

Дневник



пробуждение

18+

Vitaly Kozuba

# **Vitaly Kozuba**

## **Дневник Х. Пробуждение**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=39415202](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=39415202)*

*SelfPub; 2018*

### **Аннотация**

Первая книга автора, имеющая настоящую духовную искренность и подлинные мысли. Меняющая восприятие к происходящему вокруг. Преимущества книги:– новая манера письма;– наличие "воды" в тексте сокращено до минимума;– для лучшего восприятия сокращен объем книги;– каждая мысль имеет свою запись, что облегчает чтение;– легкий, разделенный на малые абзацы текст;– оригинальность подачи;– присутствие автора в тексте;– 50 городских записей, которые не оставят никого равнодушным.

# Содержание

|   |    |
|---|----|
| Введение                                    | 4  |
| Что внутри                                  | 6  |
| Чем отличается от других                    | 7  |
| Благодарность                               | 8  |
| Глава 1. Системная воронка или как это было | 9  |
| Глава 2. Почему я действую                  | 13 |
| Глава 3. Дневник Х. Концентрат              | 15 |
| Запись 1. Уровни и их жители                | 15 |
| Вывод                                       | 17 |
| Запись 2. Внимание у руля                   | 18 |
| Вывод                                       | 20 |
| Запись 3. Корректировка цели                | 21 |
| Конец ознакомительного фрагмента.           | 23 |

# Введение

*Книги следует читать так же неторопливо и бережно, как они писались.*

*Генри Дэвид Торо*

– Если на минутку остановиться, то все происходящее и окружающее кажется не реальным. Я словно в очень реалистичной компьютерной игре. Только кто ее создал и зачем?

Именно с такой мыслью я начал работу над первой своей книгой, которую посвящаю духовному развитию.

– это моя первая книга, имеющая настоящую духовную искренность, подлинные мысли и оригинальный стиль письма.

Записи достаточно концентрированы, литературно грубы и не стандартны. Какой может быть стандарт? Когда реальность не стоит на месте. Запущен процесс развития, постоянно происходит корректировка внутри и снаружи. Именно такой способ передачи наблюдений и практики, подойдет для восприятия современного человека. Записи воспроизведены без затяжного сюжета. Это дневник. Дневник наблюдений, с повышенным вниманием, который я скорректировал

в проекцию книги.

# Что внутри

*Некоторые ценят книги по их объему,  
точно написаны они для упражнения рук, а не ума.  
Грасиан-и-Моралес*

Основной элемент управления реальностью, который фигурирует в книге – это внимание и энергия, во всех аспектах. Наблюдения со стороны, в первую очередь за собой. Каждая буква, которую ты видишь, полна осознания и напечатана без ведома системы. Текст своего рода нити, соединяющие меня и тебя. На каждой страницы полное мое присутствие. Я расскажу тебе, что вижу.

# Чем отличается от других

*Книга есть жизнь нашего времени,  
в ней все нуждаются – и старые, и малые*  
*В. Г. Белинский*

- оригинальная манера письма,
- каждая мысль имеет свою запись, что облегчает чтение,
- наличие воды в тексте сокращено до минимума,
- для лучшего восприятия, сокращен объем книги,
- легко читаемый, разделенный на малые абзацы текст,
- полное присутствие автора в тексте,
- 50 полевых записей, которые не оставят тебя равнодушным.

# Благодарность

В первую очередь я бесконечно благодарен своей жене. Настоящее сокровище и подарок небес, без которой я никогда бы не раскрыл свой внутренний мир. Своим родителям – за полученный опыт и жизнь. Брату за дизайн обложки, которую он создавал под покровом ночи. И каждому – кто поддерживал и помогал мне двигаться по выбранному пути и создавать лучшую версию себя.



# **Глава 1. Системная воронка или как это было**

Последнее время, я наблюдаю неизмеримый рост предложений, по продаже информации. Различные тренинги, курсы, марафоны. «Стань лучше», «Успешный бизнес за неделю», «Китайский рынок – стань миллионером», «Доход в 300к за месяц» и многое другое. Социальные сети, лэндинги, трафик, таргетированная реклама, маркетинг и т.д. Куча тренингов по развитию чего угодно. Предложений море, значит есть спрос.

Массы в погоне за прибылью, деньгами, материальными ценностями, духовным развитием и все в таком духе.

Смотришь фотки парня, которому 18 лет, стоит рядом с Феррари на фоне виллы, а тебе 25 «с хвостиком» и ты хату снимаешь подешевле, в магазине привычка продукты покупать, когда скидки и акции. Как в одной шутке из соц. сетей: «Начал копить на машину, не выдержал, сорвался и купил беляш». Не, ну а чего скрывать, социальные слои разные и их много. И поэтому – нужно стать человеком с повышенным «статусом», но только быстро и желательно завтра.

100000 шагов, которые нужно совершить, мы хотим миновать – одним волшебным прыжком. Не работать на дядю, а стать взрослее и самостоятельнее. Не ну а кто не хочет, понятное дело. Ну и в голове образ конечно придуман и поехали на всевозможные тематические тренинги, подписались на паблик про бизнес, саморазвития и т.д. И самое интересное, что на многих тренингах реально информация – огонь, все как надо, рабочие алгоритмы и ты все это понимаешь. Накопился прицеп и маленькая тележка таких знаний, а дальше что делать то с ней, куда катить?

Я, к счастью «осознал», что надо, себя для начала починить.

Навести так сказать порядок в голове, после жадного поглощения бизнес информации и бешенных фантазий богатства и успеха. И как раз, в середине апреля 2018, листая ленту в социальных сетях наткнулся на таргетированную рекламу. Это был «марафон по прокачке себя, саморазвитию, где закаляется дисциплина» или как-то так. Ну и главная фишка, которая подкупает многих – марафон бесплатный. Расписывать конечно не буду все дни, но марафон на самом деле оказался лично для меня очень полезным, ведь там случилось то, что должно было случиться. Таковы обстоятельства.

На четвертый день, после раннего подъема в 6 утра, по

программе следует пробежка. Я безупречно выполнил условия и даже больше, решил поднять еще физический уровень – путем упражнений на брусьях в три подхода, на максимальное количество раз. Во время отдыха между подходами, ощущая необыкновенный прилив сил и тонуса, мысли зашли в тупик, а точнее их и вовсе не стало. Внутри так тепло и светло, возникла четкая радость восприятия, да такая, что побежали мурашки от макушки до самых пят... И наступила полная тишина моего внутреннего мира – абсолютное внутреннее безмолвие. Я осознал себя полностью в тот миг, а вот мир вокруг стал пребывать для меня уже немного иначе, он остался таким, как и был, просто мое восприятие изменилось.

Осознание такое, что на непродолжительное время выпадаешь из системы. Смотришь на проезжающие автомобили, людей, все что-то делают, чем-то заняты... понимаешь, что ничего не имеет значения. Для тебя многие вещи кажутся и вовсе глупыми, и бессмысленными, становиться как-то грустновато и пусто, но и в тоже время приходит ясность.

И видишь ты теперь намного больше. Что это все как огромная системная воронка, а вокруг игроки (персонажи), такие же как я. Которым можно прокачивать различные навыки, набирая определенное количества опыта, менять внешность и многое другое.

А потом я вновь включил автопилот и продолжил игру. Весьма сложно на начальном этапе держать повышенное внимание (осознание) продолжительное время.

Вот, пытаюсь описать своими словами ситуацию и понимаю, что у тебя, такое тоже бывало, а может даже на постоянной основе пребываешь в такой реальности.

Периодическая такая остановка (осознание реальности и себя), все чаще накрывала меня, причем абсолютно в разных моментах жизни, при разных обстоятельствах, но стабильно и ежедневно.

## Глава 2. Почему я действую

Восхитительное упражнение и очень полезный навык, который я открыл для себя – это делать ежедневные записи всего происходящего «внутри и снаружи».

С подросткового возраста не мог оставаться равнодушным, когда в продаже видел различные ежедневники, особенно в твердом переплете. А если выполнение его из кожи, то вообще шик. Но так и не купил ни один, и как думаешь почему?

Просто не нашел идеального для себя варианта. Мое двоеборье – где-то глубоко внутри хочу себе ежедневник, а ум отрицает покупку, находя любую отмазку, типа: «и что я буду писать», «времени и так нет», «зачем он тебе нужен». А внутри чувствуешь, что хочешь делать записи. Записи для себя, дать пищу для ума и сердца.

Затем обстоятельства складываются так, что одно из заданий вышеупомянутого марафона – это необходимость вести ежедневные записи, по определенному алгоритму. Только дневник я начал вести в электронном виде, в виде частной группы в социальных сетях.

Так я и начал записывать каждодневно свои успехи, ошибки и мысли. Записи вел как умел, ведь опыта как такового не было. Даже если нет совсем времени или ничего не произошло за день, запись в дневнике необходимо сделать, и точка. В следствии чего, процесс этот стал для меня началом дисциплины и мотивации. Результат не заставил себя ждать, так как ты сейчас читаешь этот текст, осознанный мой читатель.

Пол жизни из глубины доносился шёпот, а я его не слышал, а может просто не принимал. Ко всему мы приходим не случайно, как правило, то что мы имеем сейчас, что нас окружает, на каком уровне развития и познания находимся — является нашим отражением, нашими мыслями, нашим намерением и вниманием.

# Глава 3. Дневник Х. Концентрат

## Запись 1. Уровни и их жители

Выпадение из системы, привело меня на мысль – что все вокруг, делится на уровни. В каждом уровне существуют определенные люди, профессии, вещи, ценности, поступки, чувства, музыка, знания, развития событий и много мелких элементов. Да, и награда за прохождение у каждого своя. Это целый мир одного человека, но только в маленькой комнате, а комнат этих много.

Интерьер можешь редактировать. Проекция комнаты держится на нашем внимании и намерении там быть, а также в предметах и действиях, сожителей которых впустил, это как фундамент. Принцип как в видеоиграх, играешь на одном уровне, пока не пройдешь его до конца. Хочешь попасть на другой, узнай и найди выход в этом. Бывает встречаешь человека, а он тебя не понимает или вообще не видит, так он находится на другом. Так же и мечты (цели), находятся на одном из уровней.

И если эта мечта не на твоём, то путь долгий или даже не

реальный, тем более если ты игрок так себе.

Но есть те, которые могут быстро перескакивать между уровнями, имея ключи, что значительно сокращает прохождение. Если вышел из уровня, то выбирай, поиграть еще в этот или пойти в новый, тебе решать. Но возможностей много и все перед носом. Помочь в прохождении может осознание, принятие решения и безупречное действие. Осознанность дает карту уровней и право выбирать, в зависимости от готовности игрока. Пример из системы: «на своем уровне я продавец, чтобы эффективнее продавать товар людям, находящимся на других уровнях, мне необходима реклама моего товара, но такая, чтобы она вписалась и была понятна, для максимального количества уровней».



# Вывод

Для путешествия по уровням нужны ключи. Одни из них: внимание, принятия правил желаемого уровня, музыка, полноценный образ жителя нужного вам мира, что он ест, пьет, как одевается и так далее. Для этого необходим полный анализ той комнаты и жителей, в которую намереваетесь заселиться. Для этого мы создаем план перехода или действий.

## Запись 2. Внимание у руля

Основной элемент управления, формирования и выбора действительности происходящего – это наше внимание. Настолько все понятно и настолько же не осознанно, особенно на первых этапах пути развития. Чем больше внимания мы сможем освободить из ненужного вектора развития в нужный – тем лучше результат достижения, формирования желаемой реальности. Я даже не замечаю, как летит время, не замечаю окружающей меня реальности, моя реальность собралась здесь, где я пишу эти строки, потому что внимание вlepилось в текст и мысли потому что, эта книга, новый и один из основных элементов моей желаемой реальности.

Внимание – как энергия. Чем в большей степени владеешь своим вниманием, тем сильнее и более открытым ты становишься для познания самого себя, своего развития, и окружающей действительности.

Управляя вниманием, можно регулировать многие процессы внутри и снаружи. Большое значение имеют наши органы чувств, предметы, музыка, фильмы, страхи, окружение, привычки, пожиратели времени и различный мусор навязанный нам. Достаточно одной сильной привязки, чтобы дер-

жать иллюзию происходящего в той проекции, которую составляют элементы, которые ты используешь. Следовательно, возможна новая привязка, при помощи тех же инструментов для разрушения текущего уровня и настройки нового. Где помощниками выступают – безупречное следование, несгибаемое намерение, фокусировка внимания. На данный момент, насколько я это понимаю, фокусировка внимания и дает мне открытие и осознание себя и реальности, это основной ключ на пути осознания и саморазвития (самосовершенствования).

Кстати, ты чувствуешь мое внимание в тексте? Среди букв гуляет сила и энергия. Я не знаю, как ты выглядишь и в каком уровне находишься, но я чувствую подключение и обратную связь, такое чувство, что нет расстояния между нами, нет пространства и времени, а на самом деле я же уже в другой реальности, а вроде и в этой. Возможно так?

# Вывод

Отдавай себе отчет о своем потраченном внимании. Стоит того или нет, то направление, куда сейчас зациклил свое внимание.

## **Запись 3. Корректировка цели**

В открытом и осознанном состоянии, нужно и можно производить корректировку своего пути, своих «целей», «желаний», где обстоятельства будут складываться в нужном направлении.

Чем выше уровень открытости и максимальное внимание, тем лучше отклик свыше. Но не в коем случае нельзя сомневаться и колебаться. Решил – действуй. Не решил – значит анализируй, делай вывод, затем решай и действуй.

Безупречность – нестигаемое и контролируемое действие согласно выбранному маршруту согласно принятому решению.

Вспомнил пример из детства: несколько раз, ночью, загадывал желания на самую яркую звезду на небе. При этом четко, осознано, искренне, всем сердцем, с полным вниманием и верой – формулировал и проговаривал желание. В одном случае желание исполнилось на следующий день (у меня был аквариум с несколькими десятками мирных рыб – гуппи. Всё в аквариуме по красоте – растения, грунт, декор и рыбкам просторно. Гуппи живородящие. Но потомство не давали.

Плавают и плавают с утра до ночи. Я естественно расстроен. Но после загадывания желания на звезду, утром следующего дня, я наблюдал сотню, наверное, маленьких рыбок, может и совпадение, но мне так не показалось и дело вовсе не в звезде. Мною двигало полное внимание и намерение к формированию желаемого.

# 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.