Эго- искусственный интеллект. Как он работает. Сначала он обучается и запоминает 3 вещи

1 Что вижу

2 Что делаю

3 Какой результат выдаёт целевая функция.

Когда база знаний заполняется то искусственный интеллект начинает жить. Он оглядывается вокруг(1), смотрит в базу опыта(2), и решает какое действие ему лучше всего совершить, чтобы результат был максимальным(3).

Он как наркоман, реагирует на внешние обстоятельств таким образом что бы поддерживать значения «целевой функции» на уровне и больше ему ничего не нужно.

Эго человека работает похожим образом. Оно берёт базу опыта, сравнивает её с окружающей действительностью и решает как поступить, что бы значения целевой функции было максимальным.

Что происходит когда эго с настойчивостью продолжает достигать целей? Человек начинает жить реактивной жизнью и его программу начинает глючить. У человека появляются проблемы.

В эго не заложено такое понятие как гармония. Ему ничего не стоит заглянуть в свою базу знаний и на основании своего жизненного опыта выдать человеку две противоположные инструкции. Например сделать что то новое, или ничего не делать, для того что бы не нарушать безопасность. У человека начинает появляться напряжения между двумя идеями и это рождает негативные эмоции.

Эго игнорирует сознание человека и этим подавляет его сущность.

Если цель ЭГО выживание, то цель сознания(подсознание) — творчество.

Эго отвечает за реактивное мышление, а сознание за проактивное.

Про активность - действование и способ жизни, когда человек не реагирует на воздействие из вне, а сам оказывается автором воздействий, выбирает свои действия, запускает их по своей инциативе. Быта проактивным, это осознавать свои глубинные ценности и цели.

Если вернуться к метафоре искусственного интеллекта, то ЭГО можно сравнить с вирусом, которое попал в свободное творческое сознание и занял все ресурсы. Таким образом человек превращается в машину, под управлением искусственного интелекта.

Но ЭГО — это полезный вирус. Без Эго люди вероятно бы впали в прану и общество могло бы развалиться. ЭГО отвечает за выживание и в том его польза.

**Но до определённых границ.**

Обычно человек балансирует между ЭГО и сознанием. Но если вдруг ЭГО занимает все ресурсы — то тогда человек начинает путаться во внутренних противоречий, и вероятно уничтожает самого себя.

Если поставить ЭГО на место и ограничеть сферу его действий, то получиться просветлённый человек.

**Если докопаться до корней всех проблем, неважно с помощью какой техники, то эти проблемы рассыпаются как карточный домик и становятся бессмысленным набором слов.**

Но если это не делать, то проблемы будут поддерживать психоэмоциональный заряд. Проблемы, которые создаёт ЭГО, существуют благодаря неосознанному психоэмоциональному заряду.

ЭГО может служить отличным косултантом, советы которого сознания оценивает для целей своего творчества. Но когда ЭГО захватывает управление жизнью, подсознание заполняется эмоцианальным зарядом и у человека начинаются проблемы.

Если вы видете смысл в том чтоб уменьшить своё ЭГО и его влияние на вашу жизнь, а главное освободить ресурсы для творчества сознанию, ты вы должны выбрать технику для работы с подсознанием, которая вам больше подойдет.

Здесь будут представлены несколько техник для работы с подсознанием, можно выбрать одну, а можно работать со всеми.

 И ТАК НАЧНЁМ!

  **Техника работы с подсознанием Живорада Славниского.**

Эта техника может хорошо подойти тем, кто уже отлип от первоначальной задавленности, при помощи других методик. Тем , у кого хорошо развито образное мышление и кто может получать ответы на подсознательные.

**Плюсы техники:**

Мягкость работы

Чрезвычайно глубокое изменение

  **Основные аспекты:**

1 - Мы работаем с проблемой, как с отдельным аспектом личности. Берётся проблема целиком, без её дробления на куски.

2 -Наша проблема является нашим союзником, а не врагом.

3 -Концепция работы с целями

 Важно!

Целевая структура имеет 3 важных этапа:

1 Текущее состояния ума человека.

2 Цель, которую человек желает достигнуть.

3 Эмоциональное напряжение, которое человек чувствует, пока не достиг своих целей.

**АСПЕКТИКА: это чрезвычайно мощный процесс, который при его проявлении и регулярном проявлении способен привести к полной трансформации личности.**

АСПЕКТ: -Точка зрения с которой рассматривается какие либо предметы или ситуации.

Психологическая реверсия — это когда энергетическая система меняет свою полярность, что случается по мимо нашего сознания.

Пример:

Человек очень сильно хочет сбросить вес, на часто бывают неосознанные препятствие такие как « Если я сброшу вес, то всё равно я его опять наберу, а смена гардероба будет стоить денег».

Что вызывает психологическую реверсию? Это негативные мысли и страх. Даже у самых позитивных людей проскальзывает подсознательно оправдывающие себя мысли или внутренний страх.

Когда цель реализована, целевая структура рассеивается и исчезает. Появляется удовлетворение, в течении небольшого промежутка времени. После этого появляется чувства пустоты и (безцелия). Но потом умственная суть человека получает новую цели всё начинается по новой.

**И так происходит движение в верх к более и более высоким целям.**

В технике цепи, которой является основой процесса **аспектика**, мы движемся в верх по цепи все более и более высокой цели пока не достигните высшей цели.

Наши аспекты( нежелательное состояние и т. д.) обычно имеют первую цель негативную, так как они не способны видеть достаточно далеко. Однако если мы дадим им возможность реализовать их первую цель, затем вторую и т.д, то наши **аспкты** придут к высшим целям.

Наша аспектика обычно достигает пустоты после 5-7 целей, на цепи целей.

  **Реализация целей в нашем сознании.**

Имеются 2 способа, которыми человек может реализовать свои цели — это в реальности и в своём собственном сознании. Именно в собственном сознании и нужно реализовывать цели для аспекта.

В аспктике мы проходим через цеп реализованных целей и таким образом, делаем возможность ускорить свою революцию, достигнуть высшего за 20- 30 минут , вместо 10-15 лет.

Самая высшая цель которую можно достигнуть- это статика(пустота). Если мы пытаемся достигнуть этого сразу, то это будет для вашего подсознания как более низкая цель, и мы можем завязнуть в это цели на всегда.

Но нашим путём в аспектикевы будете испытывать все это, полным психоэмоциональным принятием. Как только вы сделаете это, то цель исчезнет из вашего подсознания, а также исчезнет целевая структура. У вас будет словно конец игры. Тогда мы уже сможем просматривать и достигать наиболее высокие цели в цепи целей.

Таким образом аспкты при достижении пустоты, как высшей цели, просто интегрируется с вашей основной личностью и перестаёт действовать, то есть мы начинаем получать решение исходной проблемы.

 **Динамическая пустота**

 **1.** Выберите аспект с которым вы будете работать. Проявление которого вы желаете изменить( нежелательное поведение, недостатки, телесные расстройство,и т. д.)

Пример:

Нетерпимость к чему либо, гнев к людям или к человечеству, ревность к партнёру депрессия и так далее.

2. Сообщения аспекта могут провалятся в виде внутреннего человеческого голоса, телесными ощущениями, чувств или интуицией, так как именно это является языком, который использует ваш аспект.

3. Вы должны заявить отрицательное подтверждение.

Пример: Я напряжённо общаюсь с людьми.

4. Закройте глаза и расслабтесь, спросите самого себя ,в каких ситуациях это напряжение проявляется? Затем опишите в слух или про себя ситуацию в нескольких словах.

5. Найдите действительное событие, в котором это проявляется. Введите себя в это событие в своём уме. Вы должны прочувствовать все это. Начинайте в то же время замечать проявление аспекта в себе.

6. Определите место, в котом живет ваш аспект. Если в теле, то в какой части, а если не в тела, то где именно.

7. Определите характеристику аспекта. Каково его форма? Каков его размер? Какова его сила по шкале от 1 до 10.

Это очень важный этап работы, тут мы выделим аспект из общей массы, в нечто вполне конкретное, с которым можно общаться и работать.

8. Поблагодарите аспект за его проявление и попросите его проявить себя на столько полно, как это возможно. Скажите аспекту мысленно «Я знаю что ты желаешь мне добра. Спасибо! Прояви себя свободно, насколько это возможно, с тем, что бы мы смогли общаться»

9. Потом спросите свой объект «Чего ты хочешь для меня, с помощью этого проявления». « Какой цели для мня ты желаешь». Обращайте внимание на всё, что появляется как на ответ: картинки, голос, чувства, телесные ощущения. Если ответ приходит сразу, очень хорошо. Но если присутствует несколько секунд тишины, не расстраивайтесь, а ждите. Иногда аспекту нужно время на то, что бы найти свою цель. Дайте ему время, так как это новый этап для вашего аспекта.

* Запишите ответ который аспект вам даст. Он является первой целью в цепочке целей. В том числе принемайте его негативную цель, если вдруг аспект заявляет, например желание смерти, негативность, агрессия, желание отомстить, наказать других или себя.

11. Скажите спасибо своему аспекту за ответ, который он вам дал.

12. Создайте в уме ситуацию, в которой эта цепь реализуется, создайте опыт достижения цели.

Войдите в этот опят вместе с аспектом, так как он является частью вас, почувствуйте это полностью. Оставайтесь в сё это время в состоянии достигнутой цели, повернитесь к своему аспекту и спросите: « когда ты полностью достиг этой цели, тем способом, которым ты хотел, какую цель ты хочешь для меня реализовать, так что бы эта цель была более важной и более высокой?» ( Сделайте акцент над словом « более высокой»).

После дождитесь внутреннего ответа и запомните его. **Это будет для вас второй целью в цепочке целей. Поблагодарите свой аспект.**

13. Повторяйте вопрос и процесс аналогичным способом, до тех пор, пока не достигните последней целей в цепочке целей. Исходная точка должна представлять собой порог исходного состояния пустоты.. Это согласно природы является духовным состоянием( гармония. Абсолют, мир во всём мире и т. д.)

14. Достигли ли вы предпоследней цели, которая является духовным состоянием, вы узнаете с помощью того факта, что вы можете сказать, без каких либо внутренних сомнений и блоков, что нет ничего дальше этой цели. В этот момент вы искренне верите, что это последняя цель.

То есть, когда вы спрашиваете ваш аспект: когда ты полностью достиг своей цели, тем способом каким бы ты хотел, какую цель ты хочешь для меня реализовать, так что бы эта цель была более важной для меня и более высокой? И вам должен аспект ответит: «Там больше ничего нет». - Это и есть, что вы находитесь перед лицом пустоты.

15. Определите свою пустоту, на краю которой вы стоите, как бы вы назвали это? «нечто или пустота» Примите любой ответ на то что это является высшей целью.

Войдите в эту пустоту, в то нечто, что вас окружает внутри. Соединитесь с ней, станьте ей, проникнитесь этой пустотой всем своим телом , сознанием, подсознанием.

Почувствуйте и испытайте это исходное состояние от 15- до 20 минут.

16. Вернитесь назад к своим уже проработанным целям по цепи целей ,после того как проведёте время в пустоте, скажите в слух «нечто, которая является сущностью твоего существа, повлияет на предыдущую сель в цепи и как оно изменяет эту цель?»

Повторяйте этот вопрос, спуская вниз по цепи целей и делайте короткие паузы на каждой цели с тем, что бы иметь возможность интегрировать этот опыт.

17. Когда спускаясь по цепи целей, вы прийдёте к аспекту или нежелательному поведению, с которого вы начинали процесс, то вы должны увидеть, как пустота повлияет его или изменит.

Спросите себя: « Как сознания пустоты, сущности моего бытия влияет или изменяет мой аспект, в сравнении с тем с чем я начал(а), который есть( произнесите начальное ограничение или проблему в цепи целей).

Если техника была предоставлена надлежащим образом, то это ограничение исчезнет, или просто не будет существовать в данный момент.

18. **Окончательный тест.** Попробуйте дать себе негативное утверждение, которое вы давали себе вначале.

 Пример: « Я напряжён когда выступаю перед людьми.»

Вы просто не будете способны сделать это. Или вы произнесёте это без внутреннего беспокойства и страха.

19. Следующий шаг является очень важным. Он проверит существует ли противоположный ответ. Задайте себе вопрос: « Какой либо из моих аспектов чувствует сопротивление или выступает против того, что предыдущий аспект испытывает интеграцию со всем моим существом?»

20. Если такой аспект существует, то вы должны начать с ним новый процесс.

21. Заполните светом то место, где находится раннее нежелательное состояние. Вообразите шар света, в том месте тела, где чувствуете себя сильнее всего. Затем начинайте дышать, делая это шар все больше и больше. Пусть этот световой шар заполнит ту форму, которую имеет нежелательный аспект.

**Советы:**

Очень важно чётко выделить аспект, почувствовать его полностью и погрузиться в ситуацию, выделяя эмоции, чувства, давая ему субъективные характеристики.

Может случиться так, что в процессе работы вы столкнётесь на стенку, вам не захочется работать дальше со своими блоками и проблемами, не видите и не чувствуете цели аспекта. В этой ситуации ЭТО надо взять как новый аспект(нежелание работать дальше) и проработать его с начала аспектикой, после вернуться к первоначальному аспекту и может оказаться что он уже исчез.

Бывает что процесс идёт очень трудно, есть очень явное сопротивление и саботаж типа: «я не могу, это всё туфта, это не для меня.» В этом случае эти чувства тоже нужно взять как в качестве аспекта и проработать их.

Если попадётся вам сложный аспект, или упорный, то следует проработать над диаметрально противоположными вещами.

Пример: Недоверие к брату — это первоначальный аспект. Брат всегда только на твоей стороне -новый аспект.

Плохие отношения с женой — основной аспект.

Любовь к жене — дополнительный аспект.

Бывает что после проработки ко кого то сложного аспекта и его интеграции, всплывают другие более глубокие аспекты, то мы берём новый аспект и прорабатываем его стандартным методом.

Не ожидайте сразу быстрых и резких перемен, но со временем вы сами и ваше окружение начнут замечать в вас и вашем поведении очень большие изменения. **Но это будет происходить не сразу.**

  **Ошибки в работе**

Всегда входите в созданное вами в уме состояния осуществление целей вместе с аспектом, а не оставляйте его смотреть как вы там находитесь. Аспект должен пережить всё вместе с вами.

Не меняйте основный слова, процедуру. Делайте все как написано.

Важно понять, что цели не для аспекта, а для вас. Очень важно делать акцент на фразе во время проработки с цепями целей « Более высокой» - буквально настаивать на том. Если так не сделать, то ваш аспект придумает миллион других целей и это будет продолжаться до бесконечности.

Не придумывайте цели аспекта сами, вместо него. Если есть ощущения что вы придумали сами, а не он ответил, то спросите его : « правильно ли я понял(а), что цель, которую ты хочешь достигнуть для меня этим проявлением это ,,,,,,,.

Очень важно правильно описывать аспект, а для этого нужно погрузиться в конкретную ситуацию, где аспект чётко проявиться.

То же самое с расположением аспекта. Вы должны чётко почувствовать, в каком месте он у вас находиться.

**Техника эмоциональной свободы Гари Крейга.**

С начало прочтите всё пособие по порядку, это очень важно!

Искусство ТЭО кардинально изменят ваш мир. Эта техника поможет соперничать с декларацией независимости. Даст свободу которая поможет вам процветать, расти не смотря на скрытые препятствия, которые в полной мере не дают вам раскрыться вашим способностям.

* Вы обретёте внутреннюю свободу
* Станете зарабатывать больше
* Сможете начать своё дело
* Избавитесь от лишнего веса
* Легко будете общаться с людьми
* Обретёте свободу от тревоги
* Свобода от страх и фобий

В ТЭО не нужно принимать таблетки, не требуется месяцы и и годы на лечения. Эта практика основана на открытии. Что несбалансированная энергия в теле человека имеет глубокое влияние на психологию этого человека.

Устранения этого дисбаланса, достигается стимулированием определённых точек на теле, часто ведёт к быстрому исцелению.

Большинство проблем исчезают за часы.

ВАЖНО!

**Каждый из ингредиентов должен выполняться в точности, как описано и в определённом порядке. Иначе результата не будет!**

Каждый этап примерно делается 1 минуту, конечно потребуется немного практики, но после нескольких раз, весь процесс вы будете выполнять с закрытыми глазами.

Полный процесс состоит из:

* Установка
* Последовательность
* Связка из 9 действий
* Последовательность

**Установка**

Она даётся для того чтоб энергическую систему. Эта процедура важная часть процесса. Она подготавливает энергетическую систему к тому, что бы остальная часть могла выполнить свою работу.

 Установка состоит из двух частей

* Вы повторяете утверждение 3 раза в то время когда трёте «чувствительную зону» или надавливаете точке «каратиста».

**Утверждение: Хоть у меня и …...., я глубоко и полностью принимаю себя.**

Пример:

« Хоту у меня есть страх перед публичными выступлениями, я глубоко и полностью принимаю себя.»

2.Установка также выключает в себя одновременное трения чувствительной зоны или точку каратиста.

 ЧУВСТВИТЕЛЬНАЯ ЗОНА

Чувствительных зон всего две. Расположены в верхней части грудной клетки справа и слева.

Как их найти. Нащупайте образную ямку в верху грудной кости. От верхнего края этой ямки справа и с лева спуститесь вниз, в направлении пупка 6.5 см, а затем сместитесь на 6.5 см в право( влево). Это и есть место которое нужно массировать во время произнесения утверждения.

В этой зоне часто бывает застой лимфы и когда вы массируете, вы убираете это застой.

Поначалу у вас будет не очень приятные ощущения, но скоро это пройдет когда застой полностью устраниться.



 ТОЧКА КАРАТИСТА

Точка каратиста расположена в центе внешней боковой части ладони, между верхней частью кисти и основанием мизинца. Вы должны просто слегка постукивать по точке каратиста подушечками указательного пальца и среднего.



Последовательность.

Она заключается в постукивании по точкам основных энергетических меридианов (точка каратиста и чувствительные точки) и в результате её осуществления устраняются в вашей энергетической системе.

СОВЕТЫ:

* Вы можете стимулировать точки любой рукой.
* Постукивайте точки указательным или средним пальцем
* Стучите примерно по 10 раз на каждую точку
* Стуча по точке не забывайте проговаривать фразу.

У каждой энергетической меридианы есть 2 конечные точки. Но вам нужно массировать только одну точку, для того чтоб устранить баланс. Эти конечные точки расположены близко к поверхности тела.

1 Точка находится вначале брови с одной из сторон над переносицей. Эта точка над бровью. На границе костей внешнего глаза примерно в 2 см под зрачком.

2 Точка находиться на маленьком участке между кончиком носа и верхней губой.

3 Точка под по подбородком, по середине между краем нижней губы и подборотком.

Точки:

НБ- начало брови

КГ- Край глаза

ПГ- Под глазом

ПН- Под носом

ПБ- Под подбородком

ТК - Точка каратиста

КЛ- Ключицы и правого ребра

Точка под соском — ПС. У мужчин эта точка на 2 см вниз от соска. У женщин эта точка находиться под грудью.

Точка большого пальца — БП. На внешней стороне большого пальца у основания ногтя.

Точка указательного пальца — УП. С боку указательного пальца на той стороне, которая ближе к большому пальцу, у основания ногтя.

Точка среднего пальца — СП. Находиться на стороне, которая ближе к большому пальцу, у основания ногтя.

Точка мизинца ТМ. На внутренней стороне мизинца у основании ногтя.

 **Порядок стимулирования точек:**

**НБ- начало брови**

**КГ- край глаза**

**ПГ- под глазом**

**ПН - под носом**

**ПБ - под подбородком**

**КЛ- начало ключицы**

**ПР — под рукой**

**ПС- под соском**

**БП — большой палец**

**УП- Указательный палец**

**СП- средний палец**

**МЗ — мизинец**

**ТК -Точка каратиста**

Важно

Точки стимулировать сверху в низ не нарушая порядок действия.

 Связка из 9 действий

Самая странная часть ТЭО.

Цель: Тонкая настройка мозга и всё это происходит при помощи движения глаз, бормотания и счёта.

Некоторые части мозга стимулируются при помощи движении глаз через нервные соединения. Точно также включается творческое полушарие мозга, когда вы бормочите песенку и правое когда вы считаете.

Связка из 9 действий занимает0 секунд и заключается в выполнении 9 стимулирующих мозг действий, при постоянном нажатии на одну из энергетических точек тела точку связи.

Как выполнять действие.

1 Найдите точку связи. Она находиться на тыльной стороне каждой из ладоней на 1.27 см ниже середины отрезка,между косточками безымянного пальца и мизинца.

2. вам нужно одновременно, с постоянным постукиванием по этой точки выполнить 9 действий

* Закрыть глаза
* Открыть глаза
* Максимально перевести глаза в право(не поворачивая головы)
* Максимально перевести глаза влево и вниз (не поворачивая головы)
* Сделать глазами круг
* Сделать глазами круг в другую сторону
* Напеть 3 сек песенку ( любую)
* Быстро досчитать от 1 до 5
* Напеть песенку ещё раз

 Делать это нужно в строго определённом порядке.

**Как настроиться на проблему.**

Настроиться на проблему можно, просто подумав о неё. Если вы подумаете о проблеме, то возникает нарушение в вашей энергетической системе, тогда и только тогда, эту проблему можно сбалансировать, применив основной рецепт.

**Основной рецепт**

Думая о проблеме, нажимайте точки по порядку что написано выше, напевайте, считайте, вертите газами, как описывалось ранее.

Но если вам немного трудно, то предлагаю фразу напоминание, которую вы можете постоянно напоминать, во время выполнения основного рецепта.

Фраза напоминание — это слово или короткая фраза, описывающая проблему.

Пример: Вы работаете сос трахом публичных выступлений.

«Хоть у меня есть страх публичных выступлений, я глубоко и полностью принимаю себя»

**Фраза напоминал ка: Страх, публичное выступление, есть страх, выступать в страхе.**

Бешенство проблем довольно легко определить и легко разрешить. Но если вы встретитесь со сложными проблемами, то вам нужно делать от 3 до 5 сеансов.

Будьте точны в своих проблемах, раскрывайте их полностью. Сконцентрируйтесь на конкретном страхе, боли, воспоминании и т. д.

После курса ТЭО вы станете непринуждённым и спокойным., когда пред вами будут открываться возможности и вами будет руководить чувства нового приключения, а не страх оказаться недостаточно хорошим.

Может быть самая большая проблема новичков в том. что они пытаются применить ТЭО слишком общим проблемам. Вряд ли новичкам удастся получить заметные результаты. И они могут быстро всё забросить.

Что нужно сделать новичкам. Просто разделить проблему на отдельные события и вы почувствуете результат сразу же.

 **Техника Set Free Fast от Лари Нимса**

BSFF- не решает за вас все проблемы. Но он позволяет вам изменить ваше само ограничивающие восприятия реальности и жить более творческой и эффективной жизнью. Практика также помогает вам быть более активными и менее реагирующими. Единственное, что может быть, это то что вас может тянуть обратно старые ограничивающие мысли, убеждения, отношения и эмоции. Именно они обычно внушают страх.

Список того, с которыми эффективно справляется Set Free Fast

* Низкое чувство собственного достоинств, неуверенность в себе, ощущение себя недостойным
* Беспорядок, нерешительность, неуверенность в себе
* Самоосуждения, самокритика, непринятия себя, чувство вины
* Не развитие личности, эмоциональность, умственное, физическое и социальное
* низкая личная эффективность и бессилие
* Неверие неспособность испытывать близость, или сближаться с другими
* Нехватка самореализации или удовлетворения.
* Скука чрезмерная потребность управлять людьми
* Неэффективные деловые и финансовые решения и самоограничения

* психологические составляющие слабого здоровья и физические функции: недостаток сил, усталость, боли в теле, аллергии
* Нехватка интереса к жизни, неспособность управлять жизнью изменять её
* Страх, неприятности
* Одиночество, чувство пустоты
* Депрессия, отчаяние, уныние, разочарование
* Вина, позор, чувство неловкости
* Гнев, горечь, негодование
* Неспособность управлять эмоциями, мыслями и своим поведением

Подсознаие наш верный слуга. С момента рождения наше подсознание начинает создавать программы, в котором в дальнейшем будут определять результат нашей жизни.

Можно сказать, что подсознание это переданный слуга, так как оно сделает всё, что мы ему скажем. Оно не рассматривает как указания как плохие или хорошие, но просто выполняет приказы.

Эта практика поможет вам развить понимания того, что происходит в вас и чтобы вы могли модифицировать свои проблемы и проработать их. Ваша главная задача следовать строго по инструкции и тогда вы уведите эффективные результаты — вы сами будете создавать эти результаты.

Мы сознательно искренне всего что то хотим, но подсознательно всегда ограничиваем свои пределы.

Пример:

Сознательно вы можете сказать, хочу того и того, но подсознательно имеете другое убеждение.

Сознательно: Я хочу построить бизнес в сетевой компании.

Но ряд убеждений на подсознательном уровне говорит:

я это не заслуживаю, у меня нет денег, чтоб начать бизнес, я не знаю что мне делать с деньгами.

Какое бы сильное желание вы бы не имели, каким бы великолепнейшим талантом вы бы не обладали, ваше подсознательные состояние вас.

Но с BSFF вы легко устраните подсознательные программы. Которые блокируют и ограничивают вас. Вы станете свободным.

Практика:

для того чтоб работать со своим подсознанием нужно с начало за ним понаблюдать. В течении дня делайте повседневные действия, чем вы обычно занимаетесь(работа, мытьё посуды, вождения машины, поход по магазинам). Вы должны ловить себя о тем что вы думаете о себе в течении всего дня. Критика, Что вы ожидаете от себя, самое главное отслеживать ваш \внутренний диалог. Вы должны записывать ваш внутренний диалог, что вы о себе думаете.

Ваша задача в в том, что вы должны понять что вы про себя думаете.

Упражнение 2

определите области как вам кажется, где вы имеете сопротивление или само саботаж, и запишите их к себе в тетрадь пример:

Я хочу успехов в сетевом маркетинге, но с трудом заставляю себя работать.

Я боюсь предлагать бизнес другим людям.

После этого определите внутренний диалог, который вы слышали в связи с заданием «2».

Пример:

Я хочу успехов в сетевом маркетинге, но с трудом заставляю себя работать.

Я ленивый

Я постоянно нахожу оправдания чтоб не работать

У меня сразу появляются другие дела и т. д.

Сейчас просмотрите свой список высказываний и составьте список явных выводов

Пример:

Я глуп

Я ленив(а)

Я недееспособен

У меня нет силы воли и т.д

Сейчас вы чётко вывели проблемы что мешает вам жить как хочется.

 Основная работа с подсознанием

Важно лечить не только проблемы, блоки, задачи, но и убеждения лежащие в основе проблем.

Пример:

В детстве вас постоянно критиковали и мало хвалили. Будучи взрослым у вас появилось убеждение, что вас везде и всюду критикуют по поводу и без. Каждое новое действие в жизни вы преодолеваете с трудом, во многом в себе отказываете, боясь что вас будут критиковать. Вы постоянно испытываете чувства стыда, никчёмности, неполноценности.

Намного легче определить проблему если имеешь связь с высшими чувствами. Высшее чувство с каждой вашей практикой будет все больше и больше усиливаться.

Упражнение 3

Это упражнение нужно выполнять в расслабленным состоянии.

* Сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов
* Расслабить , постарайтесь не контролировать ваши мысли, пусть текут в вашей голове
* Начинайте чувствовать в какой сфере жизни вы чувствуете дискомфорт (работа, отношение, физическое тело, ум, дух, финансы и т.д)
* Как вы узнаёте дискомфорт
* Есть ли люди которые вызывают у вас чувства дискомфорта
* Напоминает ли событие из вашего детства? Что?

Пример как написать то что вызывает у вас дискомфорт:

* Мой бизнес. У меня там очень мало клиентов, я чувствую себя неудачником
* На работе начальник принимает меня за ребёнка
* Мой начальник напоминает мою мать, которая не восприняла меня как взрослого человека
* Когда я должен(а) оплачивать счета, у меня начинается депрессия или паника

  **Выявления убеждений**

Сейчас нам нужно сделать вяления убеждений, которые кроются за вашими проблемами. Мы должны сделать несколько отчётов, вы узнаете как выявить глубинные убеждения.

Достаём свою тетрадку и смотрим в записи сделанные ранее в упражнение 3.

Пример: Мой бизнес. У меня там очень мало клиентов, я чувствую себя неудачником.

Здесь считаем логику и интуицию, для того чтобы выявить убеждения, стоящим за утверждением( в тексте которым мы написали).

Пример выявления:

Я никогда не буду успешным

Я неудачником

Я что то делаю неправильно

Я не готов сильно трудиться

* Некоторые наши убеждения были заполнены нашими родителями, они могут лежать в основе некоторых наших комплексов.
* На некоторые убеждения вы реагируете более сильнее, чем на другие. Так работает ваша интуиция

 **Приступаем к практике**

Ранее объяснялось как определить задачи и проблемы. Сейчас вы получите инструкцию для вашего подсознания, а также вы должны создать для вашего подсознания ключевые слова.

Как выбрать ключевые слова.

В этом нет ничего сложного, вы просто должны выбрать слово или ключевую фразу, которую вы хотите использовать в вашей практике постоянно. Слово нужно выбирать которое не вызывает сильных эмоций.

Пример: проработка, я Есмь, освободи это, я смогу.

Самое главное что вы можете менять ключевые слова в любой момент.

Вы должны дать своему подсознанию инструкцию и сказать все те ключевые слова, которые вы будете использовать. Но лично от себя я рекомендую создать только одно ключевое слово, чтоб не запутаться.

Инструкция которая вам будет дана ниже, её можно прочесть в слух или про себя, **но всего один раз.** После этого ваше подсознания будет лечить всё, что вы ему скажете. Читать следует не быстро в спокойной обстановке.

ИНСТРУКЦИЯ:

**Эти инструкции для тебя моё подсознание. Всякий раз, когда я сознательно захочу, чтобы ты устранило любую проблему, на которую я обращу внимания, я просто подумаю или произнесу выбранное мною ключевое слово и ты проведёшь для меня полный сеанс устранения этой проблемы при помощи BSFF/ Ключевым словом которое я выбрал(а) для использования, является слово(а) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.**

**Ты одновременно будешь лечить все наследственные, потомственные, нынешние и все разобщенные части моего существа, эмоциональные корни убеждения,вызывающие эти проблемы, или вызываемые этими проблемами и любые другие проблемы, связанные с ментальными, эмоциональными, физическими и духовными составляющие каждой проблем, связанным с данным переживанием, а также все разобщенные. Части моей личности, любым образом причастные к этим проблемам.**

**Ты полностью устранишь все проблемы, на всех уровнях и в каждой части моего существа, которые могут любым образом прямо или косвенно способствовать, поддерживать, помогать. Вызывать или любым иным образом поддерживать любую конкретную проблему, которую я заметил и захотел, чтобы ты устранило. В каждом случае лечения проблемы ты устранишь все эти проблемы полностью и безопасно.**

**Это означает что ты моё подсознание, устранишь все и каждые уровни всех ограничивающих, эмоциональный, корней и убеждений, которые являются причиной той проблемы, на которую я указываю тебе для устранения. Каждый раз в процессе лечения, ты включаешь все случаи — от самого первого до самого последнего, когда я пережил все части той проблемы, сигналом для устранения которой я тебе дал(а).**

**Также ты одновременно устранишь каждый фактор посттравматического стресса, который был вызван проблемой и ассоциировался с ней в процессе или результате каждого корневого или эмоционального переживания, являющего причиной каждой проблемы, которую я устраняю.**

**Ты полностью и целиком раставишь все факторы посттравматического стресса так, что они больше не будут вызывать у меня никакого ментального, эмоционального, физического, или духовного дискомфорта или неустойчивости. Факторы посттравматического стресса, которые ты устранишь,включает все семь и\следующих негативных воздействий на моё всё, а также любые другие ослабляющие, или нарушающие эффекты посттравматический стресса устраняемой проблемы:**

* **Шок для нашей системы**
* **Бедствие для нашей системы**
* **Стресс для нашей системы**
* **Тревога для нашей системы**
* **Расстройство для нашей системы**
* **Травма для нашей системы**
* **Беспокойство для нашей системы**

**Ты будешь делать всё для меня, знаю ди я сознательно что представляет из себя проблема, или если даже я не могу описать, обозначить эту проблему словами или мыслями. Я должен только сознательно заметить проблему,, использовать моё ключевое слово, которое я выбрал(а) и ты будешь рассматриваать и устранять, на каждом уровне ума и существа, определённую проблему и все её составные сопутствующие части полностью, безопасно и надолго.**

**Ты будешь делать это всё для меня, независимо от того, какие комбинации или уровни моего всего включались в то время, когда каждая из этих связанных проблем создавалась или повторно переживалась. Ты полностью и навсегда устранишь каждую проблему, которую я рассматриваю наряду со всем подсознательным программированием, которое я могу иметь, которое будет, теперь или когда либо, вызывать любую форму уязвимости у меня, которые могли принудить меня держать эту проблему, забирать её обратно, позволять ей возвращаться, или пассивно принимать или получать её назад любым путём, в любых формах и видах.**

**Ты одновременно устранишь каждую другую проблему, которая делает меня уязвимым для любой рассмотренной проблемы, которая может вернуться любым способом в любое время в будущем.**

**Ты будешь делать это всё для меня с настоящего момента для любой проблемы, которую мы сознательно обозначаем и намереваемся лечить, когда я начинаю проработку с любым из моих ключевых слов или фраз. Мне нужно только отметить проблему и начать лечение, произнеся в слух или про себя ключевое слово или фразу.**

**Всякий раз когда я лечусь от «стопперов» или от любого гнева, осуждения, критического отношения или не прощения, или от других любых ограничивающих мыслях, корыте я могу иметь обо мне или ко мне, ты устранишь их все, даже если я их не рассматривал(а) в сеансах лечения. Ты устранишь всё это и для проблем, которые я лечил в предыдущих сеансах, независимо от того как давно это было.**

**Кроме того, всякий раз, когда я излечиваюсь от гнева и не прощения к другому человеку или группе людей,я излечиваюсь от гнева или не прощения к целой личности этого человека, так и ко всем её частям. Это будет так, даже если я буду использовать слово «ты» или использовать его имя, поскольку я обращаюсь к ним во время лечения.**

**Подсознание, ты всегда будешь делать всё то что, что я поручил тебе сделать для меня по ключевому слову, теперь, независимо от того, в каких условиях, обстоятельствах. Ситуациях, психическом и эмоциональном состоянии я нахожусь, или какую проблему я могу заметить, вообразить или вспомнить. И я блага дарю тебя, глубоко ценю и уважаю тебя за то, что ты всегда было и будешь моим преданным и верным слугой.**

**КОНЕЦ ИНСТРУКЦИЙ.**

**Важные моменты:**

Как прорабатываются задачи и проблемы:

Сейчас вы поняли что все проблемы в подсознание прорабатываются с помощью произнесения ключевого слово.

Проблема — проявления конкретного дискомфорта.

Задача — это набор встречающихся вместе проблем.

**Я вам покажу на примере из ранее упомянутых задач:**

У меня не было достаточно клиентов в моём бизнесе, я чувствую что никогда не стану успешным.

Тут мы видим 2 отдельные задачи

 1. У меня не достаточно клиентов

* Я чувствую что никогда не стану успешным

Каждое это убеждение должно прорабатываться как отдельная проблема.

Сначала вы формируете задачу, проговариваете её с эмоциями и в конце произносите ключевое слово. Затем от этой задачи формируете каждую проблему отдельно. Эти проблемы должны иметь отношения к задаче. Также после каждой проблемы мы ставим ключевое слово.

**Пример:**

Задача:

У меня не было достаточно клиентов в моём бизнесе, я чувствую что никогда не стану успешным. (Ключевое слово)

Проблемы:

* У меня недостаточно клиентов (ключевое слово)
* Я не успешный (ключевое слово)
* Я неудачник (ключевое слово)

 Злость и прощение

Очень важная часть процедуры — это лечение гнева, злости, раздражения к другим людям, высшим силам, миру.

Во время проработке в некоторых случаях, мы можем почувствовать гнев, злость, раздражение. И это нужно немедленно убирать.

Злость и не прощение нужно устранять сразу, как только оно возникает.

Что бы устранить злость нужно сказать себе :

« Я очень злюсь на (\_\_\_\_), за то, как он вёл(а) со мной (ключевое слово).

Сейчас я устраняю за один раз всю мою злость, гнев, ненависть и т.д и не прощение к (\_\_\_\_) (ключевое слово).

Блокировка — это проблемы и задачи, которые мешают работать с подсознанием. Они как сообщения. Начинают критиковать ваше подсознание.

Пример:

* У меня нет времени на эту работу
* Я не верю во всю эту чушь
* У меня ничего не получиться
* Эта практика бесполезна

Как только вы заметили все эти возражения, которые мешают вам работать с подсознанием, вы немедленно должны их проработать.

**У меня нет времени на эту работу (ключевое слово)**

**Я не верю в эту чушь (ключевое слово)**

* Мы с вами благодаря этим практикам научились правильно составлять задачи и из них выявлять проблемы.
* Каждый из вас для себя выбрал ключевое слово или фразу
* Дали подсознательную установку
* Мы поняли как работать с гневом, злостью, ненавистью
* Как прощать людей , высших, мир
* Как выявлять блокировки и убирать их

 **Полная работа с подсознанием**

* Сознательно выберите задачу. Прочувствуйте её, пере живите заново. Если возникает злость, гнев, то поработайте над этим.
* Напишите свою задачу на бумаге
* Проработайте её
* Ниже сформулируйте каждую проблему или утверждение, связанные с это задачей. После каждого утверждения или проблемы произнесите ключевое слово.
* Делайте проработку медленно, утверждая про себя или в слух, вы должны прочувствовать всё это
* В конце цикла проработанной задачи и исходящих от неё проблем, вы должны сделать одно заключительное утверждение:
* Делайте обработку медленно, читая утверждение про себя или в слух, вы должны прочувствовать это.
* В конце каждого цикла проработанной задачи и исходящие от нее проблемы, вы должны прочитать заключение утверждение (глобальное утверждение).

Заключительное утверждение.

**Сейчас я устраняю, за один раз, все части моей \_\_\_\_\_\_\_\_(название задачи), а также все ограничивающие мысли, убеждения, взгляды и эмоции, которые могли бы заставить меня сохранить, или когда-либо принять обратно \_\_\_\_\_\_\_(название задачи). Ключевое слово.**

* Если за раз вы делаете несколько утверждение, то в конце всех проработок должны сделать одно глобальное утверждение. ( это утверждение читается, только если вы за раз хотите проработать несколько задач, от 3 и более)

**Глобальное утверждение:**

**Сейчас я прорабатываю за один раз каждую часть проблемы неуверенности в себе, и все ограничивающие мысли, убеждения, взгляды, отношения и чувства, которые есть сейчас, или когда либо были обо мне , или к самому себе, когда я что то делал, о моих личных качествах,показателях и особенностях. Ключевое слово.**

* Процедура закрытия. Она является очень важной частью. Это сделано для того, что бы предотвратить повторное возникновение задач или проблем.

 **В конце каждого сеанса делайте следующие:**

 **Проработайте Стопперы. Вы можете использовать одно утверждение, чтобы проработать все Стопперы.**

 **Сделайте Стандартные Злость\Прощение для всех тех, кто имеет отношение к проблемам, которые Вы прорабатывали в течении сеанса.**

 **Сделайте Стандартные Злость\Прощение для себя относительно любых проблем, которые Вы прорабатывали в течении сеанса.**

Проработка стопперов:

Вы можете прорабатывать любые замеченные Вами Стопперы, но обязательно проработайте все те, что перечислены ниже:

• Я боюсь, что эти проработки не будут работать для меня. Ключевое слово.

• Я боюсь, что эффект от этих проработок не продлится долго. Ключевое слово.

• Я сомневаюсь, что они будут работать. Ключевое слово.

• Я сомневаюсь, что эффект от них будет продолжительным. Ключевое слово.

• Я не доверяю себе в том, что буду поступать эффективно в новых направлениях. Ключевое слово.

• Я сомневаюсь, что буду поступать эффективно в новых направлениях. Ключевое слово.

• Я сомневаюсь в своей способности жить с этими изменениями в моей жизни. Ключевое слово.

• Я уязвим к принятию обратно одной или нескольких проблем, которые прорабатывал. Ключевое слово.

Чистка от гнева:

**Очистите себя от любого оставшегося гнева, осуждения, критического отношения и непрощения ко всем людям, которые каким-либо образом причастны ко всем проблемам, которые Вы прорабатывали.**

Сделайте это, произнеся, *Сейчас я устраняю всю мою оставшуюся злость, критическое отношение, осуждение и непрощение  ко всем людям, которые каким-либо образом причастны ко всем проблемам, которые я прорабатывал за этот сеанс.* ( Ключевое слово.) После этого постукивая большим пальцем любой руки по любому другому пальцу этой же руки, три раза произнесите: *«Я прощаю вас всех, вы всё делали так хорошо, как могли».*

Предохранительная процедура

Предохранительная Процедура используется, когда Вы наталкиваетесь на жесткое противостояние во время лечения. Некоторые задачи, особенно те, которые были хроническими, оставили исключительно глубокое эмоциональное потрясение, или зависимости от привычек могут быть необычно устойчивым к проработке BSFF или любым другим методам.

Если Вы чувствуете, что не продвигаетесь в проработке задачи, то используйте следующую Предохранительную Процедуру, произнеся утверждения ниже в порядке, в котором они перечислены, добавляя после каждого Ваше ключевое слово. Можно предположить, что на подсознательном уровне, каждое из утверждений включает в себя одну или несколько проблем и, следовательно, задачу. Произнесение Вашего ключевого слова будет прорабатывать всю задачу.

ВО-первых, сформулируйте устойчивую проблему, в которой Вы не продвигаетесь. Например,*Я не важен.* (Это может быть одной из отдельных проблем, составляющих задачу низкой самооценки.)

Далее произнесите каждое из следующих утверждений с Вашим ключевым словом.

• Я хочу быть свободным от этой проблемы. Ключевое слово.

• Я готов быть свободным от этой проблемы. Ключевое слово.

• Я готов быть свободным от этой проблемы сейчас и в будущем с этого момента (постоянно, всегда и т.д). Ключевое слово.

• Я позволяю себе быть свободным от этой проблемы постоянно с этого момента. Ключевое слово.

• Это хорошо для меня - быть полностью свободным от этой проблемы постоянно с этого момента. Ключевое слово.

• Я заслуживаю быть полностью свободным от этой проблемы постоянно с этого момента. Ключевое слово.

• Я хочу получить все положительные преимущества  этого. Ключевое слово.

• Я буду делать все необходимое, чтобы следить за тем что я постоянно свободен, сейчас и по-прежнему, от этой проблемы с этого момента. Ключевое слово.

• Есть еще одна или несколько проблем, которые могут заставить меня сохранить или принять обратно проблему. Ключевое слово.

• Есть еще что то во мне, что может заставить меня сохранить или принять обратно проблему. Ключевое слово.

• Я по-прежнему уязвим для принятия обратно когда-нибудь этой проблемы. Ключевое слово.

 **Поиск дополнительных задач**

Чувства одиночества:

* Сделайте глубокий вдох и выдох и почувствуйте собственное одиночество, место того чтоб отбросить от себя это чувство.
* После проработайте каждую часть задачи:
* Я чувствую себя одиноко (ключевое слово)
* Я разрешаю себе быть одиноким(ключевое слово)
* Я боюсь чувствовать себя одиноким(ключевое слово)
* Я долгое время чувствую себя одиноким(ключевое слово)
* Я не знаю как правильно взаимодействовать с другими людьми(ключевое слово)
* Быть одному безопасно(ключевое слово)
* Я не знаю кто я(ключевое слово)
* Нет никого, что бы помочь мне (ключевое слово)
* Я должен всё делать сам(ключевое слово)
* Люди не понимают меня(ключевое слово)
* Я не считаю что я достаточно значим(а) для других людей (ключевое слово)
* Мне нечего дать другим (ключевое слово)

**После проработке одиночества используйте глобальное утверждение:**

**Сейчас я прорабатываю, за один раз, всё моё чувство одиночество и все мои ограничивающее убеждения, мысли, отношения или эмоции, которые могут заставить меня сохранить или вернуть обратно любое чувство одиночества. Ключевое слово.**

Использование интуиции.

Каждый из нас имеет интуицию, но развита она у нас по разному. Использование интуиции в этой методики, это часть процесса.

Если вы не доверяете вашей интуиции, или не слышите её, то вам нужно проработать любые из следующих утверждений, а также можете дополнить этот список самостоятельно.

• Я не доверяю своей интуиции. Ключевое слово.

• Я могу доверять своей интуиции. Ключевое слово.

• У меня нет никакой интуиции. Ключевое слово.

• У меня нет умственных способностей, чтобы быть интуитивным. Ключевое слово.

• Если я последую своей интуиции, то я могу наделать ошибок. Ключевое слово.

• Я чувствую себя глупым, если делаю что-то без логической причины. Ключевое слово.

• Люди, которые используют свою интуицию - со странностями. Ключевое слово.

• Люди, которые доверяют своей интуиции, не логичны. Ключевое слово.

• Я готов доверять своей интуиции. Ключевое слово.

• Я даю себе разрешение доверять своей интуиции. Ключевое слово.

• Я хочу доверять своей интуиции. Ключевое слово.

• У меня есть право доверять своей интуиции. Ключевое слово.

• Доверять своей интуиции опасно. Ключевое слово.

• Умные люди не используют свою интуицию. Ключевое слово.

• Мне будет стыдно, если я скажу, что использую интуицию. Ключевое слово.

 **Преодоление страха двигаться вперёд**

Бывает так, что наш мозг начинает сопротивляться улучшению собственной жизни. Часто бывает так, что мы покупаем много книг, слушаем лекции для работы нед собой, посещаем множество семинаров и специалистов, а в итоге обнаруживаем что мы застряли в самом начале, или двигаемся вперёд со скоростью улитки.

Наша индивидуальность — это наше видение что мы из себя представляем и каково наше место в этом мире. Если по какой то причине наша индивидуальность под угрозой,то вероятно что мы сознательно сделаем всё возможное. Что бы защитить её и соответствовать личными ограничением, которые она диктует.

Изменение вашей жизни, означает открытие двери в неизвестное, вы должны быть готовы отпустить части того, что вы знаете и вступить в новое, неизвестное пространство.

Что Вы можете сделать? Во-первых, Вы должны установить сильное намерение и взять на себя обязательство перед собой непосредственно изменять свое место в мире. Признайте свой страх, затем приложите усилие, чтобы рассмотреть Ваши страхи с BSFF. Возможно, Вы должны начать, рассматривая каждую проблему или задачу, которая мешает сосредотачивать Ваше намерение или признавать Ваш страх перед началом процесса изменения.

Вот некоторые утверждения для лечения, с которых Вы можете начать. Основная задача была бы *«я боюсь потери своей личности*». Настройтесь на себя и выявите СУД этого страха. Используйте также любые утверждения, которые касаются Вас.

• Я боюсь потери моей личности. Ключевое слово.

• Я боюсь попробовать новые вещи. Ключевое слово.

• Я не уверен, кто я. Ключевое слово.

• Если я попробую новые вещи, то я не буду в безопасности. Ключевое слово.

• Если я буду вести себя по-другому, то я не буду знать, кто я. Ключевое слово

• Если я попробую новые вещи, то я не буду знать, как действовать. Ключевое слово.

• Я буду невидим. Ключевое слово.

• Я боюсь выяснить, кто я. Ключевое слово.

• Если я делаю изменения, я должен буду заботиться о себе сам. Ключевое слово.

• Если я прекращу зависеть, то я не буду знать, как действовать. Ключевое слово.

• Никто не признает меня, и я буду совершенно один. Ключевое слово.

• Если я буду финансово успешен, то я не буду знать, как обращаться с деньгами. Ключевое слово.

• Если я буду успешен, то я не буду знать, кто я. Ключевое слово.

• Я так боюсь что то менять. Ключевое слово.

• Если я произведу изменения, могут произойти ужасные вещи. Ключевое слово.

• Когда я пробовал новые вещи в прошлом, я всегда делал ужасные ошибки. Ключевое слово.

• Я до сих пор стыжусь результатов своей жизни. Ключевое слово.

• Я боюсь неизвестного. Ключевое слово.

• Я боюсь незнакомого. Ключевое слово.

• Я должен знать то, что находится впереди прежде, чем я смогу начать двигаться. Ключевое слово.

Теперь, прочитайте следующее утверждение:

**Сейчас я прорабатываю за один сеанс все мои страхи перед потерей моей личности и все ограничивающие мысли, убеждения, отношения и эмоции, которые когда-либо заставили бы меня продолжить бояться потери любой части моей личности и сопротивляться продвижению в любой части моей жизни. Ключевое слово.**

 **Страх потери вашего положения, перед окружением**

Пожалуй, это основной страх, потери нашей личности в глазах других людей.

Вот некоторое утверждение которое мы можем использовать, чтобы рассматривать свой страх перед потерей своего положения в окружении других людей.

• Если я произведу положительные изменения, то я больше не буду нравится моим друзьям. Ключевое слово.

• Если у меня не будет никаких проблем, то никто не будет разговаривать со мной. Ключевое слово.

• Если у меня не будет никаких проблем, то я не буду знать, что делать. Ключевое слово.

• Если у меня нет никаких проблем, мне будет не о чем будет говорить. Ключевое слово.

• Если я произведу положительные изменения, то я буду совершенно один. Ключевое слово.

• Я знаю, что люди любят меня, если они заботятся обо мне, когда я болен. Ключевое слово.

• Я заболел, потому что я хочу, чтобы люди любили меня. Ключевое слово.

• Я знаю, что люди любят меня, если они дают мне деньги. Ключевое слово.

• Если я буду успешен, то люди не будут хотеть общаться со мной. Они будут только хотеть, чтобы я дал им деньги или что-то другое. Ключевое слово.

• Мне нравятся люди, с которыми я провожу время, и я боюсь, что я их потеряю. Ключевое слово.

• Я напуган людьми из другой экономической группы, они будет смотреть свысока на меня. Ключевое слово.

• Богатые люди эгоисты, поэтому я не хочу быть богатым. Ключевое слово.

Теперь, сделайте свое Глобальное Утверждение:

**Сейчас я прорабатываю за один раз все мои страхи перед потерей моего положения в моем окружении и все ограничивающие мысли, убеждения, отношения и эмоции, которые могли бы когда-либо заставить меня продолжить бояться потери моего положения в моем окружении и сопротивляться продвижению в выяснении и определении Кто же действительно я. Ключевое слово.**

 **Лечение общих задач**

Здесь мы изучим ряд общих задач, такие как страх, горе, откладывание на потом, потребность контролировать, или быть контролируемыми.

 Проработка фобий(страха)

Фобия- это сильные страхи, или убеждения, которые не реагируют на обычные условия безопасности.

Проработка фобий с BSFF, требует чтобы вы создали утверждения, которые описывают различные стороны вашего страха.

Пример: Вы боитесь крыс.

* Я боюсь крыс моё тело покрывается мурашками
* Я ненавижу крыс
* Когда я вижу крыс у меня начинается паника

После проработки фобий читаем глобальное утверждение:

**Сейчас я прорабатываю за один раз все свои страхи от крыс и все сомнения, уверенности напряжённости и волнения, которые когда либо удерживали меня или возвращали к страху от крыс. Ключевое слово.**

 Так работаем с каждым страхом отдельно.

 **Лечение промедление**

Каждый из нас, критиковал себя за то, что откладывал дела на потом, выполнение которых вам выгодно. Вы не один(а) такой(ая). Промедление более распространено, чем вы можете себе представить.

Хотя это и похоже на простую проблему «откладывание на потом», но это комплексная задача, у которой может быть множеств причин, они могут включать в себя:

* Стремление добиваться совершенства во всём
* Гнев и враждебность
* Потребность управлять другими
* Низкая терпимость
* Сомнение относительно вашей способности действовать
* Ощущение себя разбитым
* Страх успеха
* Страх поражения
* Беспокойство самооценки

Беспокойство об ожидании других и так далее

Примеры:

* Я много откладываю. Ключевое слово
* Я ненавижу себя за то, что постоянно всё откладываю. Ключевое слово
* Если я буду продолжать откладывать, то я никогда не стану успешным. Ключевое слово
* Я хочу прекратить откладывать
* Я готов создать новые привычки в работе. Ключевое слово
* Я бы не хотел(а) делать то, в чем терплю неудачу. Ключевое слово.
* Другие люди ожидают слишком много от меня. Ключевое слово.
* Я боюсь быть раскритикованным(ой). Ключевое слово
* Я никогда не преодолею это

Вы можете дополнять это список прорабатывать дальше.

Вот глобальные утверждение для этой задачи:

**Сейчас я прорабатываю за один раз, все мои потребности и тенденции отложить, а также все ограничивающее мысли, убеждения, отношения и эмоции, которые когда либо заставили меня держать, или возвращать свою потребность или тенденцию откладывать. Ключевое слово.**

 **Финансовая несостоятельность**

Финансовая несостоятельность, эта большая проблема. Важно знать, что ощущение наличие денег, иногда не касаются самих денег. Они касаются отношения к деньгам. Это как некий символ энергии, который накапливает силу, направленного от одного человека к другому, поэтому деньги можно считать символом отношений.

Как вы обращаетесь с деньгами — это то, как вы относитесь к себе и другим людям. Ваши проблемы с деньгами и отношения к ним — это ключ к разгадке вашей самооценки и личной идентификации.

У людей которых нет денег, обычно чувствуют себя неполноценными и не могут много дать другим.

Проработки включают в себя обучения поддерживать и ценить себя, так как процветания это внутренняя работа.

Пример:

* Вы пишите своё утверждение « я никогда не стану богатой»
* Прочувствуйте это утверждение, проникнитесь каждой клеточкой вашего тела
* Изучите это утверждение и выпишите от него проблемы
* После проработке читайте глобальное утверждением

**Глобальное утверждение**

**Сейчас я прорабатываю за один раз все мои страхи не иметь достаточно денег на вещи, которые мне нужны, а также все ограничивающее мысли, убеждения, отношения и эмоции, которые могли бы заставить меня меня сохранить или вернуть страх не иметь достаточно денег на вещи, которые мне нужны. Ключевое слово.**

 Проработки «Страх общения с незнакомыми людьми», « страх пред отказами».

Сетевой маркетинг неизбежно связан с общением — будь то работа с клиентами, или привлечение новых партнёров.

Проработки «Я боюсь общаться с незнакомыми людьми»:

* Люди скептически ко мне настроены
* Никто не будет меня слушать
* Надомной все будут смеяться
* Когда я подхожу к незнакомому человеку, то я выгляжу глупо
* Если я буду предлагать МЛМ, то мне сразу откажут
* У меня возникают сильные волнения
* Я болтаю много лишнего
* Я не умею грамотно общаться
* Я не умею устанавливать контакт
* Я очень застенчивый(ая)
* У меня занижена самооценка
* Я не понимаю других людей
* Ели я подойду к человеку, то он будет не доволен

Этот столбик вы можете самостоятельно дополнить, а в конце после проработке, прочтите заключительное утверждение.

**Заключительное утверждение.**

**Сейчас я устраняю, за один раз, все части моей \_\_\_\_\_\_\_\_(название задачи), а также все ограничивающие мысли, убеждения, взгляды и эмоции, которые могли бы заставить меня сохранить, или когда-либо принять обратно \_\_\_\_\_\_\_(название задачи). Ключевое слово.**