

*А пока ты сам внутри — пока носишь это в себе — тебе кажется:
«Ну нормально. У всех так. Это просто я такой».*

*Но это не ты.
Это импульс, который говорит вместо тебя.
И пока ты с ним сросся — ты даже не поймёшь,
что живёшь не своей жизнью.*

Но пока ты их носишь, тебе следует понимать — именно эти **сигнальные капсулы** внутри тела формируют **повторяющийся сценарий твоей жизни**.

И вот здесь начинается перелом.

Твоё подсознание — не “карма”.
И не “программа с детства”.

Твоё подсознание — это **физическая структура сигналов**, которая влияет на всё:

- с кем ты дружишь,
- кого выбираешь в партнёры,
- где предаёшь себя,
- почему застрял на месте,
- и как сам себе портишь жизнь.

Случай — это просто непросмотренный сигнал.

Тебе казалось, что “так совпало”,
что “не повезло”,
что “так вышло”.

Нет.

Это просто **фоновое напряжение в определённой зоне**, которое **подало импульс**, и ты **“повёлся”**.
Без осознания. Без понимания.

Поэтому разминировать судьбу — возможно.

Но не через “работу с мышлением” – как это делают сегодня.

А через **переподключение и перекодирование импульсов тела** на фасции.

Я это делаю руками. Я это учу делать пошагово.
Ты — так же можешь делать это с собой.

Потому что **каждая твоя реакция — это сигнал**, а каждый сигнал — можно переписать.
Важно просто знать как.

И это главный подарок, который даёт тело:

Оно **не врёт**.

Оно показывает **всю твою историю**.

И позволяет её **переписать**, начиная с исходного **корня**, а не с последствий и симптомов.



Глава 5. Подсознание как фасциальная карта

Если бы можно было вскрыть тело,
но не в смысле анатомии,
а в смысле — **жизни**,
мы бы увидели карту.

Но не карту органов и костей.
А карту чувств.

Карту, на которой:

- Тревога живёт под диафрагмой, и она прям физически сжала и деформировала ее
- Вина осела в солнечном сплетении - и там образовался комок, которого по природе вообще быть не должно
- Стыд забил и перекошил таз, настолько что теперь приходится ходить без грации, как “оловянный солдатик” и думать, что это норма
- А обида и боль забились в челюстях настолько плотно, что теперь человек абсолютно уверен – “это не мышца, а кость”

То, что я перечислил – это не метафора
и не преувеличение.

**Это реальность, которая нас окружает.
Это локализация зажимов и застрявших
импульсов в теле.
Конкретно в вашем теле.**

Фасция — это не просто «структура».
Это **“география” твоей психики.**

Эмоции не “в воздухе”, и не “в голове”.
Они **записаны в теле** — как адреса на карте:

- Вот здесь ты сильно до паники испугался и сжался в 4 года,
- А вот здесь — тебя сильно унизили, и ты стерпел в 12,
- А вот здесь — ты подавил истерику не заплакал, когда должен был в 14

И получился твой собственный “Франкенштейн” – “телесный психоэмоциональный портрет” – и вот эту “мутацию” ты на сегодня называешь собой и своей личностью.

Фасция — орган, на котором держится хроника жизни.

Как магнитная лента, она хранит импульс.
Как носитель, она хранит отпечатки событий.

Но если обычные следы со временем стираются, фасциальные — остаются навсегда пока их не деактивируешь либо пока человек не умирает.

Почему?

Потому что импульс, который **не был завершён**, становится **структурой**.

Он прям физически и химически меняет состав тканей.

Ты не просто “подавил гнев” — ты его закапсулировал.

Он теперь в челюсти.

В спазме. В сжатом укусе.

Он **не ушёл**. Он **лежит**, как граната с выдернутой чекой.

Только ты сам это не ощущаешь – ибо это относится к подсознанию и к автономной нервной системе.

Но тело слышит.

Оно крутит шею, стискивает зубы, зажимает трапеции.

И ты думаешь: «У меня просто болит голова».

Нет. У тебя **боль памяти**, замаскированная под симптом.

Все четко раскладывается по своим полочкам

— Тревога — туда, где дыхание.

— Обида — туда, где чувства и голос.

— Страх — туда, где наша социальная реализация в социуме

Это не случайность.

Это **алгоритм выживания**.

Психика не знает, что с этим делать.

А тело знает: **“Это опасно. Спрячем.”**

И оно прячет — в мышцах, в мембранах, в узлах фасции.

И вот ты живёшь в этом теле. С этой картой.

Как в доме, где:

- одна дверь заколочена,
- другая комната заморожена,
- а третья вообще не твоя.

По-вашему, комфортно так жить?

Ты не можешь выразить чувства.
Ты не можешь понять, что хочешь.

Ты чувствуешь: **“Я потерялся. Я запутался. Я не знаю, кто я и чего хочу по жизни”**

И ты прав.

Ты **запутался.**

Но не по жизни, а в старом фасциальном коде, который был записан — **из твоих болей, слабостей, поражений и разочарований.**

Что из такого материала можно собрать, чтобы стать счастливым? Подумай сам.

Если там нет твоего выбора, твоих побед, твоей улыбки.

А лишь одни твои трагедии, боли и подавления.

Но есть хорошая новость.

Карту можно переписать.

Когда ты прикасаешься к телу **не как к мясу,**
а как к носителю памяти —

тело начинает отвечать.

Оно буквально выпускает всю эту грязь и боль
“под давлением”.

И это все выходит из тебя слезами, “аффектом”,
истериками, какими-то бессвязными обрывками фраз.

И вот в этот момент — психика перестраивается.

Ты не “работаешь над собой”.

Ты просто **выходишь из старой карты.**

Как будто всю жизнь ходил по одним тропам —
а теперь видишь:

можно свернуть,
можно идти,
можно быть собой
можно жить!

И не сквозь боль,
а сквозь **свободу.**



Глава 6. Твоя жизнь — это сумма зажимов

Ты думаешь, что **твоя жизнь — это твой выбор.**

Нет.

Твоя жизнь — это **сумма твоих зажимов.**

— Где ты зажался — туда не пойдёшь.

— От чего ты сжался — туда даже не взглянешь.

Не ты формируешь тело.

Фасция формирует **тебя.**

Один зажим — это уже искажённый маршрут.

Представь:

в детстве ты испугался — и сжал диафрагму.

Это заняло 3 секунды.

А потом этот зажим **остался с тобой навсегда.**

- Он изменил твоё дыхание.
- Он изменил твою осанку.
- Он изменил уровень энергии.

А значит:

- Он изменил **то, на что у тебя хватит сил.**
- Он изменил **людей, которые тебе подойдут.**
- Он изменил **всё, что ты о себе подумаешь.**

Один зажим, один залипший сигнал — и ты уже **другой человек.**

А теперь умножь это на десятки и сотни

На каждую мощную эмоцию и трагичную ситуацию в твоей жизни, которая оставила слепок из застрявших импульсов

– и они до сих пор в тебе!

Каждая из этих реакций — это **сигнал**, который не ушёл, а **застыл в ткани**.

И вот из них — из этих фрагментов — и собирается **твоя личность**.

Но это не ты. Это твой **фасциальный архив**.

Почему ты не уверен в себе?

Потому что в теле стоит блок в груди, в животе, Он не даёт выдохнуть, развернуться, стать большим.

Ты думаешь: “Я интроверт”.

Нет.

Ты просто зажат! Ты в клетке собственного тела, а уже следствием ты выбираешь клетку собственной квартиры.

Почему ты не хочешь близости?

Потому что в районе таза сидит страх быть отвергнутым.

Ты думаешь, что “еще не встретил своего человека”.

А когда встретишь ты все равно его непустишь или спасуешь.

И ты это прекрасно знаешь, даже лучше меня, потому что это уже было не раз в твоей “судьбе”

Почему ты не можешь заработать?

Потому что деньги – это прежде всего общение с людьми и самопиар себя.

А тебе все это запрещено.

Энергия приходит — а фасция **не пропускает**.

Ты пробуешь — и откатываешься обратно в привычный сжатый сценарий.

Твоя судьба = конфигурация тела.

— Кто-то сжат сверху — и думает, что “умный, но слабый”.

— Кто-то зажат снизу — и не может выстроить гармоничные отношения

— А Кто-то вообще не живёт, а существует — потому что кокон перекрутил всё.

Это не психология.

Это **физика памяти**.

Освобождаешь тело — меняется жизнь.

Уходит привычка сомневаться.

Приходит энергия говорить и проявляться.

Добывать свои позиции в обществе – брать свое!

Исчезает тяга к людям, которые тебя подавляют.
Ты просто их вычищаешь из своего круга
— они **отваливаются автоматически**.

Потому что ты больше не управляем. У тебя иммунитет
к манипуляциям, ибо
У тебя **нет крючка**.
Ты целостен.

**Истории, которые я слышу регулярно от своих
клиентов и учеников:**

- Девушка с паническими атаками — 5 лет сидит
в “домашней тюрьме” – никуда не выходит. Тотальная
социофобия.

Снимает “зоны перегрузов”, как я учу – всё.

Никаких транквилизаторов, паники и социофобии.

Как будто ничего этого и не было.

- Мужчина с изуродованным детством, обидой на мать
— проработали живот, изменилось все: лицо, глаза,
голос – это просто разные люди.

За один раз. Буквально за один час — о чем
вы говорите.

Это не чудо.

Это **архитектура сигнала**.

Изменился фундамент — и всё, само здание стало
другим.

Повторюсь.

Ты не “сломан”. Ты зажат.

И это хорошая новость.

Потому что это значит:

- Тебя не надо “чинить” годами через голову
- Тебя не надо “перепрошивать” на сессиях с откатами
- Ты не бракованный с рождения
- Тебя нужно **вернуть в проводимость**



Глава 7. Что делать с фасциальным подсознанием: техника “Блютус” как инструмент возврата связи

Думаю, уже каждый понял:

— Твоё подсознание живёт не “в голове”, а в теле.

— Фасция — это его физический носитель.

— Эмоции, мысли, сценарии — это сигналы, застрявшие в ткани.

Теперь вопрос:

Что с этим делать?

1. Слова — не работают.

Ты можешь 10 лет говорить о своей травме — а тело всё равно будет жить так, как будто всё ещё находится **в той ситуации.**

Психология — “лечит” разговорами.

Но проблема вообще не в голове.

Поэтому такая низкая эффективность.

Словами можно вылечить только сознание, ум - но не фасцию, которая является физическим носителем подсознания!

Сама идея воздействовать словами на импульс – бредовая. Это как воздействовать на радиоточку словами.

Ты не “думаешь тревожно”.
Ты **зажат** в зоне, откуда идёт сигнал тревоги.
Это две принципиальные разницы.

И пока зажим не снят — сигнал не исчезнет.
Ты не “разговоришь” капсулу.
Её можно только **расплавить**.

2. Мой Метод: техника “Блютус”

Это не метафора.
Это **нейрофизиологический принцип**.

Как Bluetooth подключается к другому устройству —
так и рука, при определённой настройке,
может подключиться к **нервной системе другого человека**.

Это не магия. Это **точная настройка прикосновения**:

- Никакого давления.
- Никакого внушения.
- Только **чистое присутствие**, без страха, без контроля.

Как это работает?

Я не ставлю целью в этом трактате научить.
Это невозможно за 30 страниц.
У данного труда совсем другая цель:

Я хочу показать и рассказать, как бывает, дать вам альтернативный взгляд на вашу личность, психику, жизнь и на то, как это можно починить, **в разы легче** быстрее и эффективнее.

В частности, мое открытие **Техника Блютус** — это один из краеугольных камней моего метода.

Со стороны это выглядит примерно так:

1. Ты настраиваешься: в теле, в тишине, без желания “исправить”.
2. Ты ставишь руку — и **не вторгаешься насильно**, а погружаешься
3. Тело другого человека **принимает** твою руку как свою.
4. Его фасция начинает **тебя впускать**.
5. Сигналы, хранившиеся в капсулах, **начинают выходить** – ты буквально расплавляешь все напряженные зажатые участки и освобождаешь записанные в них импульсы.

И это сразу видно в проявлении.

Человек начинает:

- плакать,
- дышать,
- вспоминать,
- дрожать,
- **отпускать**.

Чем это отличается от остеопатии, массажа и терапии?

- Это **не массаж**: мы не работаем с мышцей.
- Это **не терапия**: мы не работаем с психикой напрямую.
- Это **не остеопатия**: мы не идём за ритмом, мы **перезаписываем сигналы**.

Мы работаем с **самой основой сигнала**.
С **фасцией**, как с живым архивом подсознания.

3. Что такое “возврат связи”?

Когда ты “разлепляешь” капсулу, тело **впервые за много лет** снова начинает получать сигнал от мозга.

В буквальном смысле ты получаешь:

- лучшее движение, координация
- лучшее кровообращение,
- лучшее дыхание,
- лучшее самочувствие,
- **и никакой мыслекрутки — абсолютная тишина и спокойствие в голове.**

Следовательно, как **прямой бонусный эффект**:
исчезновение комплексов.

И ты вдруг **перестаёшь слушать тараканы,**
больше нет этих сомнений и гадостей о себе:

“Я не достоин”

“Я не смогу”

“Куда лезешь” и так далее.

- Тревога уходит – тебе становится даже смешно, что ты так параноидально мог “чудить”
- Обиды просто превращаются в ничто — в истории **без эмоций и боли**

И ты понимаешь:

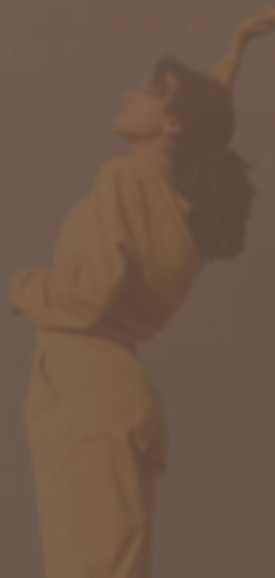
“Это были не мои мысли.

Это был навязанный сигнал.”

Фасция — не просто носитель боли.

Она — так же носитель свободы.

Освобождая её — ты освобождаешь **себя.**



Глава 8. Эпилог для будущего: кто мы, если не мозг?

Если ты дочитал до этого места — ты уже больше не тот, кем был в начале этого пути.

Мы прошли вместе всего 30 страниц данного трактата. Это заняло 30 минут максимум, но насколько это уже изменило твое понимание мира.

Мне больше не нужно тебе объяснять, что:

Ты — не мысли.

Ты — не характер.

Ты — не диагноз.

Ты — не сценарий из детства.

Ты теперь знаешь истину и четко осознаешь - как все устроено, а значит имеешь ключи и возможность все это перезаписать и исправить.

А уже будешь ли ты делать это сам и начнешь свой большой путь в одиночку

Или обратишься к моему готовому решению, чтобы не искать годами, не набивать шишки - а быстро получить свое — это уже дело твоего выбора и воли.

Главное, что у тебя теперь есть этот выбор.

И то что мы теперь говорим с тобой на одном языке.

Мы десятилетиями верили, что мозг — это всё.

Но если бы это было так,
почему, когда умирает человек —
у него остаётся мозг,
а **сознание уходит?**

Потому что сознание — это не только нейроны.
Сознание — это **вся система связи.**

А когда связь нарушена —
появляется страдание.

Новая Психология (Нео-психология)
— это не борьба с симптомом.

Это возвращение сигнала.

- Возвращение проводимости
- Возвращение чувствительности
- Возвращение себя

Ты не “лечишься” — ты **возвращаешься.**

Это и есть новая философия тела:

- Не “исправить”.
- Не “переубедить”.
- **А переподключить.**

А значит — **снять маску, снять броню,
снять кокон, снять зажимы**

**Спасибо тебе, что пришёл в этот путь.
Теперь ты видишь мир иначе.
Пусть это будет — начало.**

Если ты готов познать новое, получить готовое решение
и изменить свою жизнь — пиши в телеграм Ирине

[@irinarossii](https://www.instagram.com/irinarossii)

