



ПРАКТИКА — ФАЗА 1

Первая фаза рассчитана примерно на один месяц самостоятельной работы, и ее задача — заложить некий фундамент для дальнейшего успешного продвижения с использованием более скорострельных, автоматических техник. В данной фазе закладывается устойчивая основа для дальнейшего уменьшения субъективного разделения окружающего мира, дуальности и оценочности восприятия, увеличению эмоциональной сбалансированности и последующей работе с прошлым.

На данном этапе работа ведется в трех направлениях (все они обязательны и должны быть охвачены для успешного продвижения потом). Это работа с полярностями (нейтрализация полярностей по списку, а также всех своих личных полярностей), работа с эмоциональной шкалой (начало достижения состояния эмоциональной сбалансированности и нейтральности) и базовые расчистки прошлого при помощи вашего первого робота-автомата.

Опционально, если организм выдерживает нагрузки, можно понемногу начинать обрабатывать вручную какие-то из ваших существующих проблем, так сказать, для получения опыта и отработки навыков. Впрочем, этот шаг в Фазе 1 необязателен и может быть

опущен, если нет желания углубляться в проблемы на этом этапе.

В следующих главах будут подробно рассмотрены все три обязательных направления работы на следующий месяц.

О необычном способе загрузки обработчиков

Следует сразу же сделать небольшое, но очень важное отступление. Описываемая в данной книге техника отличается несколько непривычным подходом в плане способа «загрузки» обработчиков в ваше подсознание. А именно: читатели не получают на руки самих обработчиков (базовых модулей, выполняющих низкоуровневую обработку ментального материала, как пример — описанные далее в книге модули «Слив» и «Обработай это»). Они получают инструкцию для подсознания, в которой дается только **«ссылка»** на обработчик. Сам же обработчик находится у меня в подсознании, и подсознание читателя просто «берет» оттуда уже всю конкретику (получается своего рода архитектура «клиент-сервер»)*. На сознательном уровне клиент ничего не узнает, так что подробности работы механизмов остаются у меня.

Причин такого решения несколько — тут и «защита ноу-хау», и сложность системы как таковой — ведь главный обработчик состоит, как будет написано далее в соответствующей главе, из 7 разных модулей, каждый по несколько страниц текста со своими собственными инструкциями для подсознания. Все это

* «Клиент-сервер» (*англ.* Client-server) — сетевая архитектура, в которой устройства являются либо клиентами, либо серверами. Клиентом (front end) является запрашивающая машина (обычно ПК), сервером (back end) — машина, которая отвечает на запрос. — *Примеч. ред.*

вместе составляет эффективную в работе и простую в применении, но сложную в конструкции систему. Я не вижу смысла выдавать ее читателю в полном виде, а моя практика работы с людьми по этой системе показала, что это и не нужно — работа в варианте «клиент-сервер» не менее эффективна и существенно более проста.

Кроме того, таким вот образом обеспечивается автоматический апдейт обработчиков с появлением более продвинутых версий (что происходит довольно регулярно — но не из-за «сырости» самого «софта», а из-за обнаружения еще более мощных техник, еще более простых способов и т. п.). Следовательно, вам не надо париться с постоянным обновлением своего «софта» (отслеживанием версий, зачитыванием новых инсталляторов) — все это происходит само, автоматически.

Что касается самого нетрадиционного метода «загрузки софта» — тут придется немного углубиться в историю. Когда я еще только начинал заниматься BSFF, то прочитал в рассылке Ларри Нимса интересные вещи. Там писали, что многие психологи, работающие с BSFF со своими клиентами, заметили: совершенно необязательно давать клиенту читать лист с инструкциями для подсознания. Так вот, сам автор BSFF Ларри Нимс, клинический психотерапевт с огромным стажем (профи и далеко не мальчик), неоднократно демонстрировал на публике такой трюк — он махал доли секунды распечаткой перед клиентом, и оказывалось, что подсознание клиента усваивало инструкции полностью! Дело не в скоротечности, там были многостраничные распечатки. Дело в том, что подсознание на самом деле это усваивало. Проверяли — всегда 100%-й результат (проверка велась с помощью так называемого «мускульного тестирования», или «кинестезии», ну и, кроме того, результат применения сам по себе уже однозначно свидетельствовал об усвоении).

Дальше — больше! Кто-то из докторов рассказал, что просто брал клиента за руку и говорил «мое подсознание сейчас передаст твоему подсознанию все инструкции». Срабатывало это на все 100%. Или еще интереснее — доктор говорил: «А сейчас твое подсознание получит инструкции, которые находятся на распечатке, которую я забыл дома в ящике моего стола». Опять-таки, тесты показывали 100%-е усвоение.

Наконец, я начал сам тестировать эту систему и убедился, что так оно и есть — подсознание клиента реально получает все необходимые данные для работы просто путем «прямой передачи» из моего подсознания (это было еще с BSFF). Позже, уже после начала применения систем Славинского, я понял, в чем тут фишка. Все мы на самом деле — Одно, то есть вселенная едина, а разобщенность есть иллюзия. А раз так, что удивительного в том, что информация может быть передана между двумя частями Единого?

В принципе, такого рода технологии не новы для многих «адептов» разных шизотерических направлений, использующих «ньюэйджевские» штучки. Тут и «открытие канала», и «инициация», и «подключение», и «прямая передача». Так что можно считать мои инструкции для подсознания некой «инициацией» и «прямой передачей» «прямиком из моего подсознания в ваше подсознание». Поэтому не удивляйтесь, когда будете читать инструкции для инсталляции обработчиков — я сознательно и специально выбрал именно такой способ.

Несколько слов о формулировке. Как я уже писал ранее, в инструкциях для подсознания используются слова «наше», «мы» и т. д., вместо «я» и «мое». Это не опечатки и не ошибки. Каждый «обычный человек» раздроблен и фрагментирован в очень большой степени. Нет целостного «Я», зато есть целая куча разнообразных «частей подсознания», «субличностей», «аспектов личности» и прочих частей. Когда в инструкции для

подсознания употребляется формулировка типа «мы», имеется в виду именно это — совокупность всего этого хозяйства в целом. Таким образом, мы говорим подсознанию, что оно должно обрабатывать все части, субличности, аспекты и т. п., в том числе и диссоциированные или фрагментированные.

Обработка полярностей

Как уже говорилось, нейтрализации полярностей в описываемой системе придается очень большое значение. Происходит постепенное смещение восприятия жизни и окружающего мира от оценочного и поляризованного к безоценочному и недualьному. В долгосрочной перспективе это влияет не только на чисто «философское восприятие жизни», но и устраняет некоторое количество психологических проблем и автоматических моделей реагирования, являющихся причиной именно поляризации и разделения. Причем неожиданно могут исчезать какие-то автоматические модели поведения, которые мы, кажется, и не обрабатывали с помощью техник, но по мере нейтрализации каких-то полярностей эти модели могут становиться неактуальными и отваливаться совершенно самостоятельно. Это весьма занятный процесс, и практикующему рекомендуется проявлять внимательность и следить за изменениями своего восприятия и поведения.

Сначала я хотел бы рассмотреть теорию, стоящую за самим процессом нейтрализации. В мире существует достаточно большое количество разных техник, которые, как утверждают их авторы, служат нейтрализации полярностей. В большинстве случаев, однако, нейтрализация не перманентна, то есть после первоначального периода, когда единство только что нейтрализованных полярностей ощущается, они опять «разбегаются». Причина в том, что очень немногие техники

озабочиваются устранением **ментального «заряда»** между полярностями, большинство из них просто пытаются соединить их чисто «механически».

Следует отметить одну принципиальную вещь. Полярности разделены только у нас в уме и больше нигде. В природе нет абсолютно никакого разделения, нет конфликта. А разделение в уме существует лишь из-за наличия некоего ментального «заряда», который и держит полярности порознь. Таким образом, залогом перманентной нейтрализации полярностей является именно устранение «заряда» между ними. Стоит это сделать — и полярности слипнутся сами, без нашего участия. Почему? Да потому, что в реальности они **уже** едины, а разделение — иллюзия, существующая в уме. Это можно проиллюстрировать на примере двух магнитов, поставленных противоположными полюсами друг к другу. Магниты притягиваются и стремятся соединиться, но если мы поместим между ними «заряд» — например, спичечный коробок, то они останутся разделенными. Стоит устранить «заряд» — и магниты сами «слипнутся», потому что это их натуральное свойство. Так же и любые полярности — стоит убрать существующий между ними ментальный «заряд», и они «слипаются» автоматически, безо всякого усилия с нашей стороны.

Именно так действуют рабочие техники, дающие перманентный результат, в отличие от «халтуры» с механическим соединением или перемешиванием полярностей. Одной из лучших техник для работы с полярностями является ГП-4 Живорада Славинского. Это действительно эффективная техника, позволяющая устранить существующий в полярной паре «заряд» (тот самый ментальный «заряд», который разделяет полярности) быстро (в течение 5–10 минут) и эффективно. Результатом применения является не просто понимание, что данная пара полярностей всегда была на самом деле неразделима, едина, но и переход этого на уровень ощущений, а именно там нейтрализация начи-

нает влиять на нашу жизнь и поведение. У ГП-4 есть масса плюсов, один из которых — мгновенный результат. Мы реально сразу же ощущаем слияние полярностей после того, как оно достигнуто, что дает иногда совершенно незабываемые эффекты и мощнейшие инсайты. Но есть и пара небольших «минусов»: затруднительно «слить» больше 5–8 полярностей подряд, просто потому, что достигнутое позитивное самочувствие не способствует дальнейшей работе. Человеку и так «хорошо», и сливать что-то там еще ему просто «влом». Кроме того, процесс происходит с закрытыми глазами, требует определенной концентрации, что ограничивает его применение в ситуациях, где работать таким образом невозможно.

Предлагаемые в этой книге техники (а конкретно, обработчик «Слив» для нейтрализации полярностей) базируются на подходе, присущем техникам Славинского. Принцип их действия заключается в **устранении «заряда» между полярностями**. Происходит их самостоятельное сливание, но процесс уводится в подсознание, которое само в автоматическом фоновом режиме занимается поиском и устранением этого самого «заряда» до тех пор, пока полярности не будут нейтрализованы. Плюсы такого подхода — удобство пользования и возможность работать практически везде, даже за рулем автомобиля, так как концентрация не требуется. К тому же мы можем «загрузить» подсознание работой в гораздо большей степени, чем это было бы возможно при «очном» подходе к нейтрализации полярностей, то есть, утрируя, «засунуть» в подсознание целый список полярностей на нейтрализацию и спокойно пойти спать, зная, что оно само справится с работой. Минусом является отсутствие мгновенного результата — нет ярких состояний и озарений, нет удивительных инсайтов, потому что подсознанию требуется какое-то время на проработку полярностей и на дальнейшую интеграцию изменений.

Как видите, каждая техника имеет свои плюсы и минусы, и стоит просто ответить себе на вопрос — чего именно я хочу добиться с помощью работы. Лично мне интересен не процесс работы сам по себе, а полученные в результате изменения моей жизни и мироощущения. Поэтому я сознательно отказываюсь от ярких ощущений «очной работы» в пользу автоматики и легкости применения «подсознательного подхода». Собственно, на этом строится вся данная система.

Итак, перейдем к описанию того, что же делает подсознание, когда оно занимается нейтрализацией полярностей по нашему приказу.

Во-первых, подсознание находит и устраняет весь «заряд», который у нас в уме разделяет полярности. Прямым результатом этого является их «слияние» — та самая нейтрализация. Однако процесс на этом не заканчивается. Следующим, что делает подсознание, является процесс проверки на «экологичность» — то есть на отсутствие внутреннего сопротивления этому самому произошедшему слиянию. Поскольку, если такое сопротивление имеется, в дальнейшем может возникнуть внутренний конфликт, а внутренние конфликты нам не нужны — нам хватает и тех, что у нас уже есть. Подсознание обрабатывает это самое сопротивление, опять-таки используя методику устранения «заряда» между полярностями, но на этот раз в качестве полярностей выступают «ощущение, что полярности, с которыми мы работали, слились» и «сопротивление слиянию». Устраняя «заряд» между ними, подсознание устраняет сопротивление и внутренний конфликт. Затем подсознание делает следующий важный шаг — проверяет, существует ли у нас опасение, что полярности опять «разольются» в будущем. И если такое опасение имеется, подсознание обрабатывает и его тоже, вышеописанным способом, до момента исчезновения этого опасения.

После таких манипуляций нейтрализация уже практически полная и перманентная, но для полноты кар-

тины применяется еще проверка на наличие сопротивления со стороны других людей. Например — мы только что слили полярность «любовь и ненависть». Если задать себе вопрос: «А есть ли люди или существа, которые могут быть против этого, и блокировать эту нейтрализацию?», мы можем вдруг понять, что наша мама или бабушка была бы сильно против по какой-то причине. Естественно, маме или бабушке может быть абсолютно по барабану наша нейтрализация каких-то там полярностей, но у нас в уме имеется «модель» или «проекция» мамы, и вот этой проекции не все равно. Сопротивление данной проекции следует обработать — применить так называемый круговой процессинг, описываемый дальше в соответствующей главе. Вкратце на данный момент можно сказать, что мы идентифицируемся с мамой и проводим процессинг от ее лица, обрабатывая ее сопротивление тому, что мы «слили» какие-то там полярности. После этого, если больше нет никаких возражений со стороны других частей нашей личности, можно считать работу завершенной, а нейтрализацию перманентной.

Вот вся эта куча действий происходит в подсознании полностью автоматически и в фоновом режиме, когда мы обращаем наше внимание на пару полярностей и употребляем слово «Слив». Это слово и запускает весь вышеописанный процесс. Запустив процесс, мы можем пойти заниматься своими делами, пить чай или, например, спать, а подсознание будет автоматически делать все то, что я описал выше. С течением времени (от минут до дней) полярность будет полностью нейтрализована, а изменения интегрированы.

Естественно, мы можем при желании проверить, а произошла ли нейтрализация на самом деле, или мы себе только мозги компостировали. Узнать очень просто — через неделю-полторы можно взять обработанную полярность и попробовать нейтрализовать ее с помощью процесса ГП-4. Сделать этого не получит-

ся — мы обнаружим, что полярность уже нейтрализована. Вначале я уделял проверке много внимания, но довольно быстро понял, что нет смысла тратить на нее время — нейтрализация происходит гарантированно, если не через 3 дня, то через неделю или полторы (в зависимости от того, насколько сильно обрабатываемая полярность укоренена в нашем подсознании и насколько она влияет на нашу жизнь). Так что можно не париться по этому поводу, а просто скармливать подсознанию полярности пачками и наблюдать за постепенными изменениями.

Сам обработчик «Слив» приводится в следующей главе. Его надо зачитать один раз вслух или про себя, после чего он будет перманентно инсталлирован. Кроме самой процедуры «сливания» полярностей, в обработчик также включены механизмы автообновления (на случай, если вдруг появится усовершенствованная версия), а также механизм блокировки на случай, если какой-то нечестный пользователь попытается «взламывать» механизмы системы Турбо-Суслик, вредить ей или нарушать авторские права. В этом случае все обработчики автоматически и сразу же заблокируются, и вся работа для данного гражданина будет навсегда окончена. Естественно, что нормальный, адекватный человек ничем таким заниматься не будет, но среди шизотериков всегда можно встретить парочку долбануток (достаточно зайти на любой форум)... Вот для таких граждан я и построил в систему защиту, которую невозможно обойти или взломать, так как подсознание клиента само следит за тем, чтобы он «чего этакое не выкинул», а обмануть себя невозможно.

Список полярностей для проработки также приводится в одной из следующих глав. Работать с полярностями вообще следует до момента достижения состояния, когда любая ранее не встречавшаяся пара полярностей при одном взгляде на нее будет уже единой (то есть когда любая полярность, даже та, с которой

мы раньше никогда не работали, будет уже нейтрализованной). При этом придет понимание, что полярностей на самом деле не существует — это просто иллюзии, ментальные конструкты, так же как и их разделение. После этого работой с полярностями по разным спискам можно не заморачиваться и оставить «слив» для более практических задач, описанных в одной из последующих глав.

Обработчик «Слив»

Эту инструкцию вам надо зачитать вслух или про себя всего один раз, от слов «инструкция для подсознания» и до слов «конец инструкции» включительно, после чего подсознание примет ее как руководство к действию. Перечитывать ее, «освежать» и т. д. не надо, подсознание воспринимает все сразу, и запоминает навсегда. Чисто технические подробности применения — в следующей главе.

Инструкция для подсознания

Начало инструкции.

Эта инструкция для тебя, НАШЕ подсознание. Эта инструкция устанавливает протокол обработки полярностей **«Слив»**. Начиная с этого момента, все ранее выданные инструкции, касающиеся протокола **«Слив»** в его более ранних модификациях, прошу считать недействительными, и всю работу по протоколу **«Слив»** вести только по этой версии инструкции. Если какие-либо полярности в настоящее время находятся в обработке по более старой версии протокола, прошу перевести их на обработку по новой версии протокола, начиная с этого момента.

Как только мы обратим внимание на полярности, которые захотим нейтрализовать при помощи этого протокола, мы произнесем вслух или подумаем специальное ключевое слово (**«Слив»**), и ты будешь проводить полностью автономную и автоматическую обработку в фоновом режиме этой пары полярностей до их полной нейтрализации при помощи процедуры **«Слив»** авторства Дмитрия Леуш-

кина. При необходимости ты свяжешься с подсознанием Дмитрия Леушкина и получишь от него самую последнюю версию этой процедуры.

Один раз в месяц в случайно выбранное время ты будешь связываться с подсознанием Дмитрия Леушкина и проверять, не появилась ли более новая версия данной инструкции. В случае если она появилась, ты автоматически обновишь имеющуюся у тебя версию на более новую, получив ее у подсознания Дмитрия Леушкина.

Запуск механизма обработки, после произнесения соответствующего определенного выше ключевого слова, ты будешь сигнализировать при помощи зевания НАШЕ-ГО организма.

НАШЕ подсознание, ты всегда будешь делать все то, что МЫ описали в этой инструкции, начиная с этого момента, вне зависимости от того, в каком состоянии, в каких обстоятельствах, в какой ситуации или в каком ментальном или эмоциональном состоянии МЫ находимся, или какие полярности с помощью этого протокола МЫ хотим нейтрализовать. И МЫ благодарим тебя и глубоко признательны тебе и уважаем тебя за то, что ты всегда остаешься НАШИМ верным слугой.

Конец инструкции.

Как нейтрализовать полярности

Небольшая глава, посвященная чисто техническим аспектам работы с полярностями. Нейтрализация полярностей с помощью обработчика «Слив» выглядит чрезвычайно просто. Берете любую полярность из списка, пусть это будет для примера пара «любовь — ненависть». Произносите (вслух или про себя — неважно) «любовь», потом «ненависть», и потом слово «слив». Повторяете «любовь — ненависть — слив» до наступления зевания или до 10 раз, после чего переходите к следующей полярности или идете заниматься своими делами.

Чрезвычайно полезным является в самом начале работы с данной парой полярностей стараться **почувствовать** полярности, а не просто механически «мо-

лотить» их. То есть в данном конкретном случае вам стоило бы постараться почувствовать любовь как таковую (что такое для вас любовь? Какие эмоции вызывает это понятие? Какие мысли или, быть может, ощущения в теле?), потом почувствовать ненависть (что такое для вас ненависть? Какие эмоции, мысли и ощущения вызывает это понятие?) и только затем говорить слово «слив». Это не является абсолютным требованием, так как подсознание в любом случае нейтрализует пару, даже если вы будете тупо механически «молотить» ее. Но если удастся хотя бы немного в самом начале, первый раз, прочувствовать полярности, срок обработки и интеграции сократится, а эффективность процесса повысится. Безусловно, есть в списке полярности, которые прочувствовать будет затруднительно (в основном, это сложно-философского типа «штучки»). Так что если не получится — не переживайте слишком сильно.

Желающие позабавиться могут повторять «любовь — ненависть — слив» не до зевания или до 10 раз, а до «победного конца» — до ощущения нейтрализации. Это может занять 1–5 минут, или больше, или даже не прийти никогда — в зависимости от конкретного человека. Ощущение слияния полярностей приходит обычно либо в виде понимания, что их на самом деле не существует (обе эти полярности — просто бред, пустой ментальный конструктор, что особенно часто происходит при обработке «философских» полярностей), либо в виде ощущения, что они реально едины, или они суть одно и то же. Впрочем, как я говорил, это совершенно не обязательно, и не ускоряет интеграцию изменений, а просто служит своего рода развлечением. Через какое-то время это надоедает. Вообще, все в зависимости от того, делаем мы «слив» до реальной (то есть ощутимой прямо тут же сразу) нейтрализации, или же оставляем эту задачу на попечение подсознания, нейтрализация произойдет в любом

случае, ну не через 5 минут, так через 5 дней. Это совершенно неважно — нас в работе интересует общий кумулятивный эффект и общий результат, а не сиюминутный «кайф».

В случае работы с полярностями типа «я и что-то (или кто-то)» (например «я и моя мама»), работа ведется так же, путем повторения «я и моя мама — слив» до зевания или до 10 раз. Вопросы применения обработчика «Слив» для «сливания» себя с другими (или вообще с разными интересными штуками) будут рассмотрены в одной из следующих глав.

Справедливости ради стоит сказать, что есть еще более простой способ — автоматический «сливальщик», который приведен в приложении книги. В него можно загрузить список полярностей на проработку, и затем просто запустить процесс и идти спать или делать свои дела. Но я **настоятельно не рекомендую** им пользоваться до того, как будет проработано как минимум 2/3 списка. Ручная работа в Фазе 1 чрезвычайно важна и закладывает основу будущего успешного продвижения. Пожалуйста, не пренебрегайте ей.

Обработка проблем

Следующим обработчиком, который широко используется в системе, является модуль **«Обработай это»**. Он применяется для работы с любыми проблемами, состояниями, убеждениями, эмоциями — в общем, для работы с ментальным материалом практически всех типов. Это совершенно универсальный модуль, который в дальнейшем будет широко использоваться как для ручной обработки материала, так и для полностью автоматической обработки материала во многих протоколах-автоматах.

Смысл его применения заключается в следующем. Когда мы направляем наше внимание на какую-либо