований я встречалась с группой ведущих ученых, которые в течение долгих лет занимались пересмотром положений квантовой физики и ее экстраординарных выводов. Некоторые из них возвращались к уравнениям, которые традиционная квантовая физика считает избыточными. Эти уравнения, выражающие поле нулевой точки, описывают квантовое поле, порождаемое бесконечным перемещением энергии между субатомными частицами. Существование такого поля предполагает, что вся материя во вселенной взаимосвязана на субатомном уровне благодаря непрерывному танцу взаимообмена квантовой энергии.

---

Имелись также свидетельства, подтверждавшие, что на самом базовом уровне каждый из нас является сгустком пульсирующей энергии, находящимся в постоянном взаимодействии с этим бескрайним энергетическим морем.

---

Но наиболее еретические предположения касались роли сознания. Результаты тщательно подготовленных экспериментов, проводимых этими учеными, говорят о том, что сознание представляет собой субстанцию, пребывающую вне пределов нашего тела, — энергию высокого порядка, обладающую способностью изменять физическую материю. Целенаправленная мысль, похоже, способна воздействовать на технику, живые клетки и даже на целые многоклеточные организмы, такие, как человеческое тело. И эта сила сознания, преобразующая материю, похоже, способна преодолевать время и пространство.

В книге «Поле» я попыталась собрать все идеи, следующие из этих разрозненных экспериментов, и объединить их в единую теорию. «Поле» показывает картину взаимосвязанной вселенной и предлагает научное объяснение многим загадкам, на которые человечество так долго не могло найти ответа, начиная от альтернативной медицины и духовного целительства и заканчивая экстрасенсорным восприятием и коллективным бессознательным.

«Поле» вызвало активный резонанс среди общественности. Я получила сотни писем от читателей, сообщавших, что данная книга изменила их жизнь. Одна писательница даже хотела сделать меня героиней своего романа. Кроме того, два композитора написали музыку, черпая вдохновение в моей работе, — один из них выступал на международном фестивале. По мотивам этой книги был снят фильм «Вниз по кроличьей

норе». Создатели фильма впоследствии выпустили календарь с подзаголовком «Так что же мы знаем?!». А цитаты из «Поля» были напечатаны на рождественских открытках.

Испытывая благодарность за такую теплую реакцию, я чувствовала, что мое собственное путешествие к открытиям только началось. Научные свидетельства, собранные мной для «Поля», подводили к удивительному и даже пугающему выводу: направленная мысль играет ключевую роль в создании реальности.

Направленные мысли, или то, что ученые обозначают как «преднамеренность» и «интенциональность», могут изменять физическую реальность. *Простая мысль, похоже, обладает силой изменять мир.*

После написания «Поля» я ломала голову над границами этой силы и над бесчисленными связанными с этими вопросами. К примеру, как я могла применить то, что подтверждалось лабораторными исследованиями, в обычных обстоятельствах? Могла бы я, стоя на рельсах метро, словно Супермен, остановить поезд силой мысли? Могла бы я, задействовав направленную мысль, подняться в воздух и починить крышу дома? Могла бы я вычеркнуть из своей записной книжки номера врачей и целителей, так как теперь на страже моего здоровья стояли мои мысли? Могла бы я помочь своим детям написать контрольную по математике, просто подумав об этом? Если линейное время и трехмерное пространство не существуют, могла бы я вернуться назад и переиграть жизненные ситуации, о которых до сих пор сожалею? И может ли мой скромный мысленный вклад сделать что-то с бессчетным множеством страданий на этой планете?

Применение этих сведений на практике казалось довольно туманным. Должны ли мы постоянно отслеживать каждую мысль? Может ли пессимистичный взгляд на жизнь сделаться