



# Транссёрфинг или СинхРес

Радик Яхин

# Радик Сайфетдинович Яхин

# Транссёрфинг или СинхРес

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=73078473](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=73078473)*

*SelfPub; 2026*

## **Аннотация**

Синхронный Резонанс (СинхРес):

Ключ к вхождению в желаемое будущее.

Забудьте о борьбе и навязчивых намерениях. Это учение предлагает революционный подход: научиться калибровать свою внутреннюю

Частотную Подпись (ЧП), чтобы мгновенно “вбирать” нужную реальность из существующего многомерного спектра.

От диагностики поля и освоения Энергетического Дыхания до удержания Резонансного Вектора – пошаговое руководство по настройке

вашего личного приемника на волну успеха.

# Радик Яхин

## Транссёрфинг или СинхРес

Учение: “Синхронный Резонанс” (СинхРес)

Основная идея: Вместо манипуляции реальностью через намерения (как в Транссерфинге) или фокусировки на результате, Синхронный Резонанс учит бесшовному вхождению в энергетические поля желаемого будущего через калибровку собственной вибрационной частоты и синхронизацию с универсальным потоком информации и возможностей. Реальность не столько создается, сколько активно “вбирается” из доступного многомерного спектра.

Ключевые понятия:

1. Амплитуда Восприятия (АВ): Способность воспринимать большее количество вариантов реальности одновременно.
2. Частотная Подпись (ЧП): Уникальный энергетический отпечаток текущего состояния (эмоции, убеждения, физиология).
3. Резонансный Вектор (РВ): Направленный импульс намерения, который не “просит” у мира, а “устанавливает связь” с нужной частотой.
4. Энергетическое Дыхание (ЭД): Техника синхронизации ЧП с АВ желаемого состояния.

5. Информационное Эхо: Обратная связь от реальности, показывающая, насколько точно вы настроены.

## **7 Ступеней Обучения Синхронному Резонансу**

Ступени структурированы по принципу усложнения работы с многомерными полями и углубления самокалибровки.

I. Ступень: Начинаящие – “Первая Калибровка”

Фокус: Осознание своего текущего состояния и его энергетической “грязи” (несоответствующих эмоций и мыслей).

Ключевые Техники:

Сканирование ЧП: Научиться определять свою реальную Частотную Подпись прямо сейчас (не то, что “хочу”, а то, что есть).

Отключение Шума: Базовые медитации для снижения амплитуды ментального “шума”, мешающего приему сигнала.

Минимальный Резонанс: Поиск самого простого, мгновенно достижимого желаемого состояния (например, чувство покоя) и удержание его 30 секунд.

II. Ступень: “Азбука Частот”

III. Ступень: “Построение Резонансного Кода”

IV. Ступень: “Маневрирование в Потокe”

V. Ступень: “Инженер Реальности: Проектные Задачи”

VI. Ступень: “Мульти-Резонансная Архитектура”

VII. Ступень: “Управление Универсальным Полем”

“Синхронный Резонанс” (СинхРес) и “Транссерфинг” – оба учения о том, как наши внутренние состояния влияют на внешние события, но они используют кардинально разные механизмы и акценты для достижения результата.

## **Ключевое Философское Различие**

**Транссерфинг: Выбор Пути (Переключение Каналов)**

Транссерфинг больше похож на навигатор, который прокладывает путь по уже проложенным дорогам. Вы находитесь в одной машине (линии жизни) и, убрав страх и важность, пересеживаетесь на другую, лучшую дорогу. Вы выбираете из того, что уже существует в огромной библиотеке Вселенной.

**Синхронный Резонанс: Настройка Частоты (Перенастройка Приемника)**

СинхРес больше похож на радиоприемник. Вы не пытаетесь заставить радиостанцию изменить свою частоту. Вместо этого вы крутите ручку настройки своего приемника (вашей ЧП), пока не достигнете идеальной частоты (РВ), на которой вещание желаемого будущего станет громким и чистым. Когда настройка точна, желаемое становится слышимым и осязаемым в вашем текущем моменте.

СинхРес считает, что главное не то, что вы хотите, а то, как вы себя чувствуете в момент намерения, потому что чувство – это и есть вибрация, которая притягивает эквивалент.

# **Учение: “Синхронный Резонанс” (СинхРес)**

## **Книга I: Первая Калибровка (Ступень I)**

Введение: Почему мы не просто создаем реальность, а в неё входим.

Добро пожаловать. Эта книга открывает перед вами новый взгляд на то, как устроено ваше взаимодействие с миром. Если вы читали другие учения о том, как “привлечь” или “создавать” желаемое, вы, возможно, сталкивались с идеей, что вы – некий скульптор, который из бесформенной глины лепит желаемую форму.

Синхронный Резонанс (СинхРес) предлагает более тонкую и, как показывает практика, более эффективную картину.

Основная идея СинхРес: Мы не столько создаем свою реальность из ничего, сколько бесшовно входим в ту часть многомерного поля возможностей, которая уже существует и вибрирует на той же частоте, что и мы.

Представьте Вселенную как огромную, бесконечную библиотеку. В этой библиотеке уже стоят на полках миллиарды книг. Каждая книга – это вариант вашей жизни, ваше желаемое будущее, ваш следующий шаг. Ваша задача – не писать эту книгу с нуля, а найти нужный том и открыть его.

Отличие от Старых Моделей: Создание против Вхождения

В традиционных моделях часто делается акцент на уси-

лии и волевым давлением. Вы представляете, вы настаиваете, вы заставляете мир соответствовать вашему видению. Это похоже на попытку пробить стену своей мыслью. Часто это требует много энергии и часто приводит к напряжению.

Синхронный Резонанс уходит от этого напряжения. Он основан на принципе Совпадения Частот.

1. Старые Модели (Модель Создателя-Скульптора): Требуют, чтобы вы приложили достаточно энергии, чтобы изменить существующую реальность. Это подразумевает борьбу или длительное строительство.

2. СинхРес (Модель Резонансного Вхождения): Требует, чтобы вы настроили себя (свою внутреннюю вибрацию) так, чтобы она идеально совпадала с частотой уже существующего желаемого сценария. Когда частоты совпадают, вход становится автоматическим и легким, как скольжение по рельсам.

Пример:

Представьте, что вы хотите найти конкретную песню на радио.

Модель Создателя: Вы кричите в радиоприемник, требуя, чтобы он заиграл вашу песню. Вы тратите много сил, но песня может не появиться, если волна не совпадет.

Модель СинхРес: Вы берете ручку настройки и медленно, аккуратно подстраиваете приемник. Вы ищете ту самую, едва уловимую волну. Когда ваша частота (настройка приемника) идеально совпадает с частотой вещания (желаемая ре-

альность), песня просто включается в эфире, без какого-либо напряжения с вашей стороны. Вы не создали эту песню – вы просто вошли в зону её вещания.

## Философия Синхронного Резонанса

СинхРес утверждает, что любая возможная реальность уже существует в универсальном энергетическом поле. Ваше сознание – это не просто приемник, но и настраивающийся инструмент.

Цель этого учения – научить вас, как управлять настройкой этого инструмента. Мы будем говорить о Частотной Подписи (ЧП) – вашем уникальном энергетическом отпечатке. Чтобы войти в желаемое будущее, вам нужно скорректировать вашу ЧП так, чтобы она стала идентичной Резонансному Вектору (РВ) этого будущего.

Это не магия. Это физика взаимодействия полей. Когда две системы колеблются в унисон, они обмениваются энергией и информацией без потерь. Это и есть Синхронный Резонанс.

## Цель Книги: Первая Калибровка

Эта первая книга, “Первая Калибровка” (Ступень I), является вашим введением в этот процесс настройки.

На этом этапе мы не будем пытаться “призвать” большие, сложные события. Наша цель – научиться чувствовать и измерять собственное поле. Вы научитесь:

1. Сканировать свою текущую “настройку” (где вы находитесь прямо сейчас).

2. Освободиться от излишнего внутреннего “шума”, который мешает чистому приему.

3. Выполнять Первую Калибровку – очень маленькое, но абсолютно точное энергетическое движение, которое докажет вам, что система работает.

Эта ступень закладывает основу для всех последующих. Вы станете более тонким инструментом, способным улавливать более слабые сигналы и, следовательно, входить в более точные и желанные для вас версии реальности.

Готовы начать настройку?

## **Глава 1. Анатомия Поля: Что такое Частотная Подпись (ЧП)**

Прежде чем мы начнем что-либо изменять, мы должны понять, из чего состоит то, что есть сейчас. Ваша текущая жизнь, ваши события, ваши встречи – всё это отражение того, на какой частоте вы настроены в данный момент.

### **Реальность как Спектр: Понимание многомерности пространства и концепция “доступных частот”**

Представьте, что вся Вселенная – это гигантская радиостанция, которая постоянно вещает. Эта радиостанция не транслирует что-то одно. Она вещает всё сразу на самых разных частотах: новости, классическая музыка, шум ветра, научные доклады, диалоги из будущего и прошлого. Это и есть Спектр.

СинхРес утверждает, что реальность не ограничена тем, что вы видите сейчас (ваша гостиная, ваша работа, ваши счета). Всё это – лишь один очень узкий канал, который вы ловите. Вокруг вас существуют бесконечные другие каналы, другие состояния бытия, другие варианты развития событий. Они не где-то далеко; они существуют здесь, в этом же пространстве, но на других энергетических частотах.

Пример: Вы смотрите телевизор. В данный момент на экране идет футбольный матч. Вы уверены, что это и есть весь мир. Но если вы переключите канал на 50-й, вы увидите документальный фильм о китах. На 100-м – прогноз погоды. Матч не исчез, он просто находился на другой частоте, которую ваш прибор (ваше сознание) не считывал. В СинхРесе мы учимся переключать этот “приемник”.

**Определение ЧП: Ваша текущая энергетическая подпись – это не то, что вы думаете, а то, что вы вибрируете.**

Частотная Подпись (ЧП) – это ваша уникальная вибрационная настройка в данный момент времени. Это совокупность всех ваших текущих мыслей, эмоций, убеждений и физиологических состояний, сведенных в одну вибрационную волну.

Важно: Ваша ЧП – это не ваши намерения или слова. Вы можете громко говорить: “Я хочу процветания”, но если в глубине души вы чувствуете тревогу из-за долгов, ваша реальная, вибрирующая ЧП будет соответствовать тревоге и

нехватке.

Пример: Вы хотите получить работу мечты.

Намерение (Слова): “Я буду идеальным кандидатом. Я готов.”

Чувство (Вибрация): Внутренний голос говорит: “Я недостаточно хорош. Они найдут кого-то лучше, потому что я не уверен в себе.”

ЧП: Ваша подпись соответствует неуверенности и ощущению “недостаточности”. Поэтому, даже если вы отправляете идеальное резюме, вы будете резонировать с теми предложениями, которые подтверждают вашу неуверенность (например, низкооплачиваемые, неинтересные позиции, или вас вообще не пригласят на собеседование).

ЧП – это честный отчет о том, на какой частоте вы “звучите” прямо сейчас.

**Шум и Помехи: Идентификация ментальных и эмоциональных факторов, которые создают “статику” в вашем поле.**

Если ваша ЧП – это желаемая мелодия, то Шум и Помехи – это статический треск, который мешает вам ее услышать и транслировать.

В контексте СинхРеса, Шум – это всё то, что вызывает резкие, негармоничные колебания в вашем энергетическом поле. Эти помехи не позволяют вам зафиксироваться на чистой частоте желаемого результата.

Основные источники Шума:

1. Прошлое (Сожаление и Обида): Заикленность на том, что было. Когда вы вспоминаете старую ссору, вы на мгновение возвращаетесь на частоту того события, и эта старая вибрация накладывается на вашу текущую ЧП, создавая сбой.

2. Будущее (Тревога и Опасение): Это самый частый источник помех. Тревога – это попытка вашего сознания “преждевременно” настроиться на негативный вариант будущего, который вы не хотите, но боитесь. Вы вибрируете частотой страха, а не желаемого успеха.

3. Оценка и Суждение: Мнение о том, “как должно быть” или “почему это несправедливо”. Любое сильное осуждение себя или других мгновенно вводит вас в эмоциональный дисбаланс, заглушая чистый сигнал.

Пример Шума: Вы ждете важного звонка. Вы сидите в тишине, но внутри у вас крутится мысль: “А что, если мне не позвонят?”. Эта мысль, сопровождаемая легким сжатием в груди, – это Помеха. Она мешает вам быть в спокойной, открытой частоте, которая могла бы “притянуть” звонок.

**Концепция Амплитуды Восприятия (АВ): Почему мы видим только узкую полосу реальности и как ее расширить.**

Амплитуда Восприятия (АВ) – это диапазон частот, который ваше сознание способно стабильно “схватывать” и обрабатывать.

В обычном состоянии мы живем с очень узкой АВ. Мы настроены только на “Физическую Реальность”, ту, кото-

рую нам подтверждают пять чувств и общепринятые законы. Если некая возможность существует на частоте, которая немного выше или ниже нашего обычного рабочего диапазона, мы ее просто не видим.

Пример Узкой АВ: Вы ищете работу, но вы смотрите только на объявления в газетах и на известных сайтах (узкий, привычный диапазон). Вы не рассматриваете возможность, что лучший работодатель найдет вас через личную рекомендацию от незнакомого человека, с которым вы случайно столкнетесь в кафе (это более высокая, не очевидная частота взаимодействия). Ваша АВ не позволяет вам “сканировать” эту возможность.

Расширение АВ достигается через устранение Шума и через практику настройки на более высокие, гармоничные состояния. Чем чище ваша ЧП, тем шире становится ваша АВ, и тем больше доступных частот желаемого будущего вы начинаете замечать в своем окружении.

## **Глава 2. Диагностика Поля: Сканирование “Здесь и Сейчас”**

Добро пожаловать на первый практический этап. Прежде чем мы начнем настраивать вашу внутреннюю частоту на желаемое будущее, нам необходимо точно знать, где вы находитесь прямо сейчас. Синхронный Резонанс – это не просто вера или желание; это точная настройка. Представьте, что

вы хотите поймать нужную радиостанцию. Если вы не знаете текущую частоту, на которой настроен ваш приемник, любая попытка повернуть ручку будет случайной.

Эта глава посвящена сканированию вашего текущего состояния – вашей Частотной Подписи (ЧП) в моменте. Мы не будем пытаться что-то изменить или исправить. Наша задача – увидеть картину целиком, без искажений и прикрас.

**Инструменты Самодиагностики: Простые техники для “прощупывания” своего внутреннего состояния без осуждения.**

Первое правило в СинхРесе: Наблюдатель, а не Судья. Когда вы осматриваете свое текущее поле, вы должны вести себя как ученый, изучающий образец, а не как родитель, наказывающий ребенка. Осуждение и критика – это помехи, которые моментально смещают вашу ЧП, делая сканирование неточным.

Техника “Внутренний Осмотр” (30 секунд):

1. Сядьте удобно. Закройте глаза. Не пытайтесь расслабиться, просто позвольте себе быть.
2. Сделайте глубокий вдох и медленный выдох.
3. Задайте себе три простых вопроса и отметьте первое, что придет в голову, без анализа:

о«Каково мое общее ощущение прямо сейчас?» (Ответ может быть: «Тяжесть», «Побуждение двигаться», «Спокойствие», «Скука».)

о«Что я активно стараюсь не чувствовать?» (Этот вопрос

часто выявляет подавленное состояние. Например: «Тревогу о завтрашнем дне».)

«Насколько мои мысли заняты прошлым или будущим?» (Ответ: «Очень сильно», «Почти нет», «Перескакивают с одного на другое».)

Пример: Если вы ответили: «Тяжесть», «Я стараюсь не чувствовать вину», «Мысли скачут», вы просто зафиксировали данные. Вы не думаете: «Ох, как плохо, мне нужно срочно избавиться от вины». Вы просто записываете: «Текущая ЧП характеризуется ощущением тяжести и сильной занятостью сознания вопросами вины». Это ваш стартовый набор данных.

**Эмоциональный Термометр: Как переводить физические ощущения в измеримые энергетические показатели.**

Эмоции – это язык, на котором говорит ваше поле. Но эмоции бывают абстрактными. Нам нужно перевести их в нечто, что можно ощутить физически, чтобы калибровка была точной. Ваши внутренние ощущения – это и есть ваша текущая вибрация.

**Шкала Калибровки (Упрощенная):**

Представьте шкалу, где +10 – это максимальная ясность, энергия и приток возможностей, а -10 – это состояние полного энергетического тупика, оцепенения или глубокого истощения. 0 – это нейтральное состояние, отсутствие сильных реакций.

Как переводить:

1. Найдите центр: Закройте глаза и почувствуйте, где в теле находится центр вашего внимания (обычно это солнечное сплетение, грудь или живот).

2. Оцените плотность:

o Если вы чувствуете расширение, легкость, тепло, открытость в груди – это положительные значения (+1 до +10). Чем шире и легче, тем выше ваш показатель.

o Если вы чувствуете сжатие, холод, тяжесть, давление, ком в горле или напряжение в плечах – это отрицательные значения (-1 до -10). Чем сильнее сжатие, тем ниже показатель.

Пример: Студентка Анна провела сканирование. Она обнаружила, что чувствует легкую дрожь в руках (неуверенность) и постоянное напряжение в челюсти.

Перевод: Дрожь и напряжение – это форма заблокированной или избыточной, но не сфокусированной энергии. Это не состояние восторга (+8) и не полная апатия (-9).

Диагноз Анны: Ее Эмоциональный Термометр показывает -3. Она находится в небольшом энергетическом минусе из-за внутреннего напряжения.

**Проблема Проекции: Определение, где заканчивается ваше истинное “Я” и начинается навязанное восприятие.**

Это самый важный пункт Первой Калибровки. Наше поле часто загрязнено чужими ожиданиями, страхами, новостя-

ми или даже непереваемыми эмоциями окружающих. Если вы пытаетесь настроиться на будущее, основанное на чужих правилах, вы никогда не войдете в свой резонанс.

Проекция – это когда вы воспринимаете чужой сигнал как свой собственный.

Техника “Граница Света”:

1. Примите свою текущую ЧП (например, -3). Не боритесь с ней.

2. Визуализируйте вокруг себя мягкое, но четкое поле (не барьер, а границу личной сферы).

3. Задайте вопрос: «Какое из моих текущих беспокойств принадлежит мне?»

4. Пройдитесь по списку недавних тревог или желаний. Если тревога «Мне нужно получить повышение, иначе я подведу семью», посмотрите на нее. Чувствуете ли вы напряжение от этой мысли?

5. Теперь спросите: «Если бы я знал, что семья будет счастлива, что бы я чувствовал вместо этого?» Если вы чувствуете облегчение или желание заниматься творчеством – это, вероятно, ваше истинное желание, скрытое под проекцией родительского долга.

Пример проекции: Егор считает, что должен хотеть определенную работу, потому что его друг ее получил и очень доволен.

Сканирование: Егор чувствует себя опустошенным, когда думает об этой работе, и его ЧП – -6.

Проверка Проекции: Когда Егор убирает мысль о работе друга и думает о своем хобби (рисование), его тело расслабляется, и он ощущает тепло в центре груди.

Вывод: Желание получить работу друга – это проекция, которая тянет его в минус (-6). Желание рисовать – это его истинный, более высокий Резонансный Вектор (возможно, +4). Наша задача – отделить сигнал от шума.

**Первый Отчет: Составление первого “энергетического слепка” вашей текущей ЧП.**

Этот отчет – ваш личный документ. Он не для сравнения с другими, а для отслеживания прогресса. Он должен быть кратким и отражать ваше состояние до начала работы по настройке.

Шаблон Первого Отчета:

Параметр

Основная Эмоция (Слово)

Фиксация

(Например: Занятость, Раздражение, Предвкушение)

Параметр

Физическое Ощущение

Фиксация

(Например: Напряжение в шее, Легкость в руках, Давление в висках)

Параметр

Показатель Термометра

Фиксация

(Число от -10 до +10)

Параметр

Основные Источники Проекции

Фиксация

(Что не мое? Ожидания, страхи, навязанные цели)

Параметр

Внутренний Шумовой Фон

Фиксация

(Насколько много “говорящих” мыслей о прошлом/будущем?)

Цель: Завершив этот отчет, вы получили точную карту местности. Вы увидели, где вы стоите. Теперь, зная свою отправную точку (текущую ЧП), мы готовы двигаться дальше – учиться управлять этой системой, что мы начнем делать в следующей главе.

### **Глава 3. Пробуждение Тишины: Освобождение от Шума**

Наш обычный способ существования – это постоянное бурление. Это не просто мысли, которые мы осознаем. Это фоновый гул, состоящий из отголосков прошлых событий, тревог о завтрашнем дне, ожиданий других людей и обрывков информации, которые мы проглотили за день. Этот гул мы называем Шумом.

Шум – это наша обычная, не настроенная Частотная Под-

пись (ЧП). Пока этот шум звучит громко, наша ЧП не может ясно резонировать с чем-то новым или желаемым. Мы застреваем в вибрации того, что уже есть, потому что наш внутренний приемник перегружен помехами.

Цель этой главы – научиться находить и удерживать короткие, но чистые моменты Тишины. Тишина в контексте СинхРес – это не отсутствие звука, а отсутствие реактивной и заезженной информации. Это состояние, когда ваша личная частота становится идеально чистой, готовой к приему более тонких сигналов из общего поля.

# 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.