

СНАЧАЛА ПОЧУВСТВОВАТЬ

реальные истории о силе состояния обладания



ЛИЯ АТМА

Лия Атма

Сначала почувствовать

«Автор»

2026

Атма Л.

Сначала почувствовать / Л. Атма — «Автор», 2026

Как исполнить желание без визуализаций и аффирмаций? История одной машины, которая изменила всё. Эта книга родилась из десяти лет проб и ошибок. Из двух машин, появившихся в моей жизни одним и тем же способом — но с разницей в десять лет. Первая пришла легко, как чудо. Вторая — только после того, как я поняла, что именно делала правильно. Вы узнаете, почему визуализация не работает, а иногда даже вредит. Почему яркие картинки в голове убивают желание вместо того, чтобы его исполнять. И как Вселенная считывает не ваши мысли, а ваши чувства — и отзеркаливает именно их. Здесь нет сложных техник и многочасовых медитаций. Только честный опыт, простые инструменты и главное открытие: состояние обладания — это не то, что вы делаете. Это то, из чего вы живёте. Минутами. Легко. Без напряжения и ожидания. Если вы устали от техник, которые не работают, если хотите понять механику исполнения желаний изнутри — эта книга для вас. Практично. Честно. Работает.

© Атма Л., 2026

© Автор, 2026

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	5
ПЕРВАЯ МАШИНА	7
Как я случайно вошла в состояние обладания — и не поняла, что сделала	7
Конец ознакомительного фрагмента.	9

Сначала почувствовать

ВВЕДЕНИЕ

Две машины, десять лет, одна техника — и всё, что я поняла между ними

Если вы читали «Обратный отсчёт» — вы уже знаете главное.

Вы знаете про состояние обладания. Про то, как войти в ощущение, что желаемое уже есть. Почувствовать это телом. Жить из этого состояния — а не стремиться к нему.

Техника простая. Механика понятная.

Но между пониманием и применением — пропасть.

Я прошла эту пропасть. Дважды.

Первый раз — когда я купила свою первую машину, применив состояние обладания интуитивно, не понимая, что именно делаю.

Второй раз — десять лет спустя, когда я купила вторую машину, уже точно зная, как работает техника.

Между этими двумя покупками — десять лет проб, ошибок, возвращений к стремлению, борьбы с собственным мозгом и медленного понимания того, что работает, а что — нет.

Эта книга — не теория. Это моя практика.

Здесь нет новых техник. Нет магии. Нет секретных формул, которые я скрывала до этого момента.

Здесь — два подробных разбора. Две истории из моей жизни, разложенные на детали, ошибки, инсайты и результаты.

Первая история — про мою первую машину. Как я случайно вошла в состояние обладания, не зная, что так называется. Как изменилось моё внутреннее состояние. Что происходило снаружи. Почему это сработало — и почему потом я не могла повторить.

Вторая история — про мою вторую машину. Десять лет спустя. Когда я уже понимала технику. Когда применяла её осознанно. Как в итоге это снова сработало — но уже по-другому.

Почему я пишу об этом?

Потому что когда я читала книги о состоянии обладания, визуализациях и «притяжении» — мне всегда не хватало одного: **честности**.

Все рассказывают про успехи. Никто не рассказывает про провалы.

Все пишут: «Я применил технику — и через неделю получил результат».

Никто не пишет: «Я применял технику три месяца, ничего не работало, я слетал в стремление, возвращался, снова ошибался — и только потом что-то щёлкнуло».

А именно это и есть реальность.

Состояние обладания — это не волшебная палочка. Это не «подумала — и появилось».

Это точная настройка внутреннего состояния, которая меняет твои решения, действия, реакции. Которая делает тебя человеком, живущим из результата, а не стремящимся к нему.

И когда ты живёшь оттуда — реальность подстраивается.

Не мистика. Механика.

Но чтобы эта механика заработала — нужно пройти через все ловушки, которые расставляет собственный мозг.

В этой книге я расскажу обо всём.

О том, как я первый раз вошла в состояние обладания — и почему не понимала, что делаю.

О том, почему после первого успеха техника перестала работать — и что я делала не так.

О десяти годах проб, ошибок и возвращений к стремлению.

О том, как я училась различать состояние обладания и иллюзию контроля.

О том, как во второй раз применила технику осознанно.

О каждом шаге. Каждой ошибке. Каждом моменте переключения.

Я не гуру. Я не мастер притяжения. Я не человек, у которого всё получается с первого раза.

Я обычная женщина, которая дважды купила машину — и между этими покупками прошла путь от случайного применения техники до осознанного владения ею.

Я прошла этот путь медленно. С ошибками. С откатами. С моментами, когда хотелось всё бросить и сказать: «Это не работает».

Но я прошла. И теперь я знаю, как это работает.

И я хочу показать вам этот путь — не идеализированный, а настоящий.

Эта книга — для тех, кто знает технику, но не уверен, что она работает.

Для тех, кто пробовал — и не получилось.

Для тех, кому нужны не объяснения, а честные разборы: что я делала, что пошло не так, что сработало, почему.

Доказательства простые: моя жизнь, мои результаты, мои шаги.

Листайте дальше.

Сейчас вы увидите, как это работает — от первого лица, без прикрас, со всеми провалами и инсайтами.

ПЕРВАЯ МАШИНА

Как я случайно вошла в состояние обладания — и не поняла, что сделала

Пыль дорог, уставшая кожа сидений автобуса – вот что стало частью моей жизни. Машина? Мысль о ней ускользала, как мираж. Никогда не было ни вожделения к металлу, ни обсуждений, ни даже робких мечтаний. Муж, как верный пес, всегда был рядом, в шаговой доступности от работы, а я – в плену общественного транспорта, задыхалась в духоте, или же, как сегодня, влачила существование на пассажирском сиденье праворульной коллеги.

День на работе выжал все соки. Отчеты, как ядовитые змеи, обвивались вокруг меня, начальство торопило, статистика настойчиво требовала объяснений в элементарных вещах, телефон разрывался от непрерывного потока нужд и прихотей.

Ехали с коллегой молча. Голова гудела от усталости, язык прилип к нёбу. Слова, как и силы, иссякли. За окном мелькали серые дома, утопающие в осеннем дожде.

Когда, наконец, работа растворилась в дымке, я вдруг осознала, что еду с левой стороны. Рядом – коллега, ее профиль, знакомый до каждой морщинки. А что, если... представить себя за рулем? Что, если я – водитель? Как это – уметь водить машину?

И вот, в руках, словно вырастая из плоти, ощущался руль. Пальцы, до этого сжимавшие сумку, вдруг ощутили его прохладу, тяжесть. Мир изменился. Теперь я – капитан этого железного корабля. Внимательно, как хищник, следила за дорожными знаками, за плавным танцем машин, за пешеходами, вливаясь в этот неумолимый ритм. Забавно! Необычно!

Припарковавшись у дома, от этой фантазии не осталось и следа. Усталость взяла свое.

Две недели спустя начальница объявила о покупке нового автомобиля, упомянув о продаже старого. А затем, словно бросая вызов, предложила купить его... мне!

– Да вы что? – вырвалось у меня, скорее от удивления, чем от желания – У нас с мужем даже прав-то нет...

Дома, смеясь, поделилась новостью. Но смех оборвался, словно нить. Муж не поддержал. Задумался... А потом, как будто в него вселился огонь:

– А давай, – сказал он, и в глазах его загорелся тот самый огонь мечты, который раньше я и не видела – купим.

Как? Куда? Кредиты, долги, вечная нехватка... Но, удивительно, мир, казалось, повернулся к нам другой стороной. Обходя пороги банков, как заклинания шепча заветные слова, мы все-таки добились своего. Кредит – и на машину, и на права для обоих.

Сейчас, вспоминая тот день в машине коллеги, я чувствую, как текла по венам энергия. Это было не просто развлечение, а погружение в некое особое состояние... Состояние Обладания. Именно оно, как тонкая нить, потянуло за собой череду событий, и привела меня к заветной цели...

Ох, эта история с машиной! Она не давала мне покоя.

Я чувствовала, что всё сложилось идеально. Как будто Вселенная сама подстроилась под меня и сказала: «Держи, вот твоя мечта — быстро и без заморочек».

Мечта сбылась. Это факт.

Но вот вопрос: как это повторить?

Я не могла каждый раз ждать, пока мне «свыше» всё поднесут на блюдечке.

И я годами билась над этим. Пыталась поймать ту самую «магию». Но ничего не получалось.

Первая машина со временем стала непригодной. Ремонты становились всё дороже, и в какой-то момент стало ясно: пора расставаться.

Я продала её. И несколько лет была совсем без машины.

Деньги на новую были нужны на другое. Возможности купить не было.

Но я помнила ту историю с первой машиной. Помнила, как легко всё сложилось.

И решила: попробую так же. Тем же способом.

Я пыталась вспомнить, что делала тогда в машине коллеги. Пыталась повторить.

Представляла руль в руках. Визуализировала езду. Пыталась «почувствовать».

Но ничего не работало.

Месяцы шли — результата ноль.

Я старалась сильнее. Представляла ярче. Напрягалась больше.

Всё бесполезно.

Почему не получалось?

Я не понимала этого тогда.

Прошло время. Много времени.

Жизнь подкидывала мне другие ситуации — когда что-то снова получалось легко и неожиданно. Я собирала эти кусочки по крупичкам. Анализировала. Сравнивала.

И вдруг — БАЦ! — пришло понимание.

Из этих других «совпадений», из информации, которую я копила, начало складываться ясное видение того, как это на самом деле работает.

Я начала практиковать это осознанно.

И стало получаться!

Теперь я хочу поделиться этим с вами.

Это просто... и сложно одновременно.

Просто — потому что механика понятная.

Сложно — потому что наш мозг забит хламом: старыми убеждениями, прошлым негативным опытом, страхами.

Разобраться во всём этом — настоящее приключение.

Но я прошла его. И теперь понимаю, что именно я делала не так все эти годы между первой и второй машиной.

В следующих главах я покажу вам:

- Почему мои попытки повторить «магию» провалились
- В чём разница между случайным попаданием в состояние обладания и осознанным применением техники

- Какие ошибки я совершала годами — и как наконец их распознала

- Как через десять лет я купила вторую машину — уже точно зная, что делаю

Потому что вторая покупка случилась.

Но путь к ней был долгим, с провалами и откатами.

И именно этот путь — самое ценное, что я могу вам показать.

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.