

Часть 2, (10 сеансов)

И здесь хочу привести свое первое обращение к людям, переживающим другой опыт в «новых очках»

Привет всем тем, с кем случается.. ☺

Художественно-развлекательный рассказ, или Пособие по просмотру кинофильма «Моя Жизнь» без попкорна

Уважаемые Пьер, Анда, Алла, Люба, Хариет и даже ты, Степан, так забавно перепрыгивающий наш коврик у двери (видимо, чтобы не спугнуть настройки Вселенной или просто не запачкать лапы)!

Я пишу это вам, но давайте будем честны: эти строки сейчас читает кто-то другой. И этот «кто-то» — вы, дорогой Читатель. С этой секунды позвольте себе попробовать пребывать в другом состоянии. И если у вас получится не прерывать ваше внимание на внешние раздражители длительное время – синхронизируются все 13 чувств и вы ощутите, что чувствуете себя иначе.

Хочу поделиться своим видением того, почему вы, возможно, ощущаете сейчас нечто странное, пугающее или подозрительно напоминающее «сбой в матрице». Пожалуйста, не спешите звонить в техподдержку реальности, просто послушайте.

Я вижу нашу жизнь не как список дел в смартфоне, а как живую ткань из света и вибраций. Мы все — **Души-Волны**, купившие билет на этот «Поезд Линейного Времени», чтобы получить свой уникальный опыт. Каждый из нас — искра Единого Сознания, исполняющая свой фрагмент великого танца (даже если ваш танец пока больше похож на попытку удержать равновесие в переполненном автобусе).

Я тоже прохожу свой путь. Но в какой-то момент я начал вспоминать свою истинную природу. И этот внутренний Свет сработал как магнит. Я не собираюсь никого «будить» будильником — я верю, что наши встречи были созданы нами «душами-волнами». Моя энергия просто создает поле для тех, кто готов к следующему шагу.

Вы сами регулируете «громкость» этой вибрации. Помните, как я выпалил: «О! Посылка для Анды прибыла!»? Это не было ошибкой курьера. Это был финал долгой сонастройки наших энергий.

Если вы чувствуете прилив сил или, наоборот, странный дискомфорт — поздравляю, ваш «код активации» начал подсвечиваться. Я здесь лишь автоматический свидетель. Мы долго готовили этот энергетический коктейль, я хлебнул его первым, и меня так взбудоражило, что начало расплескиваться на всех вокруг. Хариет зацепило рикошетом, а Степан вообще за пару дней сдвинулся в такие изменения, что я едва успеваю фиксировать.

Что дальше? Понятия не имею! И это — самое крутое правило игры. Если бы мы знали сценарий, было бы скучно, как на десятом повторе старой комедии. Мы здесь ради контрастов.

Высокие частоты — это как очень питательная пища. Нельзя проглотить всё сразу, нужно время на переваривание, иначе «энергетическая изжога» неизбежна. Будьте к себе бережны, дайте системе адаптироваться. Я и сам постоянно интегрирую эти новые частоты, помогая вам вспомнить себя.

Попробуем сыграть

А теперь — правила игры : Попробуйте прямо сейчас перестать бежать за уходящим днем. Направьте всё своё внимание на чистое наблюдение. Мир вокруг — это не деструктивный хаос, это просто кино. Вы сидите в зрительном зале своего сознания. Вы можете чувствовать резонанс, выражать отношение, но помните: вы не обязаны прыгать на экран и пытаться перекрасить декорации. Просто смотрите.

Метафора «Автобуса Сознания»

Представьте, что вы едете в полупустом автобусе с огромными чистыми стеклами. Но есть нюанс: вы сидите **спиной по направлению движения**. Вы не видите, что там, за поворотом, и не пытаетесь угадать будущее. Перед вами разворачивается панорама уже случившегося момента.

В этой позиции вы не отвлекаетесь на «дорогу», а сопровождаете своим вниманием медленно уходящие события. В моменте «сейчас» они уплотнились, стали осязаемыми, превратившись в ваш реальный опыт. Вы видите, как они плавно удаляются от вас, постепенно теряя плотность и рассеиваясь обратно в чистую энергию.

В этот миг происходит самое важное: эти события приносят в поле Единого Сознания ваш уникальный пережитый опыт. Они становятся золотыми нитями для великого гобелена дальнейшего познания и творения. Вы не просто смотрите — вы свидетельствуете, как ваша жизнь превращается в вечность.

Почему это кажется дискомфортным? Для большинства людей такая позиция непривычна и даже пугает. Наш мозг эволюционно запрограммирован смотреть только вперед. Ему нужно знать, что там, за горизонтом, чтобы заранее подготовиться к опасности или успеть «занять лучшее место». Так мозг успокаивает себя иллюзией контроля: «Я всё просчитал, я готов к любому сценарию».

Новая реакция: Магия Наблюдения Когда вы осознанно выбираете смотреть «сбоку» или «вслед» уходящему моменту, происходит удивительная реконфигурация:

1. **Смена фокуса:** Вы не видите, как картинка «случается», вы видите, как она «проплывает».
2. **Коктейль безразличия:** Мозг провожает события взглядом, взвешивая и рассуждая, но делает это ровно. Это особое состояние — коктейль из спокойного принятия, куда вы добавляете только те ингредиенты, на которые действительно решили обратить внимание.
3. **Управляемые паттерны:** В этом состоянии вы начинаете замечать, что процесс становится управляемым. Вы больше не жертва обстоятельств, вы — Наблюдатель, который сам выбирает, во что инвестировать свои чувства.

Эта позиция позволит вам реже тянуться к телефону в поисках «новостей» и меньше вовлекаться в шум внешнего мира. Мы лишь показываем вам точку обзора, с которой просмотр фильма под названием «Жизнь» становится по-настоящему захватывающим и глубоким.

P.S. Возможно, завтра я допишу подробности этого полета фантазии. А пока...

Игра начинается. Просто наблюдайте.

Методология «Варм Клуб»: Технология разворота внимания

В основе нашей практики лежит один радикальный жест — **разворот кресла в «Автобусе Сознания»**. Это не метафора для медитации, это инструкция по эксплуатации твоего мозга.

1. Внимание как физический орган

Нужно понять: внимание — это не абстрактная мысль. Это **реальный, сверхчувствительный орган**, такой же осязаемый, как рука, но действующий на уровне клеточного интеллекта.

- **Как это работает:** Внимание — это «линза», которая собирает рассеянную энергию (волну) и фокусирует её в одной точке, заставляя частицы материи «слипаться» в твердую реальность.
- **Связь с телом:** Этот орган напрямую связан с движением твоих глаз. Куда направлен взгляд — туда течет ток энергии. Мозг привык, что взгляд всегда ищет «будущее» (вперед), чтобы успеть среагировать.

2. Ловушка «Взгляда вперед»

Первая программа мозга — **выживание через предсказание**. Когда ты смотришь вперед по ходу движения автобуса, твой мозг находится в постоянном микро-стрессе. Он пытается просчитать опасность до того, как она случится.

- В этом режиме всё твоё внимание (энергия) уходит на обслуживание страхов и ожиданий.
- Ты «уплотняешь» те варианты реальности, которых боишься, просто потому что постоянно их сканируешь.

3. Магия разворота: Спиной к будущему

Когда ты осознанно садишься **спиной по направлению движения**, происходит биологический взлом:

- **Мозг «сдается»:** Поскольку ты не видишь, что впереди, программа «контроля будущего» отключается за бесполезностью. Ты больше не можешь «подготовиться» к повороту.
- **Наблюдение факта:** Ты смотришь на мир, который **уже случился**. Это безопасная зона. Здесь мозг перестает генерировать тревогу и переходит в режим чистого свидетеля.
- **Уплотнение через отношение:** Ты просто провожаешь взглядом уходящие события. Твоё внимание теперь не «строит баррикады», а мягко выбирает, на что откликнуться. Ты выражаешь отношение к уже проявленному факту, и именно это спокойное «нравится / не нравится» задает темп материализации следующего слоя реальности.

4. Эффект «Растянутого времени»

Самое поразительное происходит в нейронных сетях. Когда ты перестаешь бежать взглядом вперед, **время для реакции расширяется**.

- Раньше между событием и твоим страхом не было зазора.
- Теперь, когда ты смотришь «вслед» событию, появляется пауза. Ты замечаешь: «О, это случилось». В этой паузе ты — хозяин. Ты не реагируешь автоматически (бей или беги), ты выбираешь состояние.
- Мозг начинает работать противоположно: вместо импульсивного взрыва он выдает глубокое, осознанное присутствие. Ты не можешь этого не заметить — это ощущается как физический покой в эпицентре шторма.

5. Квантовый гобелен

Как только твоё внимание смещается с борьбы с будущим на созерцание уходящего опыта, ты начинаешь «притягивать» соседние, более гармоничные волны. Ты не строишь реальность молотком, ты **выбираешь её взглядом**, как нити для гобелена.

Это и есть начало пути в «Варм Клуб». Мы не учим менять мир. Мы учим разворачивать кресло. И тогда мир начинает двигаться за тобой.

Продолжение следует...