

ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ

Для кого эта книга

- ▣ **Если** вы, наконец-то, поняли, что источником жизненных и психологических проблем являетесь вы сами как таковой, то есть все то, что называется личностью, вся та куча дерьма в вашей голове, которая именуется убеждениями, верованиями, комплексами, обидами, психологическими травмами, глюками, страхами, прошлым, ожидаемым будущим, так называемым «жизненным опытом».
- ▣ **Если** понимаете, что альтернативы тому, чтобы отправить все это «хозяйство» на помойку, просто нет (если, конечно, вы хотите жить, а не спать дальше в зомбятнике).
- ▣ **Если** слова «осознанность» и «свобода от автоматизма» для вас не пустой звук, и желание этих самых «осознанности» и «свободы» жжет вас изнутри неугасимым огнем.
- ▣ **Если** понимаете, что «свобода» — категория внутренняя, и никакие внешние блага не сделают вас свободным.
- ▣ **Если** вы хотите получать наконец какие-то конкретные результаты, и почувствовать, что эта самая свобода — от дерьма в своей голове, от двойственности, от страхов, глюков и комплексов, от ярлыков, наклеиваемых умом на все вокруг, от чужих убеждений и верований, которых вы нахватались за свою жизнь при общении с другими зомби и в результате программирования вас социумом.

- ▣ **Если** вы хотите начать наконец-то жить «здесь и сейчас», а не гоняться за какой-то мифической «жизнью потом» («вот получу должность старшего менеджера, тогда и заживу по-человечески»).
- ▣ **Если** вам уже надоело трахать свой мозг, поглощая тонны шизотерической литературы по «саморазвитию» и «самосовершенствованию», посещая семинары и жуя бесконечные сопли на форумах и в ЖЖ.
- ▣ **Если** вы готовы работать, и понимаете, что хлявы нет и не будет.
- ▣ **Если** вы готовы пройти через все свое дерьмо, столкнуться лицом к лицу со всеми своими демонами, всем злом и всей жутью, которая есть в вас и в вашем прошлом, даже несмотря на любую боль и страдания, которые вы, может быть, при этом почувствуете.
- ▣ **Если** вы понимаете, что никакой «гуру-шмуру» или «учитель» не сможет дать вам ровным счетом ничего для вашей свободы, кроме хорошего пинка под зад, чтобы вы, наконец-то, оторвали свою ленивую задницу от стула и начали что-то делать, а не трепаться.
- ▣ **Но** при этом вы не хотите тратить годы на практики, медитации и чтение всякой фигни — тогда, возможно, вас заинтересуют техники, описанные в этой книге.

Если же вы думаете, что кто-то еще, кроме лично вас, ответственен за все происходящее с вами, или вы не хотите и не готовы работать, или ваши драгоценные сопли и трагедии (ой-ой-ой!) дороги вам, или



вы хотите, чтобы за вас кто-то другой что-то сделал — наложил вам руки на лоб и вылечил, или дал волшебную таблетку, которая бы решила вашу проблему, или взял вас под локоть и провел нежно через все невзгоды к счастливому, свободному «завтра», если вы не хотите или боитесь разбирать тонны своего дерьма, накопленного в голове за все эти годы, если боитесь страданий, боли и депрессий — тогда закройте книгу, потому что вы просто зря потратите свое время, читая ее.

Так же лучше поступить тем, у кого нет своих мозгов в голове и кто собирается бежать на любимый шизотерический форум, чтобы просить любимых «форумных гуру», раздувающихся, как жабы, от ощущения собственной значимости и мудрости, «посоветовать, стоит ли заниматься этой техникой». Не стоит, говорю вам сразу. Даже не начинайте — **если нет своих мозгов и ответственности в количестве достаточном, чтобы самостоятельно принять решение, — значит, это не для вас.**

Короче говоря, эта книга для тех, кто хочет, готов и будет меняться, а не трепаться и бесконечно перетирать ментальную жвачку на форумах в Интернете. Для тех, кто будет работать, а не скулить, ныть, жевать свои сопли или жаловаться на несправедливости вселенной и злых людей или плохие техники, которые «не работают». То есть книга для практиков — обычных ребят и девчонок, тетя и дядя, дедушек и бабушек («лучше поздно, чем никогда»), которые решили взять свои «мозги» **в свои руки** и начать менять себя.

В задачи этой книги не входит создание новой секты, группы или церкви, так же как не планируется в

дальнейшем организация семинаров, подготовка каких-то учителей, тренеров и т. д. Я никакой не учитель и не тренер, я обычный человек. Просто я чиню свои «мозги», потому что хочу жить полной жизнью. Я не мечтаю спасти мир, осчастливить все человечество или помочь «страждущим» — мне это вообще не интересно. Но я знаю, что есть некоторое количество людей, нуждающихся в инструментариименно такого типа, с помощью которого я работаю. Поэтому я написал эту книгу — компиляцию знаний и **конкретного практического опыта**, которые я получил в процессе работы над «починкой своей головы», а также знаний и опыта людей, работавших вместе со мной. Короче, перед собой вы видите не какой-то там Путь к какому-то там Счастью, а просто инструмент для работы — причем, что принципиально, **работы самостоятельной**. Это — ключевой момент, речь идет **об индивидуальной, самостоятельной работе** с собой, без учителей, наставников, гуру, свами, руководителей и т. п.

Я уверен, что каждый человек, который реально хочет починить себе «мозги» и готов к этому (то есть не просто треплется о том, что было бы, в принципе, неплохо сделать то да се, и периодически пробует в течение пары минут вычитанные на очередном сайте техники, **а реально готов работать и меняться, и понимает, что именно он делает**), может это сделать **сам**. Полностью самостоятельно, в меру быстро, и путем не слишком обременительных процедур (хотя некоторые проблемы могут быть сложными для решения в одиночку, но невозможно-



го ничего нет). Эти процедуры предельно конкретно будут описаны в этой книге.

Я не обещаю легких решений. В меру быстрые изменения — да, возможно и даже вероятно. Но халявы не будет точно. Работать вам придется, и платить за скорость изменений вам тоже придется. В чем будет состоять плата — узнаете позже в разделе о «маятниках». Если вы готовы к конкретной работе и, возможно, определенным трудностям, боли, страданиям и разочарованиям — читайте дальше. Бойтесь трудностей, или ищите халявы, или еще одной теории, или «прослушанного семинара с дипломом об окончании», чтобы еще больше забить свой «чердак» мусором — идите на фиг. В этой книге практически все — сплошная практика, а что касается теорий — за этим, пожалуйста, на любой форум.

И еще. Менять свою жизнь или нет — ваше личное дело, и мне совершенно наплевать, будете вы и дальше сидеть в заднице, или вылезете из нее. Я не собираюсь никого ни в чем убеждать или уговаривать. Я не собираюсь ни с кем и ни о чем спорить, доказывать правоту того, что я делаю, или эффективность предлагаемых методик. Либо берете и делаете, либо нет. Вот такая моя незамысловатая философия. Недовольные, несогласные, возмущенные в своей священной неприкасаемой правоте — идут напрямиком на фиг.

Я не утверждаю, что данная система является самой эффективной, лучшей, и т. п. Не бывает техник «лучших» или «самых эффективных» в отрыве от конкретного человека. Поэтому данная система — просто один из множества доступных сейчас инструментов, который может быть очень эффективным **для определенной категории людей**, готовых к работе с его помощью.

Если вы относитесь к этой категории и если получите от такой работы результаты — прекрасно. Ну а что касается всех остальных — ну что же, пусть ищут что-то свое... Или не ищут — это уже их личное дело.

Техники **не будут** результативными для решения одной или двух проблем. Они нацелены на кумулятивный трансформирующий эффект от постепенной обработки очень больших массивов разнообразного ментального материала, а не на результат единичных процессов. Система Турбо-Суслик предназначена для получения **свободы**, а не для решения парочки личностных проблемок. Если вас интересует просто возможность «избавиться от пары глюков», воспользуйтесь техникой BSFF*, или обратитесь к любому процессору ПЭАТ, и он поможет вам сделать это быстро и эффективно (в большинстве случаев).

Ну и напоследок. Замечено, что техники эти лучше всего работают у тех, кому уже некуда деваться. То есть если вас реально «приперло» так, что выбор — либо в петлю, либо **полностью** измениться, но при этом не хочется отдаваться на растерзание каких-нибудь долбанных сектантов, «переполненных любовью и светом», сумасшедших шизотериков, и прочих проповедников «Всеобщего Счастья», вот тогда вы получите серьезные результаты, и никакие побочные явления и временные страдания вас не смутят.

* BSFF (Be Set Free Fast) — практическое руководство по решению психологических проблем и ликвидации ненужных убеждений собственными силами. Эффективна, пока человек не имеет опыта работы с подсознанием или не может установить с ним связь. — *Примеч. ред.*





Если вы будете пахать, а не парить мозг и жевать сопли, — то получите быстрые и серьезные изменения.

Те же, кто «вроде бы хочет измениться», или там «думает, что надо бы ему заняться каким-то там самосовершенствованием», или считает, что «неплохо бы что-то с собой, наконец, сделать», — просто не достигнут с этими техниками результата, так как будут сами себя тормозить. Потому что на самом деле они ничего не хотят, а так, от скуки мастурбируют себе мозг. Так что если вы действительно отчаялись — не спешите травиться или вешаться, дайте себе 3–4 месяца, возьмитесь за работу, и вы, возможно, не прогадаете. Но, прежде чем принимать решение, прочитайте эту книгу до конца.

ОБ АВТОРЕ И ИСТОРИИ СОЗДАНИЯ СИСТЕМЫ

Тут по традиции полагалось бы рассказать о том, какой я крутой и как уже 20 лет совершенствую свои уникальные разработки, и что я получил «Прямую передачу» от Свами Доупаду во время моей поездки на сатсанг в его ашрам в Индии. Что последние 30 лет

занимаюсь самосовершенствованием, и посетил сотни семинаров ведущих экспертов, получил десятки дипломов и сертификатов, имею практику 1000 часов в качестве какого-нибудь офигенного «процессора» и являюсь членом международных организаций и автором 43 книг, переведенных на 82 языка. Чтобы, типа, вы не читали все, что я напишу дальше, с сомнением и недоверием, а сразу поняли, что я — реальный, крутой перец, член-корреспондент и т. д., а поэтому все, что я пишу — это круто уже просто потому, что **Я** это написал.

Но я решил отступить от этого благородного правила и сказать правду.

Меня зовут Дмитрий Леушкин, и живу я в данное время в Питере. Мне 42 года, я женат (счастливо). Я — обычный человек, ну практически «с улицы». Не психолог (слава богу), не психиатр, «университетов не начал» — у меня даже нет высшего образования. Просто однажды я понял, что я должен починить свои «мозги», потому что дальше так жить было нереально — дорога шла под откос, и направление ее было вполне однозначным — в сторону полной задницы и, возможно, физического уничтожения.

Прикол в том, что вопросами «личностного развития», «духовности» и прочими такого рода «штучками» я действительно интересовался, и с некоторой долей упорства занимался ими последние 20 лет, если не больше. Сейчас я вижу, что это была просто пустая трата времени — все сводилось к примитивной и тупой мастурбации ума. Чтение сотен книг, прослушивание гигабайтов аудио, бесконечный треп на форумах и в блогах с такими же бедолагами-мастурбаторами, как



и я, посещение семинаров — не дало вообще НИЧЕГО для конкретного решения проблем, кроме очередной порции ментального бреда и пачки каких-нибудь концепций. Я вроде бы становился все начитаннее, и начитаннее, «знал» (так мне казалось) все больше, а толку было — практически ноль. И ускорившееся приближение тотальной жопы как бы говорило — чувак, ты занимаешься не тем.

Первым шагом на пути к выздоровлению (по крайней мере, частичному) было признание того, что надо чинить «мозги». Что именно я, и никто другой, довел себя до жопы, и что именно я себе ее создал, а раз так — то именно я могу себя вытащить из нее. **Никто** не виноват в том, что со мной происходит, кроме меня (да и само по себе слово «вина» неприменимо в принципе — есть такое понятие как «личная ответственность»). И что единственным способом что-то сделать с жопой является расчистка дерьма в моих «мозгах», которое и создало эту самую жопу в моей жизни.

Дальше последовал поиск эффективных инструментов для работы и применение найденных инструментов. Сначала обнаружили разные «штучки» для «перепрограммирования» себя. Гипноз и самогипноз, «аффирмации» и «пропитывание себя любовью», генераторы бинауральных биений, различные техники — не давали практически никакого результата в долгосрочной перспективе. Потом я понял, что бесполезно пытаться покрасить свеженькой краской старые стены, так как краска раньше или позже облупится, и из-под нее выглянет «во всей красе» старый ужас. Так я пришел к концепции депрограммирования, то есть удаления мусора из ума, вместо попыток маскировки,

переделки или перекрашивания этого мусора. Только работа с техниками депрограммирования принесла наконец долгожданный, серьезный, ощутимый результат.

Первым моим положительным опытом была техника EFT (Emotional Freedom Technique) авторства Гари Крейга из США. Хорошая штучка, но муторная — впрочем, для людей, которые не готовы к полной перестройке себя, она может быть полезной. Именно с EFT я начал ковырять первые залежи дерьма в прошлом, так как интуитивно понимал, что без решения прошлых проблем нормального настоящего мне не видеть. Результаты, безусловно, были, но работа была довольно медленной и муторной (и болезненной — попробуйте себя постучать пальцами по разным точкам на теле часа 4 подряд, посмотрю на вас).

Я возжелал получить что-то более простое и эффективное — и «чудесным образом» в мои цепкие руки попался BSFF — методика для прямой работы с подсознанием авторства Ларри Нимса из США. Я начал упорно заниматься BSFF, проработал немалую кучу дерьма в голове (попутно поняв, что мои первоначальные идеи о количестве этого продукта у стандартного гомо сапиенса оказались чрезвычайно заниженными), и на основании собственного опыта и опыта других людей написал книгу про BSFF. С тех пор она расходится по всему Рунету, и даже издана в «бумажном варианте». Вполне возможно, вы ее даже читали.

BSFF была существенно быстрее и проще чем EFT, и делала определенную работу, но уж очень муторно было копать в сотнях проблем, часть из которых, к тому же, очень упорно не хотели решаться. Снова был поиск, и снова ко мне «чудесным образом» попала



информация о системе гениального сербского психолога и настоящего Мастера Живорада Славинского. Так же чудесным образом я попал на семинар Славинского в Киеве, где научился «этим штучкам». Начал применять его систему прежде всего к себе самому, и работа пошла существенно быстрее. Качество жизни начало меняться довольно ощутимо. Процессы Славинского, наверное, являются одними из самых мощных из имеющих на сегодняшний день техник для работы с отдельными проблемами. Единственное, что меня не устраивало в них, это скорость.

Видите ли, я — достаточно ленивый человек. Трезво понимая, что для реальной свободы надо проработать не просто сотню проблем, а полностью перестроить личность, я, тем не менее, не был готов к тому, чтобы проводить многие годы в «работе над собой». Потому что, блин, работа работой, а жить-то когда? Хочется-то всего и сразу, и без хлеба. Мне бы хотелось чего-то такого, что бы позволяло достичь результатов в течение недель и месяцев. Ну ладно, 3–5–8–12 месяцев я могу посвятить ежедневной работе по часу, но сидеть годами и ковыряться в иллюзорных проблемах часами напролет — этого добра я наелся еще с BSFF.

Ну и естественно, мое желание найти что-то в равной степени эффективное, но только чтобы «проще и быстрее», опять было вознаграждено. Мой хороший знакомый Олег Журавский, умнейший парень, который тоже очень много в это время работал с собой по техникам Славинского, высказал гениальное в своей простоте предположение. Как в BSFF, так и в **лю-бых** других психотехниках реальную работу проводит в любом случае подсознание, а если так — то нам и

карты в руки, ведь мы можем все это дело оптимизировать и автоматизировать.

Вдохновленный этим предположением, своим знанием BSFF, идеями Славинского, а также кучей известных мне к этому времени техник и методик, я занялся разработкой новой системы. Последовало несколько месяцев доводок, усовершенствований, и, естественно, испытаний на «кроликах», и, прежде всего, на себе самом. Вот тут-то и начались реальные, быстрые, мощные изменения в течение буквально недель — причем иногда от глубины и скорости становилось не по себе. Состояния, озарения, изменения мелькали, как пейзаж за окном поезда. Сбылась «мечта идиота»!

Результат этого всего сконденсировался в виде вот этой вот книги, которую вы сейчас читаете. Дальше все зависит от вас — брать технику, работать и получать результаты, или страдать, жевать сопли и жаловаться на жизнь дальше. Я описываю инструмент, **проверенный на личном опыте**, с огромным потенциалом развития, а уж применять его или нет — решать вам, ведь ваша жизнь — полностью в ваших руках. Решайте сами.

