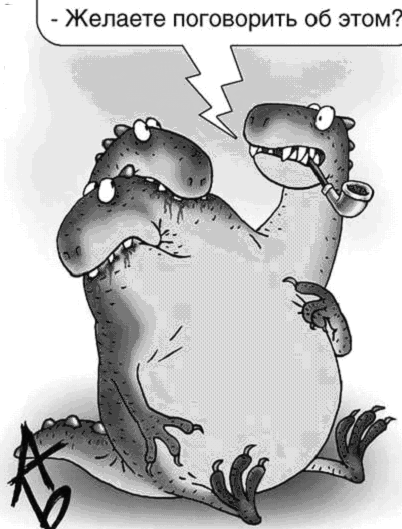
***Васютин Александр***

***Психотерапия 21-го века***

и

как с ее помощью лечить самые тяжелые болезни

души и тела



Оглавление

[Предисловие, в котором я расскажу о том – какие факторы могут помочь обрести чудо твоего выздоровления. 5](#_Toc100492180)

[Опыт – он всегда сын ошибок трудных? 5](#_Toc100492181)

[Зри в корень! 5](#_Toc100492182)

[Как прийти к миру без болезней? 6](#_Toc100492183)

[Часть первая Как и почему работает современная психотерапия. 7](#_Toc100492184)

[Глава первая, в которой я расскажу о том – как формируются болезни с точки зрения современной психологии. 7](#_Toc100492185)

[Внутри каждого человека есть писарь? 7](#_Toc100492186)

[Психика – тот еще фрукт? 8](#_Toc100492187)

[Как сделать себе не просто плохо, а очень плохо? 8](#_Toc100492188)

[Бессознательное само не взрослеет? 9](#_Toc100492189)

[Чем примитивнее, тем надежнее? 9](#_Toc100492190)

[Как образуется Конституция организма? 9](#_Toc100492191)

[«Пытки» бессознательного страшнее дыбы? 10](#_Toc100492192)

[Вопрос оказался приказом? 11](#_Toc100492193)

[Если сознание закусило удила… 11](#_Toc100492194)

[Может лучше искать компромиссы? 12](#_Toc100492195)

[Война всегда приводит к разрухе? 12](#_Toc100492196)

[Человек убивает себя сам? 12](#_Toc100492197)

[Как образуется рак? 14](#_Toc100492198)

[Заколдованный круг. 14](#_Toc100492199)

[Смертельное самопрограммирование. 15](#_Toc100492200)

[Чувство вины убивает? 15](#_Toc100492201)

[Как возникает инфаркт миокарда? 15](#_Toc100492202)

[Если скользко – вполне можно упасть? 16](#_Toc100492203)

[Сколько раз человек может наступить на грабли? 16](#_Toc100492204)

[Как образуется бронхиальная астма? 17](#_Toc100492205)

[Глава вторая, в которой я расскажу – почему с помощью психотерапии можно вылечить психосоматозы 19](#_Toc100492206)

[Как использовать болезнь во благо себе. 22](#_Toc100492207)

[Часть вторая История болезни и излечения пациента с помощью современных психотехнологий 24](#_Toc100492208)

[Глава третья, в которой я расскажу о том, как возникла болезнь 24](#_Toc100492209)

[и что из себя представлял пациент на начало лечения. 24](#_Toc100492210)

[Глава четвертая, в которой я расскажу 26](#_Toc100492211)

[о полезности и безопасности гипноза 26](#_Toc100492212)

[с нейролингвистическим перепрограммированием психики 26](#_Toc100492213)

[Биологическая защита от дураков? 26](#_Toc100492214)

[Человек гипнотизирует себя сам? 27](#_Toc100492215)

[Глубина не имеет значения? 27](#_Toc100492216)

[Гипноз – это наркоз для бессознательного? 28](#_Toc100492217)

[Мы Боги для компьютеров? 28](#_Toc100492218)

[Глава пятая, в которой я расскажу – как перепрограммировать части Я с болезни на здоровье. 29](#_Toc100492219)

[Как избавить человека от бессознательной тяги к смерти? 31](#_Toc100492220)

[Как восстановить разрушенное? 31](#_Toc100492221)

[Как изменить убеждения человека? 32](#_Toc100492222)

[Глава шестая, в которой я расскажу о авторском методе поиска и уничтожения причин болезни в психологическом прошлом человека – «Машине времени» 32](#_Toc100492223)

[Реактивный психоанализ? 32](#_Toc100492224)

[Как покататься на «Машине времени»? 34](#_Toc100492225)

[Как избавиться от страха смерти? 36](#_Toc100492226)

[Как избавиться от прошлых обид? 36](#_Toc100492227)

[Чем дольше копаешь – тем глубже добираешься? 37](#_Toc100492228)

[Глава седьмая, в которой я расскажу о том, как стереть старую линию жизни. 38](#_Toc100492229)

[Глава восьмая, в которой я расскажу о том, как сформировать пациенту более счастливое будущее. 39](#_Toc100492230)

[Глава девятая, в которой я расскажу о авторской технике Психоанимационная терапия. И о том – почему она так психотерапевтически эффективна? 41](#_Toc100492231)

[Вниз по реке – к своему будущему. 43](#_Toc100492232)

[Возвращение энергии жизни. 44](#_Toc100492233)

[Примирение с матерью. 45](#_Toc100492234)

[Восстановление отношений с отцом. 45](#_Toc100492235)

[Как ускорить движение по дороге жизни? 46](#_Toc100492236)

[Как навести порядок внутри себя? 47](#_Toc100492237)

[Как убрать все преграды и найти спутницу жизни? 50](#_Toc100492238)

[Глава десятая, в которой я расскажу об образно-символическом синтезе будущего. 50](#_Toc100492239)

[Часть третья, в которой я расскажу о других пациентах и их выздоровлении 51](#_Toc100492240)

[Шизофрения как способ избавления от надоевшей девственности. 51](#_Toc100492241)

[Аллергия и бронхиальная астма как спасательный круг. 52](#_Toc100492242)

[Как без угрызений совести обойти запреты? 53](#_Toc100492243)

[Родители плохого не посоветуют? 54](#_Toc100492244)

[Влюблена по собственному желанию? 54](#_Toc100492245)

[Шизофрения – это не приговор? 55](#_Toc100492246)

[Как вера в себя улучшает качество жизни. 56](#_Toc100492247)

[Боязнь греха как лекарство? 56](#_Toc100492248)

[Псориаз как щит против себя. 57](#_Toc100492249)

[Смирение перед неизбежным – лучшее лекарство при климаксе? 57](#_Toc100492250)

[Алкоголь – антибиотик против «психологического гноя»? 58](#_Toc100492251)

[Как крик души программирует будущее? 58](#_Toc100492252)

[Бессознательное мыслит как 6-ти летний ребенок? 59](#_Toc100492253)

[Не ешь, Иванушка, самого себя! 60](#_Toc100492254)

[Мы все родом из детства? 60](#_Toc100492255)

[Паркинсонизм – это законсервированный страх? 61](#_Toc100492256)

[Как обезопасить свое здоровья от психо-травмы, произошедшей в прошлом. 61](#_Toc100492257)

[Эпилепсия как защитный предохранитель. 62](#_Toc100492258)

[Лучше убью себя, чем прощу мужа? 62](#_Toc100492259)

[Как загнать саму себя в угол? И не давать себе выйти из него? 63](#_Toc100492260)

[Как остановить слона? 63](#_Toc100492261)

[Можно ли верить мужчинам? 64](#_Toc100492262)

[Как начинаются гражданские войны в бессознательном? 64](#_Toc100492263)

[Труд – всему голова? 65](#_Toc100492264)

[Невротик – это неудачливый экстрасенс? 65](#_Toc100492265)

[Заговор против родителей как метод лечения шизофрении. 66](#_Toc100492266)

[Шила в мешке не утаишь? 66](#_Toc100492267)

[Алкоголь – универсальный адаптоген? 67](#_Toc100492268)

[Красота требует жертв? 68](#_Toc100492269)

[Счетоводы по-прежнему нужны? 68](#_Toc100492270)

[Может быть не надо ломать любовные треугольники? 68](#_Toc100492271)

[«Шок и трепет» как лекарство от зависимостей. 69](#_Toc100492272)

[Отказ от игры одной стороны приводит к потере желания играть другой стороной? 70](#_Toc100492273)

[Как «выкрутить руки» психосоматозу? 70](#_Toc100492274)

[Бесплодие как способ защиты от отрицательных эмоций. 71](#_Toc100492275)

[Бесплодие как способ «показать нос» мужу. 71](#_Toc100492276)

[Всегда думай о будущем? 72](#_Toc100492277)

[Ты действительно хочешь замуж? 72](#_Toc100492278)

[Как убрать палки из колес жизни? 73](#_Toc100492279)

[Будьте людьми – пользуйтесь речью как можно чаще! 73](#_Toc100492280)

[Как два страха могут прийти к консенсусу. 73](#_Toc100492281)

[Как убивается страх? 74](#_Toc100492282)

[Прежде, чем выйти замуж, выкорчуй всех «старых пней»! 75](#_Toc100492283)

[Как обрести мать и стать смелым? 75](#_Toc100492284)

[Может сразу признаться в грехе, чем ждать, когда эта «заноза» загноится? 76](#_Toc100492285)

[Послесловие, в котором я расскажу – как тебе взять пример с выздоровевших. 77](#_Toc100492286)

## Предисловие, в котором я расскажу о том – какие факторы могут помочь обрести чудо твоего выздоровления.

Дорогой мой читатель! В этой книге я хочу тебе на примерах рассказать о том – насколько эффективна современная психотерапия. И я не буду много говорить о теории и нюансах различных исторически сложившихся методов психотерапии. Их много, и они все разные. Но, как показал практический опыт, их воздействие на пациентов парциально и ограничено. Связано это с тем, что теоретические основы этих способов психотерапии таковы, что позволяют работать с пациентами в строго ограниченных границах. Естественно, кому-то они помогают. Но большинству – нет! Другие способы психотерапии помогают другому контингенту пациентов, а в остальных случаях бессильны.

И есть только одна теория возникновения болезней, которая дает цельное и глобальное понимание механизмов возникновения и функционирования болезней. Это психосоматическая теория. И в этой книге я постараюсь подробно, понятно и «на пальцах» рассказать о ней. А потом приведу яркие и успешные примеры лечения тех или иных болезней методами психотерапии, основанными на понимании природы психосоматических расстройств и болезней.

В последние десятилетия врачам становится ясно, что успех в лечении пациентов зависит не только от того: сколько и каких лекарств им назначается. Люди, наконец-то, начали понимать, что лекарства, какими бы хорошими они не были, в большинстве случаев не могут вылечить болезни.

Мы росли и воспитывались в условиях засилья лекарственной медицины. Мы верили, что при помощи химии сможем обуздать все болезни. Мы думали, что лекарства решат «микробный вопрос» раз и навсегда. В отношении особо опасных инфекций мы оказались правы! Но реальность день ото дня вносит все большие коррективы в лечение самых распространенных болезней.

### Опыт – он всегда сын ошибок трудных?

Людям приходится на своем горьком опыте убеждаться, что лекарства и процедуры ни на йоту не приблизили их к той черте, за которой ждет мир без болезней. Дорогой мой читатель! Ты должен четко понимать: Лекарства только снимают СИМПТОМЫ! Даже антибиотики ТОЛЬКО убивают микробы. А уже потом организм, получив такую помощь, за счет своих резервов и ресурсов добивает болезнь.

Естественно, если причина болезни не убрана, то вероятность рецидива очень высока. В большинстве случаев «корни» болезни как жили, так и живут внутри человека. И ортодоксальной медицине до них нет никакого дела! Болезнь, как многолетнее растение, как только для этого появятся условия, вновь выращивает крону.

***Кто ничего не знает, тот вынужден всему верить.***

***М. Эбнер-Эшенбах.***

Лечение болезней при помощи лекарств и процедур напоминает кошение травы – чем чаще косишь, тем гуще она становится. И человек опять начинает страдать от тех симптомов, от которых он, вроде бы, избавился при помощи самых новомодных лекарств.

### Зри в корень!

Естественно ученые начали задумываться: «А может быть при объяснении причин болезней мы не учитываем какой-то весьма мощный фактор, который вкладывает ощутимую лепту в их развитие? Может быть, надо лечить не только больное тело?» Из этих исканий появилось понимание, что очень большую роль в развитии болезни играет психологическое состояние пациента. Вначале врачи только учитывали это состояние при лечении. Но с течением времени они стали все больше склоняться к мнению, что этот фактор на самом деле является ОПРЕДЕЛЯЮЩИМ! Оказывается, что, кроме тела, «ремонта» требует то, что долго не признавалось существующим в нашей медицине - человеческая душа.

### Как прийти к миру без болезней?

Современная психосоматическая медицина давно пришла к выводу, что надо лечить в первую очередь именно душу человека и, когда в ней будет наведен необходимый порядок, тело само, без посторонней помощи, восстановится до здорового состояния.

***Что посеешь в юности, пожнешь в старости.***

***Г. Ибсен.***

В современном мире есть две действительно важные вещи, обладание которыми позволяет людям уметь и иметь все. **Это информация и энергия.** Я постараюсь восполнить на этих страницах недостаток в качественной, проверенной информации относительно лечения той или иной болезни или проблемы. И если ты приложишь достаточно сил для избавления от своих проблем и болезней, то легко сможешь выйти на новую орбиту жизни, на которой сможешь достичь большей степени физического, психического и социального благополучия.

# Часть первая Как и почему работает современная психотерапия.

## Глава первая, в которой я расскажу о том – как формируются болезни с точки зрения современной психологии.

Дорогой мой читатель! Для того, чтобы понять – как работает современная психотерапия, тебе надо сначала узнать – как формируется психика и появляются болезни с точки зрения современной психологии. Возможно, что где-то в других моих книгах ты уже читал об этом. Если это так, то просто перелистни эту книгу до той информации, которую ты еще не знаешь.

Если же ты об этом не читал, то вспомни: Что ты делаешь, прежде чем ступить на проезжую часть в том случае, если тебе надо перейти улицу с интенсивным движением? Наверное, когда ты задумался над моим вопросом, голова у тебя автоматически повернулась сначала влево, а затем направо. То же самое ты делаешь и при переходе улицы.



Когда - то мама сказала тебе: «Сынок (или доченька)! Переходить улицу очень опасно. Может сбить машина. Поэтому - прежде чем сделать это, посмотри сначала налево, потом направо. И, если не будет машин, переходи!» Ты уже давно забыл об этом уроке, но родительская программа живет внутри тебя и заставляет поворачивать голову. Как бы ты ни был занят мыслями, твоя голова сама по себе поворачивается в нужном направлении.

Можно сказать, что внутри тебя есть часть Я, которая ответственна за безопасный переход улицы? Безусловно! Можно сказать, что она действует в какой - то степени автономно, без участия сознания? И это тоже верно!

### Внутри каждого человека есть писарь?

Когда ты пишешь что - либо, ты ведь не задумываешься о том, как надо выводить рукой буковки? Наверное, нет. Можно сказать, что внутри тебя есть часть Я, которая ответственна за «писанину» и которая действует автоматически? Мне представляется, что и в этом нет никакой натяжки. Конечно, если ты захочешь, ты возьмешь контроль над этими частями Я и будешь делать эти действия сознательно. Но чаще всего эти части Я работают в автоматическом режиме.

Если немножечко абстрагироваться, то можно легко представить эти части Я, наши вторые, третьи и т.д. Я, каждая из которых существует внутри человека ради выполнения своей - строго определенной задачи.

Внутри каждого человека есть часть Я, которая ответственна за питание организма; за обеспечение организма воздухом; есть часть, ответственная за доставление удовольствия, за самосохранение и т.д. Есть много - много разных частей Я, которые по мере своих сил реализуют то, что стало для этого человека ценным в результате воспитания и индивидуального развития.

### Психика – тот еще фрукт?

Для того, чтобы образно представить взаимоотношения сознательного и бессознательного материала, можно сравнить нашу психику с фруктом гранат. Его шкурка - наше сознание, а бессознательное - его ягодки. Каждая из этих «ягодок» - часть Я, ответственная за реализацию какой-либо ценности. И каждая появилась внутри психики для того, чтобы приносить ту или иную пользу.

***Ковыляющий по прямой дороге опередит бегущего, который сбился с пути.***

***Ф. Б е к о н***

По объему бессознательное намного больше сознания. Но каждая «ягодка», которая его составляет, намного меньше сознания. Еще один образ, который помогает осознать эти взаимоотношения: сознание - это средневековый феодал - сюзерен, который сильнее отдельного вассала, но намного слабее всех их, вместе взятых.

### Как сделать себе не просто плохо, а очень плохо?

Части, ответственные за обеспечение биологических потребностей, образуются естественным образом. А вот другие - по мере поступления информации. Если когда-то ты сказал себе в какой-то конкретной ситуации: «Ой, как мне от этого плохо! Я, наверное (то есть НАВЕРНЯКА), буду от этого страдать всю жизнь!», то ты, таким образом, даешь команду на создание в себе новой части Я, которая в будущем реализует эту программу.

Она становится частью Я, в результате деятельности которой появляется болезнь или психологическая проблема. И начинает обуславливать твое плохое самочувствие. Человек это событие зачастую воспринимает чуть ли не как катастрофу. Но в организме ничего не происходит так просто.

Потом, когда пройдет достаточно долгое время и непосредственное событие, которое вызвало эту боль, давно забудется, часть Я, ответственная за реализацию этой команды, все равно будет продолжать делать свое дело упорно и надежно. Ведь ее, эту часть, создали и отдали приказ: «Всегда страдать от этого!!!»

Если часть Я, в результате деятельности которой появляется болезнь, возникла и стала действовать внутри человека, то это означает, что она зачем-то нужна организму. Все в этом случае идет по закону биологической целесообразности. Правда, мы из-за этого сами себе создаем трудности. И потом героически их преодолеваем!

Считается (и это проверено на практике), что все части Я существуют для того, чтобы приносить пользу. И, не удивляйся, дорогой мой читатель, - даже часть, в результате деятельности которой появляется болезнь! Если ты считаешь, что болезнь приносит только вред, то это далеко не так.

Представь себе такую картину. Несколько детишек играют в песочнице, а мамы сидят неподалеку и разговаривают. И тут прибегает собака и лает на детей. Ребенок сильно пугается, изо всех сил бежит к маме и спасается у нее под юбкой. И в этот момент в его голове идет примерно такой разговор: **«Собака могла меня убить! Это хищник!** **Хорошо, что мама сейчас оказалась рядом и я успел спастись! А если бы ее не было рядом?! Поэтому в будущем надо сделать все для того, чтобы этого не произошло!»** Ведь его бессознательное прекрасно знает, что если рядом с организмом появится что-то четвероногое, зубастое и с хвостом, то это очень опасно! Многие века и поколения спасались только те дети, которые, как только увидят хищника, тут же хватали ноги в руки и спасались под защитой взрослых.

И в этот момент внутри ребенка появляется новая часть Я, которая ответственна за страх перед собаками. Она знает свое дело «туго» и каждый раз при встрече с собакой упорно сигнализирует:  **«Перед тобой ужасный, сильный враг! Он может наброситься на тебя и съесть! Бойся его!!!»** В детстве для маленького ребенка это было действительно так. И вполне возможно, что эта часть Я не раз спасла ребенку жизнь.

### Бессознательное само не взрослеет?

Человек становится взрослым и сильным, но продолжает бояться собак. Он всю жизнь бледнеет от лая комнатной собачонки. Сознанием своим он прекрасно понимает, что та даже кусаться-то не умеет, не то, что убить. Но ничего с этими эмоциями поделать не может. Он страдает от кажущегося ему иррациональным страха, понимает это, но ничего с собой поделать не может.

А дело в том, что сознание изменилось, тело стало взрослым и теперь собака совершенно не страшна. Но эта часть Я остается в том же «возрасте», в котором образовалась. И, естественно, реагирует на стимулы, идущие из внешнего мира так, как реагирует человек в этом возрасте.

***В нашем мире опасность угрожает тем, кто ее боится.***

***Б. Шоу.***

Таким образом, можно с большой степенью вероятности утверждать: то, что мешает человеку во взрослом состоянии, когда-то в детстве приносило ощутимую пользу и обеспечило его выживание. Например, родительский запрет маленькой девочке: «Не езди в лифте с чужими дядями!» Эта программа поведения помогла ей стать взрослой без особых эксцессов. Будучи уже взрослым человеком, она может ничего не помнить о запрете. Просто она, сама не понимая почему, боится ездить в лифте. С точки зрения этой «материнской» программы она делает очень важное и серьезное для организма дело: «Нельзя ездить в лифте с взрослыми дядями. Это опасно!!!»

### Чем примитивнее, тем надежнее?

Бессознательные части нашего Я обладают следующими свойствами: они созданы для того, чтобы приносить пользу организму, они очень просты, действуют прямолинейно и с большой надежностью. Они ориентированы на безусловную и бескомпромиссную реализацию той ценности, ради которой и существуют. При этом они не желают считаться с интересами других частей. И делают это только под принуждением.

Часть Я, ответственная за болезнь, не злостный вредитель и саботажник, но ревностный сторонник человека. Но беда ее в том, что у нее «умишка» не хватает, кругозор узок, отсутствует интерес ко всему, что не входит в круг «прямых обязанностей». Эта часть продолжает ревностно служить человеку по уставу армии царя Гороха.

### Как образуется Конституция организма?

Задача человека как существа биологического – выжить. А для этого его поведение должно быть адекватным тем стимулам, что идут из окружающего мира. Получая положительный или отрицательный опыт при встрече с тем или иным фактором жизни, ребенок приучается в дальнейшем при встрече с ним или стремиться к этому или же избегать его. То есть внутри человека в процессе воспитания формируется иерархия того, «что такое хорошо и что такое плохо», как бы Конституция организма – шкала ценностей и опасностей. Если же принять во внимание, что сочетание силы, времени и разнообразия воздействия внешних факторов на каждого человека уникально, то понятно, что они, эти шкалы, будут у всех совершенно разными.

Бессознательное может действовать только на основе этой «Конституции». И оно будет воздействовать на поведение человека, делая все, чтобы он шел в том направлении, которое задано шкалами ценностей и опасностей. И мы, зачастую независимо от своего желания или нежелания, вынуждены делать все, чтобы реализовать эти ценности, особенно стоящие на первых местах в иерархии ценностей. Если человек чувствует, что есть вероятность получить из внешнего мира что-то действительно ценное ДЛЯ НЕГО, то он может ради достижения этого свернуть горы.



Если же то, чего человек хочет достичь, все время выскальзывает из его рук, то это, безусловно, говорит, что желаемое не так желательно, как ему представляется. Если человек постоянно спотыкается на ровном месте, если что бы он ни делал - в результате все равно попадает в тупик, если разбитое корыто является итогом всех его начинаний, то это говорит об ущербности его представлений о мире. Таким образом, мы можем с достаточной долей уверенности утверждать, что основой очень многих болезней или же нарушений адаптации человека к этой жизни, является неадекватная шкала ценностей.

### «Пытки» бессознательного страшнее дыбы?

Если ценность никак не удается реализовать в необходимой степени, то у человека обязательно образуются отрицательные эмоции. Часть Я, которая ответственна за реализацию данной ценности, через них говорит ему: **«Ты не сделал очень важное дело с моей точки зрения. Это опасно для жизни! И я не оставлю тебя в покое, я буду постоянно «капать на мозги», пока ты не будешь вынужден реализовать эту потребность».** И чем дольше эта ценность не реализуется, тем сильнее бессознательное давит человеку «на нервы». Оно начинает использовать для этого тревогу, страх и тому подобные вещи.

«Пыточный» арсенал у подсознания очень богат! И в этом есть резон: если животное, например, никак не может поесть - это опасно, запросто можно помереть от голода.

Многие родители разбираются в принципах воспитания – как свинья в апельсинах! В результате в человека могут быть внедрены такие представления, которые будут в значительной степени отравлять ему жизнь. Понятно, что из-за этого очень часто шкалы формируются неадекватными той реальности, в которой человеку приходится жить. Другими словами человек считает ценным то, что субъективной ценностью для него не является, стремится к тем целям, которые ему ничего не дадут. Или же боится того, чего вовсе не обязательно бояться.

Например, если у ребенка в определенном возрасте появляется сексуальный интерес (что абсолютно нормально в этом возрасте), у многих родителей начинают вставать волосы дыбом! И чтобы ребенка отвратить от этого, родители часто говорят: «Ты нехороший! Это грязное дело! Нельзя это делать!» И действительно ребенку нельзя заниматься сексом. Но такие Родительские программы могут запрограммировать у человека стыд за свою сексуальность даже во взрослом состоянии. Ведь в этих родительских запретах нет временнЫх запретов: «Сейчас нельзя! Но когда вырастешь, то можно и нужно…» И человек вырастая, все-таки занимается этим. Но это для него не легитимно – он делает это из-под-тишка, как бы воруя. Вот поэтому многие люди полностью скрывают от родителей свою половую жизнь. При этом, понятно, зачастую получая от этого сплошные неприятности.

### Вопрос оказался приказом?

Например, недавно один коллега из Риги рассказал мне случай такого программирования, который произошел с ним в детстве. Ему было 4 года, когда он с какой-то болезнью попал в больницу. По советской «традиции» он лежал там без матери. И однажды среди ночи описался. А медсестра, которая зашла в палату, почувствовала запах и подошла к нему. И злым шепотом (чтобы не разбудить других детей) она ему сказала фразу: «Ты ничего не чувствуешь?» Но спросонья он не понял, что это вопрос. Его бессознательное восприняло это как приказ! И всю жизнь у него отмечается РЕЗКО пониженная болевая чувствительность.

***Настоящее всегда чревато будущим.***

***В. Лейбниц.***

Но человек сам эти шкалы ценностей и опасностей изменить не может. Это происходит, во-первых, из-за того, что он и сам не осознает свои ценности. А, во-вторых, эти ценности лежат в самой глубине его личности, как бы входят в «операционную систему» психики. И изменить их самому редко кому удается. Это подобно тому, как зараженный вирусом компьютер пытаться излечить при помощи операционной системы, которая сама заражена. И надо брать внешний диск с чистой операционной системой и антивирусом. В случае с человеком это тоже верно -практически всегда серьезную коррекцию психики может сделать только психотерапевт.

### Если сознание закусило удила…

Жизнь в обществе предъявляет людям огромное количество требований. И не все из них они с удовольствием выполняют. То есть необходимость выполнения этих требований частенько вызывает у людей отрицательные эмоции.

Чаще всего люди не понимают (да и не желают понимать) причин тревоги и депрессий, тех отрицательных эмоций, что образуются вроде бы на пустом месте, при внешнем благополучии. А на самом деле это «посылки» из бессознательного. Оно анализирует положение дел во внешнем мире, действия первого Я и окружающих его людей. И приходит к выводу, что дела идут не так, как хотелось бы. В этом случае человек начинает испытывать чувство неопределенного недовольства. Таким образом, эмоции, которые мы ощущаем (хоть положительные, хоть отрицательные), являются индикаторами на шкале управления организмом.

Если же бессознательное решит, что дела идут так, что организму может быть нанесен ущерб, то оно начинает продуцировать тревогу, страх, ужас, панику (в зависимости от степени угрозы организму). Но чаще всего люди не открывают эти «посылки» и продолжают жить так, как жили раньше. И в лучшем случае принимают противотревожные препараты. Если бессознательному не удается таким образом воздействовать на поведение человека, то тогда оно начинает показывать свое недовольство его действиями при помощи воздействия на гладкую мускулатуру сосудов и внутренних органов.

### Может лучше искать компромиссы?

Я объясняю то, что происходит в этом случае, примерно так. Представь себе, дорогой мой читатель, небольшое озеро, в котором живут водные существа. Если они живут друг с другом в мире, то поверхность озера будет спокойной, а вода чистой. Но если они поссорились и начали там внутри драться друг с другом, то, как ты думаешь: поверхность воды останется спокойной? а вода чистой? Конечно же, нет!

Грязь, которая накопилась на дне за тысячи лет, поднимется со дна в виде мути. А на поверхности воды появятся волны. Это является аналогией того, что творится в бессознательном и что мы называем вегето - сосудистой дистонией.

В психике такого человека постоянно - то затухая, то разгораясь под влиянием внешних и внутренних стимулов - идет борьба между тем, что есть и тем, что хочется, между желаемым и действительным, между тем, что требует тело и тем, что разрешено - обществом или родителями.

***Склонность к радости и надежде - истинное счастье;***

***склонность к опасению и к меланхолии - настоящее несчастье.***

***Д. Юм.***

В результате этой «тряски» человек бывает вынужден изменить свой образ жизни. Если замена поведения удовлетворит бессознательное, то через некоторое время «волны» на поверхности тела успокаиваются, и воцаряется покой. Клинически это проявляется в выздоровлении от вегето - сосудистой дистонии. Если же нет – то приступы неприятных ощущений будут повторяться вновь и вновь, с каждым разом усиливаясь. И дело дойдет до психосоматоза.

### Война всегда приводит к разрухе?

Между появлением болезненных симптомов и оформлением болезни как сомато-социально-психологического явления, есть критический отрезок времени для разных людей и разных болезней. Если этот критический отрезок времени прошел, то вылечить человека становится очень трудно, даже при помощи современных психотехнологий. Он психологически деформируется, внутренне смиряется с болезнью. И даже начинает получать от нее пользу.

При длительных болезнях человек не выздоравливает потому, что где-то на бессознательном уровне восстановительные процессы блокируются - он как бы не позволяет себе выздороветь. Если бы не этот процесс, то организм восстановил бы все повреждения в два счета.

Хорошей иллюстрацией является пример: если человек, не дай Бог, заболеет сифилисом, то долго ли он будет жить с этой болезнью? Всем, наверное, понятна абсурдность этого вопроса. Сифилис - болезнь позорная и человек постарается избавиться от нее как только - так сразу. Но если человек не делает это с неврозами и психосоматозами, то о чем это говорит? О том, что болезнь человеку нужна, она дает ему какие-то дивиденды. Но это очень опасные игры! И напоминают опасные эксперименты Франкенштейна, который создал монстра. И который потом его же и сожрал!

### Человек убивает себя сам?

В настоящее время на Западе психосоматическая медицина получает все более и более широкое распространение. Она утверждает (и доказывает это с фактами на руках!), что очень многие болезни на самом деле являются психосоматозами, то есть заболеваниями, вызванными к жизни длительными или очень сильными эмоциональными переживаниями заболевшего человека.

Три главные убийцы в Средние века были Война, Голод, Чума. В современном мире их место заняли Страх, Крах и Вина. Если человек испытывает Страх, то он постоянно напряжен, пуглив, у него поднимается артериальное давление, сильно и часто бьется сердце. Он находится в дистрессе и у него развивается вегетососудистая дистония и в конце концов нервное истощение. А там уже близко к переходу этого к процессу психосоматизации.

Если человек находится в состоянии после Краха, то его постоянно грызет сожаление о потерянном. И ощущение невозможности вернуть его. В результате на основе дистресса образуется депрессия. Депрессия (это доказано строго научно) подавляет иммунитет. Понятно, что присоединяются всякие инфекции, возникают аутоиммунные процессы, что приводит в конце концов к тому или иному психосоматозу.

Но самое страшное, что может произойти с человеком - это остаться один на один со своей неумолимой совестью. Вина – самый сильный убийца из трех! Вина может сразу же привести к смерти (с помощью пули или петли). Но чаще она грызет человека долго и с «удовольствием». И человеку болезнь или смерть становится милее жизни!

Психосоматозы также часто образуются как реакция личности на длительные и мощные конфликты со значимыми людьми, от которых человек так или иначе зависит. Если он в течении длительного времени не позволяет себе осознать гнев или же чувство раздражения к этим людям и по этой причине вынужден сдерживаться и не высказывать то, что накипело на душе, то даром это для него не проходит. Эти конфликты уходят в бессознательное данного человека и через некоторое время (и при создании для этого благоприятных условий) прорываются в теле в его «тонких» местах.

Свою лепту вносят и экзистенциальный кризис, когда человек не понимает – зачем он живет на этом белом свете? Естественно, это связано с бездуховностью. И когда те материальные цели, которые человек ставил перед собой или достигнуты или же он в них разочаровался, он теряет цели в своей жизни. Нет цели – нет энергии, нет драйва, нет желания преодолевать трудности и двигаться вперед. И как только человек останавливается, он начинает «хандрить».

Естественно, из-за неожиданности появлении этих убийц человек испытывает драматичность, происходящего с ним. А это приводит к чувству изолированности. И если человек в течение некоторого времени не освобождается от них, то единственный для него способ выжить – выкинуть эти переживания в бессознательное и обезопасить их в психосоматозе.

Вы можете подумать: «А как могут неприятные эмоции так влиять на организм?» Но вы очень часто встречаетесь с этим влиянием! Вы многократно встречались с тем, что когда вы испытываете стыд, вы краснеете. Когда вы испытываете страх – бледнеете. Вы знаете, что у людей в стрессовых ситуациях появляется «медвежья болезнь». А когда вы получаете внезапную отрицательную информацию, екает сердце. Все это признаки того, что наши эмоции ПРЯМО и НЕПОСРЕДСТВЕННО влияют на тело!

Большинство переживаний, которые образуются в процессе жизни, мы рационализируем, то есть говорим себе примерно следующее: «А, ерунда! Мне что - с ним детей крестить?» И эмоции относительно этого события теряют свою силу. Но отрицательные эмоции, которые мы не смогли рационализировать по тем или иным причинам, живут где-то внутри нас и «мутят воду». И на их основе образуется вегето-сосудистая дистония, когда внутренний конфликт проявляется на поверхности тела в виде вегетативных волн и спазмов. Если конфликт не разрешается, процесс идет дальше – у человека появляется невроз. Его начинает «трясти» еще сильнее, спазмы усиливаются, что приводит к нарушению обменных процессов во внутренних органах. А там уже недалеко и до появления органических изменений в органе, то есть появления психосоматоза.

На сегодняшний день к психосоматозам относят более 100 болезней, в том числе мигрень, инсульт, стенокардию, инфаркт миокарда, язву желудка и 12-ти перстной кишки, сахарный диабет, бронхиальную астму, гипертоническую болезнь, тиреотоксикоз, генуинную (то есть не имеющую явной органической причины) эпилепсию, кожные и аллергические заболевания, остеохондроз и разные радикулиты, многие раки, аутоиммунные заболевания: ревматизм, болезнь Рейно, артриты, системную красную волчанку, склеродермию (и так далее и тому подобное).

То есть все самые тяжелые и потенциально очень опасные для жизни заболевания в какой-то мере взращены самим человеком и на самом деле являются его реакцией на то, что дела идут не так, как хотелось бы.

### Как образуется рак?

Наиболее ярко и зримо психосоматический характер развития болезней проявляется в раковой болезни. Не секрет, что жизнь сложная штука. И очень часто человек входит в конфликт – или с окружающим миром или с самим собой. Если человек входит в конфликт с окружающим миром, то, конечно же, это происходит из-за того, что он руководствуется в своих действиях неадекватными представлениями о нем. Он взаимодействует с миром так, как его приучили (а это связано с культурой той семьи, в которой он вырос и которая определяет его реакции).



И даже если он терпит неудачу в каком-либо деле, он не может изменить свое поведение радикально и начать взаимодействовать с миром по тем законам, которые в нем существуют. Такой человек снова и снова бросается на амбразуры, пытается решать стоящие перед ним проблемы так, как он считает это нужным делать. И с каждым разом попадает во все более жесткие конфликты. И наступает время, когда он опускает руки! Вот этот момент и является самым опасным, так как может стать поворотным пунктом, после которого начнет развиваться психосоматоз!

### Заколдованный круг.

Когда человек чувствует, что чтобы он ни делал – выхода нет, у него появляется безнадежность. Когда все его попытки решить проблему проваливаются – он начинает ощущать беспомощность. Когда человек одновременно чувствует и безнадежность и беспомощность, он становится апатичным. А апатичность приводит к подавлению проявлений его жизненной силы. Во всяком случае, большинство больных раком признают, что за несколько месяцев до начала заболевания они в течение длительного времени переживали чувство беспомощности, безнадежности и безвыходности. И в результате во многих случаях они сами «выключают» механизмы сопротивления болезни.

Дело в том, что очень часто из-за постоянных неудач у человека начинается депрессия. А депрессия (это твердо доказано) подавляет деятельность иммунной системы. Известно, что раковые клетки постоянно образуются внутри каждого человека. Но все они отслеживаются и уничтожаются иммунной системой. Внутри каждого человека есть своеобразный «Генплан». И даже в случае, если нормальные клетки организма в каком-либо месте слишком разрастаются (например, в рубцах после ран), они уничтожаются, так как по этому «Генплану» их здесь не должно быть.

Но в одно «прекрасное» время какая-нибудь из этих клеток начинает делиться непрестанно, образуя опухоль. И никто ее деление и развитие не останавливает! Наверное, ты согласишься, дорогой мой читатель, что это происходит не зря!

То есть иммунная система прекрасно «видит» раковые клетки. Но ничего не предпринимает против них, так как внутри распространяется такое «мнение»: «А зачем? Лучше уж сразу покончить с этой мерзкой тягомотиной, которая называется жизнью!» То есть рак на самом деле чаще всего и по большому счету является ***неосознаваемым*** ***самоубийством***.

### Смертельное самопрограммирование.

Я считаю, что очень часто у онкологических больных нарушается обмен информацией с бессознательным. То ощущение безнадежности, безвыходности и отчаяния, которые в течение некоторого времени испытывал человек, в какой-то определенный момент оформляются в мощный посыл бессознательному: «Так жить нельзя!» и «Я так жить не хочу!» И человек В ЭТОТ МОМЕНТ дает подсознанию команду на самоуничтожение, после которой оно замыкается на себя и начинает работу по разрушению организма.

***Для хорошего человека всякая неприятность***

***- это расплата за свой грех.***

***Э. Хемингуэй.***

Чаще всего происходит так, что человек через некоторое время выходит из этого экстремального состояния отчаяния и перестает так думать. Но поезд уже ушел! И даже если он понимает, что ту программу, которую запустил внутрь себя, надо обезвредить, он почти ничего уже сделать не может. Правда, чаще всего человек даже не думает об этом. Ему становится легче, проблемы рассасываются и вроде бы кризис преодолен. Но внутри него уже тикает бомба замедленного действия!

### Чувство вины убивает?

Очень ярко психосоматический характер рака я увидел в случае лечения одной пациентки. За два года до лечения летом на даче у нее погиб 14-летний внук. Она с двумя внуками поехала на велосипедах за продуктами в магазин. И на обратной дороге старший внук ничего не говоря ей, уехал вперед. Она окликала его, пытаясь остановить. Но он был несколько глуховат и не услышал ее (а может не захотел услышать). И через некоторое время на перекрестке его сбила машина.

После похорон мать ребенка, ее дочь, обвинила мою пациентку в том, что она виновата в смерти ребенка. Она очень переживала по этому поводу, но решила, что дочь сказала это в аффекте. Но через год она вернулась к этому вопросу и пыталась доказать дочери, что ее вины в этом не было. И дочь сказала ей: «Половина, на половину!» То есть она все-таки на половину виновата в этой смерти.

На сей раз после разговора с дочерью она переживала намного сильнее и дольше. И примерно через полгода обнаружила опухоль левой груди. Она не могла в то время сразу обратиться в больницу. А когда обратилась, опухоль уже была размером с куриное яйцо. Также были обнаружены метастазы в подмышечной впадине. Ей была назначена химиотерапия. И с этим она пришла на психотерапевтическое лечение. Этот пример ясно и четко, без всяких сомнений, доказывает то, что рак является психосоматозом.

### Как возникает инфаркт миокарда?

Смулевич говорил, что стресс, в результате действия которого впервые появляются психосоматические нарушения, должен быть сверхзначимым по типу «удар судьбы» или «последняя капля». И если человек не может защищаться от них, то становится чрезвычайно уязвим. Относительно таких людей верны слова шотландского врача Д.Хантера: «Моя жизнь находится в руках любого дурака, который найдет возможным меня встревожить».

Тщательный опрос лиц, перенесших инфаркт, показывает, что за относительно короткий период до развития инфаркта они находились в состоянии особенно выраженного возбуждения, двигательного беспокойства, взвинченности, которые затем, непосредственно перед сердечной катастрофой, сменилась подавленностью и депрессией.

Известна масса случаев, когда при эмоциональных катастрофах у человека мгновенно образуется смертельный спазм. То есть в бессознательном в этот момент идет оценка случившегося. И если там решается, что произошло что-то ужасное, что с этим НИКАК И НИКОГДА нельзя смириться, то организм находит из этого морального тупика только один выход – самоубийство. И тебе, дорогой мой читатель, наверное, вспоминаются случаи из времен Советского Союза, когда после разноса в обкоме партии умирал от инфаркта миокарда тот или иной начальник.

### Если скользко – вполне можно упасть?

О том, что причиной стенокардии является конфликт с бессознательным, очень ярко показывает пример одного моего пациента. Он работал заместителем директора крупного предприятия. А время было очень тяжелое для экономики (он у меня лечился в 1995 году). И ему по приказу директора приходилось заниматься достаточно “скользкими” делами. Это ему сильно не нравилось, он серьезно переживал из-за необходимости в связи с этой работой ходить по краю пропасти. Ведь он прекрасно знал, что сколько веревочке ни виться....но директору за это не отвечать! Но выхода для себя, кроме увольнения (и потери статуса и льгот) он не видел.

***Молодость - вот время для усвоения мудрости,***

***старость - время для ее применения.***

***Ж.-Ж. Руссо.***

У него на этой почве стало болеть сердце. Он лечился у кардиологов, проходил различные процедуры. Но это помогало ему – как мертвому припарки! И чем дальше заходило дело, тем хуже он себя чувствовал. Его бессознательное, чувствуя угрозу для жизни и благополучия организма, стало предпринимать меры. И изнутри «дергало» сосуды не только сердца, но и всего организма. То есть для изменения его поведения оно стало организовывать ему вегето-сосудистую дистонию. В результате он попал в больницу. Но это никак не повлияло на его поведение, так как редко кто связывает появление вегето-сосудистой дистонии с жизненными ситуациями, в которые он попадает.

### Сколько раз человек может наступить на грабли?

И, подлечившись в больнице, он опять вернулся на прежнюю работу и продолжил «ходьбу по канату». Но через некоторое время у него появились приступы стенокардии. И вот это заставило его серьезно заняться собой и, в частности, прийти на лечение ко мне.

В начале лечения он увидел серию очень показательных снов. В первом сне он увидел, что стоит в огороженном саду и срывает яблоки. А яблоки, какое он ни сорвет, все попадаются червивые. А рядом, за забором, он видит яблони с прекрасными яблоками без всяких червоточин. И думает: «А зачем я беру эти яблоки, когда я без всякого риска попасться на воровстве, могу их нарвать за забором?»

Следующий сон: он встретился с человеком со своей прежней работы. И тот принес ему в подарок рюкзак свежей рыбы.

Третий сон: он лейтенант и его взвод получил приказ окопаться - на дне ущелья! И он думает: «Что за идиотский приказ! Ведь нас запросто забросают гранатами!»

И последний сон: он с несколькими солдатами бросил линию обороны и сквозь туман идет в аэропорт. И когда они подошли к аэропорту, у него появилась мысль: «Туман ведь! Самолеты, наверное, не летают». Он послал солдата в кассу узнать - есть ли билеты. И через некоторое время тот пришел и радостно объявил, что билеты есть и самолеты летают!



Наверное, тебе, дорогой мой читатель, вполне понятна символика этих снов. После лечения он почувствовал себя прекрасно, бросил свою работу, нашел старых друзей, образовал с ними совместное предприятие и стал гонять старые машины из-за рубежа. И теперь они вместе с женой занимаются совместным бизнесом. Он совершенно здоров и чрезвычайно доволен своей жизнью!

### Как образуется бронхиальная астма?

Прекрасно иллюстрирует психосоматический характер бронхиальной астмы следующий пример.

Одна моя коллега как-то рассказала мне о том, как у ее сына образовались сначала вазомоторный ринит, а потом и астматический бронхит. Ее сын в связи с рождением второго ребенка стал очень капризным и много плакал. Хотя ему и было тогда 8 лет, он все-таки очень ревновал мать к новорожденной.

И какой-то знакомый невропатолог посоветовал ей повесить ребенку на шею баночку и написать на ней «Ильюшины слезы». Она так и сделала. Ребенок перестал плакать. Но через некоторое время у него появился вазомоторный ринит (он стал «плакать» носом), а потом и астматический бронхит.

Теперь-то она понимает, какую глупость тогда совершила. Но вернуть старое назад и переиграть все заново еще никому не удалось. Правда, мы совместными усилиями блокировали компонент спазма. Но носом и бронхами (бронхиального отделяемого у него очень много) он продолжает плакать.

Самое плохое в его случае то, что у него через некоторое время начался призывной возраст. И, естественно, его в армию из-за болезни не взяли. И для него это может быть очень опасно. Для того, чтобы не попасть туда и в будущем, он неосознаваемо может воспользоваться болезнью как способом достижения этой цели.

В медицине это называется вторичной выгодой, то есть сама болезнь, конечно же, неприятна, но она приносит выгоду. И очень часто у таких больных вторичная выгода оказывается сильнее желания быть здоровым.

С моей точки зрения человек неосознаваемо использует психосоматоз в 4 вариантах. Рассмотрим эти варианты на примере классического психосоматоза - бронхиальной астмы. Но, понятно, что эти варианты существуют при всех психосоматозах. Только получение вторичной выгоды идет другими способами.

1. «Меч против других». Если человек неосознаваемо использует этот вариант, то у него среди ночи возникает бронхиальный спазм. Естественно, он начинает задыхаться и метаться по кровати. Все домочадцы, конечно же, от этого просыпаются и помогают ему выйти из приступа. Они делают уколы, греют ему ноги и так далее и тому подобное. И только тогда, когда нормальное дыхание восстанавливается, они могут лечь спать.

И очень часто бывает так, что утром домочадцы, вконец измочаленные этими ночными тревогами, уходят на работу. А «виновник торжества» спит весь день чуть ли не до их прихода с работы. А ночью все начинается сначала.

Человек в этом случае при помощи приступа болезни или наказывает тех людей, от кого зависит, или же протестует против их поведения. Он заставляет страдать других, хотя сам при этом страдает намного больше.

2. «Меч против себя». В этом случае у человека ночью тоже появляется приступ удушья. Но он делает все, чтобы этим не обеспокоить никого. Он пользуется ингалятором, греет ноги, уходит в другую комнату для того, чтобы другие не слышали тяжелого дыхания и так далее и тому подобное.

Все домочадцы в это время спокойно спят и даже не подозревают, что происходит с больным, который направил этот «меч» против себя. Этот вариант часто появляется тогда, когда человек сам себя винит за какой - либо проступок, который ему никак нельзя было совершать по соображениям своей морали. И приступ является самонаказанием при помощи болезни.

3. «Щит против других». В этом случае приступ (и, вообще, болезнь как явление) дает человеку возможность освободиться от необходимости делать то, что ему делать очень не хочется. Например, не работать на постылой работе.

Человек знает, что, если он просто скажет: «Не хочу работать!», то он подвергнется социальному остракизму. Например, как это было в Советском Союзе, когда людей сажали в тюрьму за тунеядство. Но если ты болеешь, то и взятки с тебя гладки! Даже инвалидность тебе оформят.

4. «Щит против себя». В этом случае болезнь используется в качестве ограничителя собственных желаний, которые могут привести к поступкам, несовместимым со шкалой ценностей личности. По этому варианту шло развитие болезни у той моей пациентки, у которой псориаз покрыл всю переднюю часть тела (см. ниже).

Но так как те факторы, которые привели к появлению психосоматического комплекса, продолжают действовать, защита не справляется и постепенно сдает свои позиции. Человек как бы «пугает» тех людей, от которых зависит: «Если не измените своего поведения, то я заболею!» и дает им время для того, чтобы они это сделали. Но так как никто и не думает меняться, болезнь развивается дальше.

С течением времени эта возможность контролировать процесс болезни постепенно теряется. Болезнь как бы захватывает плацдарм за плацдармом и, в конце концов, выигрывает эту «игру в поддавки». И когда образуется истинный психосоматоз, эта возможность полностью теряется.

Болезнь, как лавина, которая сползает со склона горы из-за того, что ее потревожили, начинает двигаться в сторону все большего усиления. И, в конце концов, погребает человека под собой. На этом этапе, даже если человек очень хочет вылечиться и у него появляется достаточно серьезный стимул для выздоровления, мало что можно сделать.

Казалось бы – куда смотрит инстинкт самосохранения? Ведь психосоматоз может в конце концов убить организм. Но психосоматоз, хоть и несет опасность для жизни, чаще всего не включает инстинкта самосохранения на полную мощность. Ведь опасность как бы растянута по времени, размазана на долгие годы. И это является наиболее коварной ловушкой, которая ставится нашей ленью, и которая подсекает наше здоровье.

Даже если у человека в результате накопившихся психологических проблем образуется психоз, инстинкт самосохранения не вмешивается: ведь непосредственной угрозы жизни нет! Как бы ни складывались обстоятельства - родители или государство не бросят на произвол судьбы.

Также важно то, что с течением времени у человека, болеющего психосоматозом, появляются новые качества психики. Если в начале агрессия шла на себя, то есть психика была интро-понятийная, то потом, по мере нарастания психосоматизации, агрессия все чаще и чаще направляется вовне. То есть его психика психопатизируется со всеми свойственными психопатиям проявлениями. Конечным этапом этого процесса является психастенизация и ипохондрия.

Менегетти как-то сказал: «Болезнь взлелеяна обществом, которое отдает ему пальму первенства. Почему? Во-первых, болезнь служит оправданием слабости и, следовательно, ненаказуемости индивида. А во-вторых, обеспечивает каждому члену общества в случае его болезни то же прощение и защиту, которую он демонстрирует по отношению к другим. Мы проявляем доброту к другим, тем самым обеспечивая себе защиту в случае возможного личного заболевания».

Я тоже считаю, что большинство болезней неосознаваемо используются людьми как щит или же меч - против других или же против себя. И большая часть инвалидов по внутренним болезням на самом деле являются социальными паразитами (хотя они, конечно, в этом не виноваты).

То есть болезнь, кроме непосредственной причины, поддерживается еще массой личностных установок. И если человек начал заикаться после того, как его испугала собака, то, казалось бы - сотри из его эмоциональной памяти это событие - и дело с концом. Но все не так просто!

По мере развития заикания оно связывается с получением дополнительного внимания родителей, послаблениями в учебе от учителей и так далее и тому подобное. И если человек имеет эти дивиденды, то болезнь получает статус условно-приятной (по терминологии, принятой в СССР).

И даже если человек уже давно вышел из того возраста, в котором условная приятность была необходимой, эти программы продолжают действовать и требовать, чтобы он заикался.

Понятно, что лечить психосоматозы только лекарствами совершенно бесполезно! Но если с помощью современных методов психотерапии избавить человека от психологических причин болезни, то выздоровление становится возможным.

Этими примерами я хочу сказать тебе, дорогой мой читатель: для выздоровления ОБЯЗАТЕЛЬНО надо корректировать психику и освобождаться от конфликтов. Это самое главное и самое важное в процессе лечения болезни, которое убирает ее ПРИЧИНУ! Все заболевания начинаются в голове. И они являются СЛЕДСТВИЕМ и СИМПТОМАМИ продолжающегося конфликта в голове. И для того, чтобы избавиться от них, надо начинать с головы.

Если этого не сделать, то даже самые лучшие лекарства и современные методы лечения помогут только на время. Но если провести психотерапевтическую коррекцию, которая поможет человеку смириться с Крахом, избавиться от Страха и найти рациональные доводы для избавления от Вины, то потом те же самые методы оздоровления и лекарства, которые не помогали, очень быстро справятся с болезнью.

.

## Глава вторая, в которой я расскажу – почему с помощью психотерапии можно вылечить психосоматозы

Мы привыкли к тому, что человек состоит из бесчисленного количества клеток. У него есть скелет, на котором нанизано все остальное, есть кожа, призванная защищать тело от высыхания и от проникновения внешних агентов. Давно вычислены удельные сопротивления к нагрузкам и неблагоприятным факторам всех тканей, вычислены пределы допустимых температурных колебаний, вне пределов которых человек не сможет выжить.

Казалось бы, можно на основе этих данных сделать вполне определенные выводы о границах, в пределах которых мы можем функционировать и возможностях, которые у нас есть. Но жизнь приносит массу загадок, которые никак не вписываются в эти вычисленные пределы.

Как ты, дорогой мой читатель, считаешь - эффект плацебо существует? Я прямо-таки слышу твой ответ: «Конечно же! Ведь проведена масса опытов, которые четко и безусловно доказали это». Да, и это действительно так!

И мне сейчас хочется заострить твое внимание: **это является фундаментальным фактом, который говорит о том, что в человеческом организме есть сверхмощные механизмы сохранения и восстановления здоровья. И что лекарства для выздоровления на самом деле в большинстве случаев не нужны!**

Ученые проводили примерно такие опыты. Человеку давали глюконат кальция и говорили, что это очень сильный анальгетик. При этом врач тоже не знал, что дает «пустышку» (двойной слепой метод исследований). И у человека проходили даже сильнейшие боли! Или давали что-то подобное и говорили, что это антибиотик. В ряде случаев плацебо действовало даже лучше анальгетиков или антибиотиков.

Таким образом, с помощью такого «обмана» ученые добиваются включения саморегуляции организма через неосознаваемое самовнушение пациентов. То есть эти механизмы в организме есть, и они могут воздействовать на организм очень сильно (и позитивно и отрицательно). Но сознательно его включить почти невозможно. И, наверное, только йоги в результате ДЕСЯТИЛЕТИЙ работы над собой, научаются и умеют произвольно ими пользоваться.

Так вот! Вся фишка плацебо заключается в том, что человек АБСОЛЮТНО уверен в том, что принял анальгетик. И это-то и дает такой результат. Эта вера на самом деле – самое главное!

В Евангелиях описан такой случай из жизни Иисуса Христа. Он со своими учениками откуда-то и куда-то. И около одного источник его остановил лежавший там парализованный. Он поднял руки и взмолился: «О, рабби, помоги мне!» Иисус Христос подошел к нему, возложил на него руки и парализованный тут-же встал на свои ноги. И принялся благодарить Христа за исцеление.

И Иисус сказал с моей точки зрения знаменательную фразу: «Иди. И больше не греши. Ибо ВЕРА ТВОЯ СПАСЛА ТЕБЯ!» Мы не будем сейчас решать был или нет Иисус Христос Богом (каждый решает это сам за себя). Но если бы этот человек не верил в то, что Иисус ему поможет, то этого чуда бы, скорее всего, не произошло.

Благодаря этой вере в организме включается механизм собственного выздоровления, то есть саморегулирования. А он есть у каждого человека. Это неосознаваемое самовнушение может быть очень сильным. Наверное, в тобой что-то подобное было, когда в экстремальной ситуации ты не чувствуешь боль и делаешь все необходимое для выживания. А потом, когда опасность миновала, начинается такое…

Ученые провели такие опыты. На глазах испытуемого на спиртовой горелке накаляли монету. Затем, взяв ее щипцами, заходили ему за спину и прикладывали к коже… Но не ее, а другую – холодную – монету. И у человека на этом месте тут-же образовывался ожог!

Еще более впечатляющие результаты они получили при проведении другого опыта. Человеку говорили, что ему разрежут кожу на спине. А затем проводили тупым предметом по этому месту и чуть-чуть поливали водой. Кожа чуть ли не на глазах разошлась и возникла рана!

В некоторых племенах до недавнего времени существовал такой обычай. Если в этом племени происходило какое-нибудь преступление, но преступник не был найден, то колдун совершал следующий ритуал.

Группе подозреваемых, среди которых был преступник, давали дозу яда. Она была рассчитана так, чтобы не убить наверняка, но только привести к не смертельному отравлению. Все участвовавшие в обряде знали, что яд так заколдован, что отравит только виновного. И виновный умирал!

Если же колдун на кого-либо обозлился, то подбрасывал на его охотничью тропу специальную палочку. Охотник, увидев эту палочку, понимал, что она заколдована на его смерть. И умирал!

***Отличительный признак мудрости – это неизменное радостное восприятие жизни.***

***М. Монтень.***

Известно также масса примеров, когда жажда жизни помогала человеку преодолеть такое, что считается невозможным. В одном из фашистских концентрационных лагерей заключенного, француза по национальности, который в чем-то провинился, гитлеровцы решили обречь на мучительную смерть.

Фашисты вечером выбросили его, раздетого и связанного, на 30-градусный мороз. Естественно, все ожидали увидеть утром замерзший труп. Ведь все мы прекрасно знаем, что это верная смерть. Однако ко всеобщему изумлению утром этот человек был жив. И даже не заболел воспалением легких! Это так удивило палачей, что заключенному даровали жизнь. Через некоторое время этому человеку удалось бежать из концлагеря. И уже после войны он в своей книге рассказал о случившемся.

Он лежал на снегу и чувствовал, что замерзает. Но смириться с этим не желал! Он знал, что ему никак нельзя умирать, так как у него большая семья, а он - единственный кормилец. Поэтому он всю ночь представлял себе, что лежит на пляже, и ему очень тепло. Огромное желание жить привело к освобождению запасов энергии из резервов организма, в результате чего человек выжил.

Очень ярко необычные способности йогов были продемонстрированы в фильме «Индийские йоги. Кто они?». (поищите в Интернете, там он наверняка есть). Йог на виду у всех выпивал «дымящуюся» серную кислоту без каких-либо последствий для себя, да к тому же «закусывал» сей напиток стеклянным стаканом. Мы также знаем из литературы, что йоги могут надолго лишать себя воздуха, пищи, воды и оставаться при этом вполне здоровыми.

Когда я был в Индии по туристической поездке, нам показывали вечернее шоу с одним йогом. На сцену вышел весьма упитанный мужчина средних лет с брюшком (приблизительно рост 165, вес 80 или около того). Что он только не выделывал? Стоял на ОДНОМ пальце вверх ногами в позе лотоса, втягивал живот так, что туда, где находится сердце, можно было засунуть кулак! И так далее и тому подобное. Если бы я все это не видел своими глазами, я бы никогда не поверил, что это возможно!

Или такой пример. В Болгарии есть древний религиозный обряд, называемый нестинарство. Этот обряд в настоящее время сохранился только на территории крупных курортов Болгарии, где его показывают туристам. Мне довелось увидеть его своими глазами и, надо сказать, что это зрелище производит сильное впечатление.

По раскаленным углям босиком ходят двое мужчин так, как будто это газон с травой. И не просто ходят, а, выбрав из толпы женщин и взяв их на руки, надолго приседают на корточки прямо на этих раскаленных углях. Уже после представления я видел одного из этих мужчин, проходившего мимо нас в пляжных тапочках, из-под которых ясно были видны совершенно неповрежденные подошвы и пятки.

До настоящего времени наука на нашла приемлемого объяснения этому феномену. Приходится пока теряться в догадках, пытаясь понять - почему же кожа не обугливается в тех условиях, когда бесследно сгорают брошенные на уголь свежие древесные веточки? Чем, каким фактором инактивируется высокая температура углей? Что защищает нашу мягкую, эластичную и очень ранимую кожу? Точного ответа пока нет, но можно вполне определенно сказать, что здесь задействованы силы и возможности человеческого организма, которые еще далеко нами не познаны.

В одном из номеров газеты «Неделя» была напечатана статья об обычае, который в настоящее время в ходу в Таиланде. Во время выполнения ритуальных обрядов некоторые члены племени начинают танцевать под звуки местных музыкальных инструментов, размахивая остро наточенной саблей. На высоте ажитации, в пиковые моменты танца, эти люди начинают полосовать себя саблями. Автор своими глазами видел, как прогибается под лезвием сабли кожа, как скользит по ней острый клинок. Но ни одного пореза, ни одной капли крови!

Почему?! Как это может происходить? Все, кто когда-либо имели дело с остро наточенным кухонным ножом, знают, что шутки с ним плохи, и на собственном опыте почувствовали, что прочность нашей кожи желает быть намного лучшей. Что придает прочность и эластичность коже тайцев?

Всем нам известны случаи, иногда происходящие на пожарах, когда в пылу борьбы со стихией люди выносили из помещений такие грузы, которые потом даже не могли сдвинуть с места. А в случаях, когда нам приходится спасать свою жизнь, мы можем преодолеть такие преграды, что потом долго думаем - как это могло произойти? Ведь мы никогда за собой ничего подобного не замечали.

Знаменитый русский ученый, путешественник и художник Н. Рерих во время своего Трансгималайского путешествия написал с натуры следующую картину. Вечером на обледенелую вершину горы сел в позе «лотоса» йог- Махатма, а утром вокруг его тела, в радиусе примерно полутора метров, была оттаявшая земля. Николай Рерих был серьезным ученым и никогда не был склонен к мистификации. Поэтому можно уверенно сказать, что он видел это на самом деле. Чтобы понять более четко этот пример, вспомни - насколько далеко тает снег вокруг костра? Оказывается, что из тела йога выделилась огромная энергия, наличие которой никоим образом нельзя объяснить современными представлениями.

Этот ряд примеров четко показывает – какова огромная сила самовнушений и саморегуляция – сознательная и бессознательная. Но она чаще всего неуправляема и ходит как кошка – когда и куда захочет.

Также мой опыт работы в психотерапии говорит, что современными методами психотерапии можно иной раз достичь практически чудесных излечений. Это чаще всего случается тогда, когда у человека появляется мощный мотив для выздоровления. И если он ВЕРИТ психотерапевту! Психотерапевт может быть всемогущ! И абсолютно беспомощен! С одним и тем же пациентом!

Ты, дорогой мой читатель, наверно слышал примеры того, как тяжело больные женщины, если решались родить ребенка, выздоравливали! Мощнейший материнский инстинкт к чертовой матери ломает все механизмы болезни. Одна моя искренне верующая раковая пациентка прошла соборование в церкви. И когда ей удалили опухоль, в ней все клетки были мертвыми!

Ты можешь верить в это или нет. Но статистика говорит, что во время Великой Отечественной войны практически исчезли самые тяжелые и опасные психосоматозы – язвы желудка, бронхиальная астма, стенокардия и так далее. Тогда просто опасно было болеть! И инстинкт самосохранения блокировал эти болезни. А уж после войны… Хирурги замучились вырезать язвы желудка.

На понимании того, что для того, чтобы вылечить человека, надо каким-то способом включить эту саморегуляцию организма, основана эффективность психосоматической психотерапии.

Таким образом, можно достаточно уверенно говорить, что организм сам себя вылечивает на 99%. Но при тех или иных болезнях эти механизмы блокируются (щит и меч). И пока не снимешь эту блокировку - выздоровление невозможно.

Роль психотерапии - устранить те психологические блоки, которые приводят к такому положению дел. И включить естественную саморегуляцию организма, подтолкнув этот процесс в самое короткое русло. Естественно, в этом деле еще очень желательно научить человека сознательно используемым им методам психической саморегуляции.

### Как использовать болезнь во благо себе.

И для того, чтобы развеять твои сомнения, я приведу два примера очень серьезный результатов, которые я получил с помощью авторских методов саморегуляции.

Как - то вечером я стал размешивать рукой казеиновый клей. А у меня была трещина на коже около ногтя указательного пальца левой руки. И это место сильно защипало. Ночью в этом пальце я начал чувствовать боль и подергивания и от этого очень плохо спал. А утром, когда проснулся, палец так раздуло......! Когда я увидел его, то аж присвистнул - так ужасно он выглядел. Кончик пальца посинел и опух так, что ноготь выдавило вверх на сантиметр. Мне было абсолютно ясно, что без хирурга обойтись не удастся. А то, что ноготь слезет, - ясно, как божий день!

Видимо из клея в ранку попал один из самых сильных органических ядов - трупный. Этот клей делается из останков животных и, скорее всего, при его изготовлении было использовано павшее животное.

Я пошел в больницу, где тогда работал, но сразу к хирургу попасть не смог, так как у самого было много работы. И вот тут я вспомнил свои изыскания относительно Биоэнерготренинга (сейчас я его называю Психолазером). Смысл его в том, что если концентрировать свое внимание во время вдоха на больной точке, то там смещаются обменные процессы в сторону подавления воспаления. Если делать это на фазе выдоха, то обменные процессы смещаются в сторону накопления энергии и восстановления органа. (подробно ты можешь ознакомиться с этим методом в моей книге «Психологический женьшень». Ссылка на скачивание ). Я начал делать 1 упражнение: представлять, что на фазе вдоха я «высасываю» из пальца «больную» энергию. А на фазе выдоха - «выбрасываю» эту «больную» энергию в землю.

И вот в перерывах между сеансами гипноза я, как только представлялась возможность, периодически концентрировался на этой работе и делал упражнение. Сначала отпустила пульсация и боль, а потом начала спадать и отечность. Примерно к обеду у меня отечность спала до того, что ноготь практически вернулся на место. Но боль и невозможность согнуть палец еще оставалась. К концу рабочего дня мне удалось полностью снять отечность и боль, а палец начал свободно сгибаться. К восьми часам вечера у меня осталась только болезненность при надавливании на ноготь. А утром следующего дня я проснулся совершенно здоровым!!!

И второй случай. Как-то я поехал лечить одного мальчика в Испанию. Отец его купил мне билет, забронировал гостиницу, а виза у меня была. В гостинице я поужинал и лег спать. А ночью проснулся от ОЧЕНЬ сильной боли в правой почке. И понял, что у меня опять пошел камень по мочеточнику. Та боль, которая при этом бывает, по интенсивности почти самая сильная, которую может испытывать человек. И тут я с ужасом вспомнил, что у меня НЕТ СТРАХОВКИ – забыл ее сделать. А это значит, что я не могу вызвать скорую (без штанов останешься, если платить самому), мне не продадут лекарство!

Я попал в безвыходную ситуацию! И это заставило меня мобилизоваться. Я сначала делал Психоскальпель, затем тут же Психоластик, а потом делал 2 упражнение Психолазера ( не буду здесь подробно описывать эти упражнения. Ты можешь скачать мою книгу «Саморегуляция НЕКСТ или 8 принципиально-новых способа саморегуляции организма» в которой подробно изложены эти техники по ссылке). И через полчаса ПОЛНОСТЬЮ снял боль и заснул. Утром у меня опять началась боль, и я повторил эти упражнения. Я проработал 4 дня без единой таблетки и уехал домой. А ночью камушек вышел.

Ты, дорогой мой читатель, можешь не сомневаться – я никогда сознательно своим пациентам не вру! (себе дороже выйдет!) Это реальные факты моей биографии. И я это описываю не для того, чтобы похвастаться, а для того, чтобы ты на моем примере убедился, что это возможно. Конечно, я понимаю, что если бы у меня были лекарства, я бы это не сделал. Но жесточайшая необходимость заставила мой организм согласиться на помощь мне. Кстати, интересный момент. Когда я приехал домой, то решил, что если я такой крутой саморегулятор, то таблетки пить не буду. И тут я почувствовал, как что-то внутри меня взмолилось: «Я же сделало все что надо! Зачем ты меня мучаешь?» И я выпил таблетки, заснул, а ночью камешек вышел. Если первые разы я страдал две-три-четыре недели, то этот вышел через 5 дней!

# Часть вторая История болезни и излечения пациента с помощью современных психотехнологий

А теперь я расскажу о тех технологиях, которые использую для лечения своих пациентов. Я являюсь автором метода психотерапии – Психохирургии. И написал очень большой и серьезный труд – руководство по психотерапии – «Психохирургия или психотехники нового поколения» (недавно вышло третье издание объемом 600 страниц формата А4). По моему методу в стране работают сотни психологов и психотерапевтов.

Первая техника, которая входит в Психохирургию – Перепрограммирование психики в гипнотическом состоянии на основе принципов нейролингвистики.

Вторая техника, которая входит в Психохирургию - «Машина времени». Это ускоренный (в тысячи раз!) и модифицированный ПСИХОАНАЛИЗ. Но при этом происходит не только осознание корней болезни, но и воздействие на них с целью коррекции прошлого. «Машина времени» обеспечивает ассоциативный поиск, то есть целевой выход на скрытые комплексы, которые питают болезнь так, как корни питают дерево.

Третья техника, которая входит в Психохирургию – Психоанимационная терапия.

Она является психохирургической формой кататимно-имагинативной терапии немецкого психоаналитика Лейнера.

Уникальность Психохирургии в том, что она позволяет быстро и с минимальными усилиями проникать в глубинные слои бессознательного. И перепрограммировать его без всяких помех со стороны защитных структур психики. Вследствие этого выздоровление или же значительное облегчение состояния происходит не через годы (как в психоанализе), не через месяцы (как это происходит при лечении большинством других психотехник), а буквально через 3-4 дня.

Данная комбинированная методика позволяет работать практически со всеми болезнями и психологическими проблемами. Но особенно хорошие результаты я получаю при работе с психосоматозами, в том числе с раком.

И для иллюстрации того, как работает мой метод, я приведу пример лечения Максима, 19 лет. Я его лечил очень долго (примерно полгода и было проведено чуть больше 100 сеансов!). И для решения его проблем я использовал все, что мне тогда было известно из современной психотерапии и что создано мной самим.

Я приведу развернутое описание сеансов с объяснением – что и почему мной делалось?- Конечно, это займет много времени. Но я думаю, что тебе дорогой мой читатель, будет очень полезно увидеть психотерапевтическую «кухню» изнутри. И, если у тебя есть проблемы со здоровьем, то тебе станет понятно – как тебе действовать и в какую сторону развиваться, чтобы избавиться от страданий.

## Глава третья, в которой я расскажу о том, как возникла болезнь

## и что из себя представлял пациент на начало лечения.

На лечение ко мне Максим пришел для того, чтобы избавиться от заикания. Заикание продолжалось уже 16 лет после нахождения в детской инфекционной больнице. Положение усугубилось тем, что в это время отец был в командировке, а мать лечилась от чего-то во взрослой больнице. И две недели он был совершенно один! И когда мама пришла забирать его из больницы, он заплакал, сказал: «Ма..! Ма…» и замолчал на целый год!

Через год речь постепенно стала восстанавливаться, но он стал сильно заикаться. И уже в это время его стали лечить от заикания – разными способами и у разных врачей. Но эффекта или не было вовсе или же он был кратковременным.

***Взрослым вы становитесь в тот день,***

***когда впервые по-настоящему посмеялись над самим собой.***

***Э. Барримор.***

Мальчик рос очень своенравным и упрямым, вечно ввязывался в драки и попадал в опасные ситуации. Учился достаточно плохо, особенно в подростковом периоде. Отец был военным и они с семьей постоянно переезжали с одного места на другое. И по «доброй традиции» военных отец много пил, из-за чего мальчик был свидетелем частых ссор родителей.

На консультации он был очень напряжен, заикался практически на каждом слове. Из-за постоянных неудач в борьбе с заиканием он впал в депрессию, стал бояться выходить на улицу, обращаться с какими-либо просьбами к людям. В результате он перестал общаться со сверстниками, перессорился с родителями (единственная, с кем он общался – бабушка).

А в институте у него была настоящая беда. Если ему надо было делать доклад или излагать материал преподавателю, то его просто заклинивало. Из-за этого он перестал ходить на учебу и практически все время сидел дома. И при первой возможности «прикладывался к бутылке» (во время алкогольного опьянения речь его становилась лучше). У него был сильный комплекс неполноценности, усилившиеся из-за неудач в общении с девушками.

Перед лечением я провел ему разработанный мной проективный тест. Я предложил ему последовательно представить себе, что он стоит в лесу, идет по дороге, выходит на поляну и так далее.

***Лес он представил глухой и жутковатый, по типу берендеевского, с поваленными деревьями и практически не проходимый. Он стоит на поляне размером 2 метра на 2 метра, а вокруг плотно стоят деревья. При попытке выйти из поляны он застрял, его заклинило в расщелине дерева. Затем он увидел дорогу. Она была проселочная, по которой когда-то ходили машины, но уже давно заброшенная. На ней были глубокие лужи, которые остаются после проходивших во время дождя машин. По этой дороге ему было очень трудно пробираться.***

***Луг ему представился вполне обычный, поросший зеленой травой, но очень большой – ни конца, ни края. После моего вопроса: что бы ему хотелось сделать на этом лугу, он лег под деревом в тенечке, поел.***

***Когда он находился на опушке леса, то увидел, как из леса выходит истощенный медведь – кожа и кости и выползла маленькая змейка. Обоих покормил хлебом, который нашелся в его кармане.***

***Затем по дороге он дошел до озера, заросшего осокой и с топкими берегами. На поверхности воды плавал разный мусор и ряска. Я предложил ему оказаться на другом берегу. Он подумал и сказал, что не хочет входить в воду – она грязная и к ней неприятно прикасаться. Он обошел пруд и на том берегу увидел крутой склон. Он поднялся на него, пользуясь руками и ногами. Наверху он увидел куст роз с едва распускающимися бутонами. На мое предложение набрать букет, отказался – жалко рвать розы, они еще не распустились.***

Те тесты на бумаге, на которые тебе, дорогой мой читатель, иногда приходится отвечать, годны для использования только в одном – вполне определенном - месте. Эти тесты выявляют не то – какой человек есть, а то – каким он ХОЧЕТ выглядеть в своих собственных глазах. А вышеизложенный тест является **проективным**, то есть проецирующим наружу с помощью символических образов истинное и реальное отношение человека к тем или иным явлениям внешнего мира. Конечно, и у него есть недостаток - интерпретация образа зависит от установок интерпретатора. Но если психотерапевт достаточно опытен, то этот тест дает очень много точной информации о состоянии психики человека.

***Праздный человек есть животное, поедающее время.***

***А. Декурсель.***

Лес символически означает мир вокруг человека и его отношение к нему. И детали, которые человек видит в этом случае, обозначают проблемы в адаптации к этому миру. Дорога – жизненный путь и то – как человек относится к тем явлениям, которые ему могут встретиться на этом пути. Поляна (или луг) – поле жизни человека, его жизнь и его отношение к ней. Животное, выходящее из леса – образ его бессознательного или какой-то части его. Вода – его сексуальность и отношение к ней. Крутой склон – умение преодолевать жизненные трудности. Куст роз – отношение к женщинам как к возможным сексуальным объектам.

У Максима берендеевский лес обозначал его страх перед социумом. И то, что он застрял в расщелине между деревьями, говорит о том, что социум его «прижал». Заброшенная дорога с лужами говорит о том, что он бессознательно относится к своему движению по жизни как к тяжелому и приносящему одни неприятности делу. Образ истощенного медведя скорее всего говорит о катастрофическом состоянии его психики. Стоячая, грязная вода с мусором на поверхности весьма красноречиво говорит о его отношении к сексу и отказу от него (даже не прикоснулся к розам). При этом я понял, что не все еще потеряно – он энергично поднялся на склон, пользуясь руками и ногами. Это сказало мне, что энергия и желание что-то изменить в своей жизни у него еще не потеряны!

После этого теста я понял, что лечение должно быть направлено не столько на снятие симптома – заикания, сколько на полную реконструкцию его психики.

## 

## Глава четвертая, в которой я расскажу

## о полезности и безопасности гипноза

## с нейролингвистическим перепрограммированием психики

Все свои воздействия на своих пациентов я делаю в гипнотическом состоянии. Понятно, что у людей сложилось неоднозначное отношение к нему. В основном превалируют две установки относительно гипноза, которые одинаково вредны для проведения психотерапии. Первая - это очень опасная процедура! И надо изо всех сил стараться сохранить контроль над своим сознанием. Некоторые люди сильно боятся того, что гипнотизер может сделать с ними все, что хочет. Но мифы относительно гипноза и его непреодолимой силы создали эстрадные гипнотизеры (для того, чтобы легче было работать и зарабатывать деньги). А безграмотные журналисты раздули это до немыслимых пределов.

И вторая установка - это волшебный метод, который по мановению руки психотерапевта поможет сразу и без особых усилий избавиться от проблем. Первая приводит к «не гипнабельности» пациента и бессознательному сопротивлению проводимым лечебным техникам. А вторая, когда пациент не получает на блюдечке с голубой каемочкой желаемое - к резкому его разочарованию не только гипнозом, но и гипнотизером - со всеми вытекающими из этого последствиями.

С моей точки зрения ГИПНОЗА как объективной реальности НЕТ! Нет каких-то сил, которые могли бы влиять на поведение другого человека (не обязательно в гипнозе) так, чтобы это не зависело от него. С моей точки зрения нет сглаза, порчи, нет никаких объективных возможностей изменить поведение человека, ЕСЛИ ОН ЭТОГО НЕ ХОЧЕТ! Во всяком случае, я могу утверждать это на основе огромного опыта применения техники гипноза. Другой вопрос, что многие безвольные и подчиняемые люди САМИ хотят, чтобы ими поманипулировало. Поэтому и получается на сцене у гипнотизеров все так зрелищно.

Но даже если допустить, что гипноз как сила существует, то «лечения гипнозом» не существует. Я это выражение поставил в кавычки потому, что гипноз - только инструмент, с ПОМОЩЬЮ которого внушение психотерапевта приводит к запланированным им результатам. Если в гипнозе проводить дидактическую работу, то есть убеждать бессознательное в пагубности некого поведения и жизненной необходимости перейти на иное, более адекватное реальности поведение, то результат иной раз бывает феноменально быстрым! И если бессознательное СОГЛАСИТСЯ принять идеи, которые дает психотерапевт, то это может привести не только с устранению симптомов, но и исчезновению болезни. Констатирую как факт на основе тысяч проведенных мной договоров с бессознательным! Таким образом то, что я делаю никакого отношения к эстрадному гипнозу не имеет. Это серьезная врачебная процедура.

### Биологическая защита от дураков?

Бессознательное так устроено, что если извне идет информация, которая говорит о ее полезности, оно с «удовольствием» принимает ее к исполнению. Если же информация несет опасность, то она им блокируется. Таким образом, нельзя внушить человеку что-либо, что может повредить ему или же кажется ему не этичным или же неприемлемым с других точек зрения.

Ученые провели такой эксперимент. Они давали человеку, который входил в сомнамбулическую стадию гипноза (то есть, он ничего не помнил о том, что делал в это время), в руки нож и внушали ударить этим ножом другого человека. Если этот нож имел картонное лезвие, то человек совершенно спокойно ударял им того человека, на которого указали экспериментаторы.



Если же ему в руки давали настоящий нож (а по внешнему виду и весу эти ножи ничем не отличались), то с ним происходили удивительные вещи. Он или внезапно выходил из гипноза и никак не мог понять, что он делает с ножом в руке. Или же он входил в истерическое состояние. И так далее и тому подобное. Но он ни в коем случае (!) не ударял этим ножом другого человека.

### Человек гипнотизирует себя сам?

Поэтому я думаю, что во время проведения мною сеанса, вызывается не гипноз, а только индуцированный мною у пациента САМОГИПНОЗ. То есть на самом деле он на основе доверия ко мне ПОЗВОЛЯЕТ (!) СЕБЕ ВОЙТИ В ГИПНОЗ. А это положение принципиально важно потому, что позволяет утверждать, что оно зависит не от меня, а от нас обоих.

Психотерапевтический сеанс - это процесс сотрудничества двух людей, которые стремятся к единой цели. При таком подходе принципиально невозможно произвести над пациентом никакого насилия.

С моей точки зрения самогипнозу, который индуцируется психотерапевтом, поддается КАЖДЫЙ ЧЕЛОВЕК. Но когда человек экспериментирует на себе без особой надобности (и в особенности с человеком, которому он не доверяет или побаивается), то, конечно же, он НЕ ПОЗВОЛИТ себе войти в гипнотическое состояние Если же я в его глазах обладаю достаточным авторитетом, если он мне доверяет, то вероятность вхождения в самогипноз резко увеличивается.

### Глубина не имеет значения?

Трансовое состояние (гипнотическое, самогипнотическое – можно называть его как угодно) имеет 9 ступеней – от первой до девятой, когда человеку, находящемуся в первой ступени кажется, что он просто лежит с закрытыми глазами. Но у него при проверке уровня гипноза выявляются несомненные признаки того, что он вошел в него. А вот в девятой ступени человек отключается от внешнего мира даже глубже, чем ночью. НО ГЛУБИНА ГИПНОЗА НЕ ИМЕЕТ НИКАКОГО ЗНАЧЕНИЯ ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО РЕЗУЛЬТАТА!

Гипноз как беременность – или она есть или ее нет. Третьего состояния природой не дано. Так и с гипнозом. Не имеет никакого значения – достигнута первая ступень или девятая. Если во время сеанса у пациента настанет только первая ступень гипноза, то этого вполне достаточно для получения терапевтического результата.

***Каждый из нас сам вычеканивает цену своей личности.***

***С. Смайлс.***

Связано это с тем, что гипноз НЕ ЛЕЧИТ. Гипнотическое состояние, которого мы добиваемся во время сеанса, является только СРЕДСТВОМ достижения цели. ЛЕЧИТ СЛОВО ПСИХОТЕРАПЕВТА! Например, человеку надо поехать на работу. Он может ехать на общественном транспорте, может ехать на своей машине, а может идти туда пешком. Все это средства достижения цели. А цель – прийти на работу.

То же самое можно сказать и о лечебном сеансе: гипноз – это состояние, в котором поставленные цели можно решить намного легче, чем в обычном состоянии. Необходимость использования гипноза связана с тем, что между сознанием и бессознательным есть барьер, который не пропускает информацию ни туда, ни оттуда. Если бы его не было, то сознание просто затопило бы массой ощущений, идущих от внутренних органов. А глупые и опасные мысли, которые достаточно часто приходят в голову, могут дезорганизовать работу бессознательного и организма. Гипноз временно (и в безопасном режиме) снимает этот барьер. И слово психотерапевта легко проникает в бессознательное.

### Гипноз – это наркоз для бессознательного?

Использование гипноза для лечения той или иной проблемы подобно использованию наркоза для операции. Только наркоз используется для ОБЕЗБОЛИВАНИЯ, а гипноз мы используем для временного ОБЕЗВОЛИВАНИЯ, когда с позволения пациента психотерапевт временно становится на место центра его воли и производит внутри него те изменения, которые тот ему поручил произвести.

Можно успешно сделать операцию аппендицита как под местной анестезией, так и под общим наркозом. Но операция под местной анестезией более предпочтительна, так как не будет вредоносного влияния наркотического вещества, при помощи которого достигается наркоз, на клетки мозга. При операции под местной анестезией человек находится в сознании, он чувствует, что хирург, что-то делает с его телом, но боли при этом нет.

Так и с гипнотическим состоянием. Пациент может при этом присутствовать и наблюдать за моими действиями со стороны (если у него будут ступени гипноза от 1 до 7). Но он может при этом отключиться от всего и доверить психотерапевту наводить порядок внутри себя. С моей точки зрения предпочтительнее первый вариант, когда человек находится в пассивном состоянии и отстранено наблюдает за действиями психотерапевта. И может в любой момент выйти из гипнотического состояния, если заподозрит, что психотерапевт делает что-то не то. Это дает ему чувство безопасности, что улучшает усвоение информации, идущей от психотерапевта.

***Одно из условий выздоровления - желание выздороветь.***

***Л. Сенека***

И для того, чтобы помочь Максиму, в начале лечения я провел ему ряд авторских методов коррекции, основанных на принципах нейролингвистики в гипнотическом состоянии. Гипнотическое состояние помогает открыть доступ к бессознательным слоям психики, где, как мы уже поняли, находятся все «корни» заболеваний и психологических проблем. А мои техники позволяют оформить это воздействие в наиболее понятную для бессознательного форму.

### Мы Боги для компьютеров?

С моей точки зрения основной идеей нейролингвистического программирования (НЛП) является представление человеческого мозга как мощного компьютера, в котором психика является набором программ. И качество жизни человека зависит от того «программного обеспечения», которым он пользуется в своей ежедневной жизни.

С точки зрения НЛП то, как обучается человек, как он общается с людьми, является ли он творческой личностью, зависит от его исходных (корневых) убеждений. И в рамках этой концепции вполне логична мысль, что улучшение «программ» приведет к лучшему и более эффективному функционированию этого «компьютера».

Работа с любой патологией в НЛП напоминает работу с «зависшим» компьютером: вошел в операционную систему, нашел вирус или дефектный файл, убрал ненужное, добавил необходимое, перезагрузил «биокомпьютер». И эта работа проводится быстро, эффективно и качественно. И, самое главное, после этого «биокомпьютер» во многих случаях практически тут же начинает работать так, как надо.

Таким образом НЛП помогает заменить старые программы на новые, более продуктивные и адаптивные. НЛП предлагает эффективную стратегию ускоренного ПЕРЕОБУЧЕНИЯ ради достижения более адекватного общения. НЛП обеспечивает людей практическими навыками, которые позволяют добиться желаемых ими результатов.

## Глава пятая, в которой я расскажу – как перепрограммировать части Я с болезни на здоровье.

После введения Максима в гипнотическое состояние, я стал создавать канал, через который мог бы работать с его бессознательным. Я попросил Максима сознательно не вмешиваться и обратился к бессознательному; «Если ты меня слышишь, то дерни указательным пальцем руки!» И через некоторое время палец шевельнулся (у Максима при этом было ощущение как будто КТО-ТО двигает пальцем).

Я понял, что создал КИНЕСТЕТИЧЕСКИЙ канал разговора с бессознательным и через него

смогу перепрограммировать его психику. Конечно, этот канал очень малоинформативный (Да – нет – не знаю), но зато очень надежный. Ценность его в том, что пациент четко ощущает – договариваются КАК БЫ не с ним. Ведь он много раз принимал решения, например, не комплексовать. Но ничего не мог со своими чувствами сделать, так как эмоции и страхи шли из его бессознательного.



Но если он слышит из моего разговора с бессознательным, что оно соглашается больше не вызывать у него неприятных эмоций, не вызывать у него чувства неполноценности, то он понимает – договор заключен не с ним, а с источником его проблем. А это значит, что он будет выполняться ВНЕ ЗАВИСИМОСТИ от него. И когда в будущем он попадает в сложные ситуации, его бессознательное начинает реагировать на них по-другому, и он почувствует значительное облегчение состояния. И это дает ему уверенность, что если он будет помогать своему бессознательному хотя бы чуть-чуть, то результат будет таким, каким он всегда хотел его видеть.

При первом разговоре с бессознательным, во время тестового сеанса, у Максима были выявлены часть Я, которая была ответственна за заикание и часть Я, которая ответственна за стремление к самоубийству. На первом сеансе я работал с частью Я, ответственной за заикание.

ПЕРВЫЙ ШАГ, который я сделал – установил контакт с бессознательной частью Я:

***-Часть Я, которая ответственна за заикание, ты меня слышишь?*** (И если она меня слышит, то шевелит пальцем. Я воспринимаю это движение как «***Да!***»)

ВТОРОЙ ШАГ – доведение до ее сведения факта того, что ее действия приносят вред для организма:

***-Часть Я! Ты существуешь для того, чтобы приносить пользу организму?***

***-Да.***

***-Ты с помощью заикания защищала Максима от опасностей?***

***-Да.***

***-И Максим благодарен тебе за то, что ты так хорошо служила организму. Но Максим уже давно взрослый человек и ему уже давно не нужна эта защита. Заикание серьезно портит ему жизнь, он здорово проигрывает в гонке жизни тем, кто не*** ***заикается? Ты знала об этом?***

***-Нет.***

***-Так вот – знай это! И Максим очень хочет избавиться от заикания и говорить как все другие люди. Теперь ты понимаешь, что ты из самых лучших побуждений приносила вред организму?***

***-Да.***

***-Может быть ты откажешься от делания заикания и будешь приносить пользу другими способами?***

***-Да.***

ТРЕТИЙ ШАГ – обращение к внутренним ресурсам психики для поиска таких способов принесения пользы той частью Я, которая была ответственна за заикание, когда она будет приносить ту же самую пользу, но другими способами, принося максимум пользы и минимум вреда. Понятно, что мы должны как-то персонифицировать эти ресурсы и называем их Творческой частью Я.

***-Творческая часть Я! Ты меня слышишь?***

***-Да.***

***-У нас такая проблема. Когда-то – давно в детстве – Максим пережил очень неприятные события. Он испугался жизни. И в этот момент появилась часть Я, которая стала делать заикание, как реализацию этого страха. И эта часть Я многие годы делала заикание, так как она думала, что таким образом защищает организм от подобных опасностей. Но теперь эта часть Я поняла, что Максим уже давно большой парень, что ему уже мать в такой степени, как в детстве, не нужна и что даже если его опять положат в больницу – для него это не будет трагедией.*** ***Эта часть поняла, что больше делать заикание не нужно и она ищет для себя новые способы принесения пользы организму. И только ты, Творческая часть Я, можешь нам помочь. Пожалуйста выработай 1000 новых вариантов принесения пользы этой частью Я. И когда ты их выработаешь, дерни указательным пальцем руки.***

***Знание - вот истинный золотой запас человечества.***

***В. Пекелис.***

ЧЕТВЕРТЫЙ ШАГ – после того, как дернется палец, я опять обращаюсь к части Я, которая была ответственна за заикание.

***-Часть Я, посмотри внимательно на эти новые варианты своих действий и выбери из них три наилучших варианта, которые ты сможешь использовать ВМЕСТО заикания. И когда ты это сделаешь, то дерни пальцем.***

***-Да.***

***-Нравятся тебе эти три варианта?***

***-Да.***

***-И ты в будущем будешь использовать один или все три варианта вместо старого?***

***-Да.***

ПЯТЫЙ ШАГ – поставить временн***ы***е рамки для реализации этого перехода. Ведь если часть Я пообещает использовать эти способы в будущем, то это будущее может начаться через много лет.

***-Сколько дней тебе нужно для полного перехода на эти новые варианты? Сейчас я буду считать дни – один, два, три… и так далее. А ты дернешь пальцем на этом дне.***

После этого я начинаю счет. И на какой цифре палец дернется - к такому времени и произойдет перестройка.

ШЕСТОЙ ШАГ – экологическая проверка: нет ли частей психики, которые против этого договора? Ведь те изменения, которые мы производим, вполне могут повредить интересам этих частей.

***-Я обращаюсь ко всем частям Я! Вы согласны с тем договором, которым мы только что заключили?***

***-Да.***

***-Если есть части Я, которые не согласны, то я даю полминуты – выйдите на поверхность и дерните пальцем.***

Если палец останется неподвижным, то рефрейминг завершен и осталось только попрощаться с бессознательным. Если же дернется, то надо вернуться к третьему шагу и переделать шаги с учетом интересов возражающей части Я. Но это происходит крайне редко.

***Умственные наслаждения удлиняют жизнь настолько же,***

***насколько чувственные ее укорачивают.***

***П. Буаст***

Я привел развернутую схему сеанса для того, чтобы ты, дорогой мой читатель, имел представление о механизме рефрейминга. Описание дальнейших сеансов я буду давать уже более схематично для того, чтобы не загружать тебя лишней информацией, но дать понимание смысла моих действий.

### Как избавить человека от бессознательной тяги к смерти?

Во время тестового сеанса я заподозрил, что все отклоняющееся поведение, которое демонстрировал Максим, было неосознаваемыми им попытками уйти от этой жестокой жизни.

***Поэтому на втором сеансе я обратился к части Я, ответственной за стремление к самоубийству. Она действительно оказалась активной и ответила мне. Я объяснил этой части, что родители не виноваты в том, что произошло. И что самоубийство является тяжким грехом с точки зрения любой религии. И эта часть Я согласилась найти для себя новые способы принесения пользы организму. Я обратился к Творческой части Я, она нашла 1000 новых способов, которые может использовать эта часть Я вместо вызывания стремления к самоубийству. Затем она выбрала для себя три новых варианта своих действий. И обязалась в будущем использовать только их и не тянуть Максима к смерти.***

### Как восстановить разрушенное?

Каждый человек рождается и не может ходить, говорить, пис***а***ть, пользоваться ложкой. Затем он долго и нудно этому учится. И в конце концов внутри него появляются автоматизированные части Я, которые ответственны за выполнение этих действий. Они берут на себя выполнение этих рутинных операций для того, чтобы человек каждую секунду не думал – что и как ему надо делать. Это позволяет ему освободить сознание для выполнения абстрактных или же стратегически важных для выживания действий. Из-за пережитых страхов и боли Максим «разучился» правильно говорить. И во время третьего сеанса я провел процесс обучения бессознательного этим забытым формам поведения.

***Я обратился к части Я, которая была ответственна за заикание и спросил ее – работает ли наш договор о ее переходе на новые способы принесения пользы? И когда она подтвердила, что это так, я спросил ее – согласна ли она на появление внутри новой части Я, которая будет ответственна за правильную регулировку голосовых мышц и выговаривание первых букв в слове, особенно букв «б», «п», «м» (с которыми у Максима были особые проблемы)? Когда она согласилась, я обратился к Творческой части Я и попросил ее создать такую часть Я, придать ей эти возможности и дать ей необходимое количество энергии. И когда все остальные части Я согласились с появлением такой части Я, я попросил Творческую часть Я вдохнуть в эту часть «искру творческую», сделать ее такой же реальной, как все остальные части Я и поместить ее рядом с остальными частями Я. А затем я поговорил с этой новой частью Я и узнал у нее – когда она войдет в рабочий режим. На этом создание новой части Я было завершено.***



### Как изменить убеждения человека?

У Максима была резко деформирована шкала ценностей и опасностей. Он верил в то, во что уже давно не надо было верить. И боялся того, чего он вполне уже мог не бояться. И на четвертом сеансе я провел сеанс ее коррекции.

***Я обратился к части Я, которая ответственна за хранение и использование этих шкал, хранительнице как бы Конституции организма. И довел до ее сведения, что эти шкалы давным-давно устарели, что в них с детства застряли некие ценности и опасности, к которым взрослому человеку не нужно стремиться или же бояться их. И, что присутствие их в этих шкалах очень здорово мешает Максиму вписаться в этот мир. И попросил эту часть Я согласиться на изменения. Она согласилась с необходимостью этого. А затем Творческая часть Я проанализировала все возможные варианты развития жизни в будущем и перестроила шкалы ценностей и опасностей так, чтобы те выборы, которые Максим в будущем будет делать на основе этих новых шкал, неизбежно вели его к более здоровому образу жизни.***

На этом сеансы нейро-лингвистического программирования были закончены. И я перешел к процедуре «чистки» его прошлого.

## Глава шестая, в которой я расскажу о авторском методе поиска и уничтожения причин болезни в психологическом прошлом человека – «Машине времени»

Брейер эмпирическим путем установил, что если при помощи гипноза довести до сознания больного первоначальный патогенный комплекс, то действие его прекращается и наступает выздоровление. В этом случае симптом оказывается преодолимым и возвращение его обратно в бессознательное становится невозможным.

Примерно на таких же идеях основывался З. Фрейд, когда создавал психоанализ. Но это очень длительная процедура, которая в настоящее время малоприменима, так как она является только анализом, но не методом психотерапии.

### Реактивный психоанализ?

В психологии есть понятие – «незавершенный гештальт». Это такое событие, которое как бы эмоционально не завершено. Например, человек вспоминает свою первую любовь. И его охватывает горечь из-за того, что судьба так распорядилась, что им не удалось соединить свои сердца. Так вот, если человек при этом воспоминании испытывает отрицательные эмоции, то это означает, что на самом деле он так и не смирился с этой потерей. И где-то в душе продолжает «плакать» по этому поводу.

И человек может ходить по жизни, вроде бы радоваться ей и совершенно не вспоминать об этом событии. Но оно изнутри «трясет» его психику, являясь активно - действующей частью бессознательного. Это и есть незавершенный гештальт. И, пока этот комплекс переживаний не разрядится, пока человек не изменит к этому событию отношение, оно будет являться одним из корней какого - то определенного заболевания. Или, как в приведенном примере, основой его неудач в построении новых отношений.

***Что такое поражение?***

***Всего лишь школа, первый шаг к чему-то более совершенному.***

***У. Филипс.***

«Машина времени» позволяет завершить эти гештальты, освободиться от факторов, которые дестабилизируют психику. Она обеспечивает ассоциативный поиск, то есть целевой выход на скрытые комплексы, Страхи, Крахи и Вину. Техника «Машина времени» в том варианте, в котором я ее разработал и провожу, является очень быстрым и эффективным способом не только психоанализа, но и психотерапии. Этот метод в большинстве случаев работает в тысячи раз (!) быстрее, чем другие методы завершения гештальтов, позволяя найти эмоциональные «корни» болезни и уничтожить их.

Принципиальное отличие «Машины времени» от психоанализа в том, что мы не только находим причину болезни, но и меняем это событие на другое, более адаптивное. Мы действуем как при вскрытии гнойника с занозой хирургом, когда уничтожается причина интоксикации, которая происходила из-за всасывания в кровь этой заразы. Таким образом, «Машину времени» вполне можно назвать психо-хирургическим методом психотерапии.

В этой технике я предлагаю человеку представить себя сидящим в волшебной машине времени. Он имеет возможность направить ее назад в свое прошлое или же вперед – в будущее. Если он направляет ее в прошлое, то должен предварительно настроить себя на то, что поплывет в свое прошлое для того, чтобы увидеть те корневые события, которые запустили его болезнь.

И через некоторое время в окне «Машины времени» он может увидеть какое-либо событие из своей прошедшей жизни. И ты согласишься, дорогой мой читатель, что это событие возникает не так просто. Ведь не так просто из миллионов событий, которые человек пережил в своей жизни, он увидел именно это. Оно является корнем (чаще всего одним из корней) его заболевания. «Машина времени», как самонаводящаяся ракета, выводит человека на это событие.

Человек является продуктом своего прошлого. И все, что с ним произошло в жизни, влияет на его настоящее. Если бы я был волшебником, то вернулся бы в прошлое пациента и изменил некоторые события, которые являются психологическими «занозами» и из-за которых возникла болезнь. Если бы мне это удалось, то, безусловно, передо мной сидел бы другой человек. А еще вероятнее – не сидел бы, так как это привело к такому его развитию, что у него не появились бы те болезни и те проблемы, которые и привели ко мне. Но мы не можем изменить реальное прошлое. Прошлого нет! Оно существует только в наших воспоминаниях. Но изменить свое ОТНОШЕНИЕ к нему можно.

На белом свете действительно есть волшебная палочка! Один ее взмах может мгновенно преобразовать окружающую человека действительность. Этой волшебной палочкой является

**Изменение отношения к той проблеме, из-за которой у человека возникли переживания.**

Как только меняется отношение человека к проблеме и он начинает видеть ее в другом ракурсе, принимая то положение дел, которое реально образовалось вокруг него, то весь мир моментально расцвечивается радостными красками.

Как только выбор произведен серьезно и бесповоротно - не имеет значения в какую сторону - наступает разрядка и облегчение. И я хорошо помню после того, как это происходило, свое чувство облегчения и освобождения от мучительной необходимости выбирать между двумя почти одинаково желанными вариантами чего - либо.

И если ты, дорогой мой читатель, относился (сознательно или бессознательно) к какому-либо событию в своей жизни примерно так: «Боже! Что же я тогда натворил!», то после этой работы ты сможешь сказать себе: «Да было такое в моей жизни. Но я не виноват в том, что произошло! Я был маленький, глупенький, я думал, что поступаю правильно…(и т.д. и т.п.)». И это событие теряет для тебя патологическое значение. Вследствие этого прошлое КАК БЫ меняется, а ты становишься совсем другим человеком. Корни болезней как бы вырываются из психики, и они не смогут больше питать крону (симптомы). Если же исчезнуть симптомы – исчезнет болезнь!

Бессознательное так работает с воспоминаниями. Если ему надо решить – как относиться к тому или иному событию или явлению, которое встречается в жизни, оно обращается к «прецедентам» - как раньше 1 Я реагировал на подобные вещи, что позволило организму выжить? Значит и на новые события надо реагировать также. И продуцировать на них те же самые эмоции.

***Форма для отливки счастья заключается в нас самих,***

***но металл, из которого его отливают,***

***мы должны найти вне нас.***

***Ф. Бэкон.***

Когда мы идем в прошлое и меняем какое-либо событие на более благоприятное, то записываем его в памяти КАК БУДТО оно РЕАЛЬНО ПРОИЗОШЛО! Пациент, конечно же, на сознательном уровне будет помнить – как было на самом деле. Но для его бессознательного внесенные этой техникой изменения станут реальностью, к которой оно будет относиться как к тому, что когда-то ДЕЙСТВИТЕЛЬНО произошло.

Оказывается, ему все равно – произошло это событие в реальности или же оно ярко и образно представлено сознанием как происшедшее. Оно будет относиться к нему так же, как к реальным событиям. Одним из доказательств является появление страхов у детей, когда они наглядятся страшных мультиков. Они начинают бояться темноты, оставаться одни в комнате – вдруг из-под кровати их схватит «шишок»? Их разум еще настолько прост и примитивен, что воспринимает увиденное на экране как РЕАЛЬНОСТЬ. И начинает бояться этой «реальности». Кстати, на этом свойстве нашей психике основан эффект от медитативной работы.

Правда, надо обязательно стереть из бессознательной памяти изначальное событие, иначе бессознательное не будет знать – какому варианту отдать предпочтение? Если это сделать, то в будущем оно, когда будет искать «прецедент», будет обращаться к новому событию. И реагировать на обстоятельства жизни по-новому.

### Как покататься на «Машине времени»?

На первом сеансе с использованием «Машины времени» я ввел Максима в гипнотическое состояние. Затем сказал ему:

***-Ты стоишь перед высоким холмом, покрытым лесом, на вершине которого стоит Храм с золотыми куполами. Ты стоишь на тропинке, которая теряется в лесу у подножия этого холма и взбирается на вершину холма. Поднимись на этот холм к Храму. И когда поднимешься, скажи мне об этом.***

***-Поднялся.***

***-А теперь тебе надо открыть дверь и войти в Храм. Дверь сама по себе тяжелая, к тому же ее давно никто не открывал, петли могли заржаветь. Поэтому, скорее всего, тебе придется приложить достаточно серьезные усилия, чтобы ее открыть. И когда войдешь в Храм, скажи мне об этом.***

***-Вошел.***

***-И ты видишь, что ты попал в огромную библиотеку. И со всех сторон тебя окружают книги,*** ***книги, свертки, свитки - где в порядке, где в беспорядке. Изнутри Храм кажется намного больше, чем снаружи.***

***И ты идешь по ИЗВИЛИСТОМУ проходу между стеллажами и опять везде только книги и книги, в которых изложена вся история твоей жизни. И ты видишь, что во многих местах накопилась пыль, грязь, кое-какие книги тронула плесень. А некоторые отделы этой библиотеки замурованы и пользоваться ими нельзя.***

***И очень скоро ты придешь сюда и наведешь полный порядок в Храме. И самое главное – сломаешь все ненужные стенки и откроешь доступ к любой информации, которая есть в этом Храме. Но сейчас у тебя намного более важная задача – ты идешь к святилищу этого храма – Алтарю. И когда ты найдешь его – скажи мне об этом.***

***-Нашел.***

***Счастье как Млечный путь:***

***существует много маленьких радостей, способностей, привычек,***

***которые служат причиной счастья.***

***Ф. Бэкон.***

***-Ты видишь перед тобой иконостас, на котором видишь всех своих Учителей, то есть тех людей, которые оказали наибольшее влияние на твое воспитание. На левой половине ты видишь своих ЧЕРНЫХ Учителей, тех людей, которые – как тебе казалось – делали тебе зло. Но они тоже учили тебя – хоть и больно, но быстро! А на правой половине иконостаса ты видишь своих БЕЛЫХ Учителей, которые любили тебя и учили Разумному, Доброму, Вечному! И благодаря которым ты стал таким, каким себя любишь. И все они СОВМЕСТНЫМИ усилиями сделали тебя таким, каков ты есть - уникальной личностью, не похожей ни на кого другого. Поклонись им!***

***А теперь обратись к своим черным Учителям и поблагодари их за все то, что они для тебя сделали. Скажи им, что ты понимаешь, прощаешь и отпускаешь их. И дождись, чтобы эта половина иконостаса опустела, остались только оклады икон, сами доски. И когда эти лики исчезнут, скажи мне об этом.***

***-Исчезли!***

***-А теперь посмотри – с правой стороны иконостаса ты видишь необычную дверь. Ты видишь дверной проем, закрытый струящейся серебристой субстанцией, текущей сплошным потоком сверху вниз и образующей зеркало. Подойди и прикоснись к нему. И твоя рука проваливается туда - в Зазеркалье, туда – в волшебный мир, в котором тебя уже давно ждут. И где ты должен сделать очень важные изменения. И все то, что ты там сделаешь, обязательно отразится на твоей жизни. Также, как реальный мир отражается в зеркале, также те изменения, которые ты там сделаешь, отразятся на твоей жизни. Пройди через эту субстанцию, и ты попадешь в Машину времени. Когда пройдешь – скажи мне об этом.***

***-Прошел.***

***-И ты попал в Машину времени. Ты видишь перед собой полукруглый пульт управления, весь усыпанный клавишами, индикаторами, кнопками и переключателями. За ним ты видишь большой белый экран, а перед пультом – удобное кресло. Садись в него…. На пульте управления с левой стороны ты видишь большую зеленую кнопку включения машины времени. Нажми ее….. И вот зашумели какие-то двигатели, загудели какие-то механизмы, замигали индикаторы на пульте управления, засветился экран… Машина времени готовится к работе. И когда это мигание индикаторов прекратится, это будет говорить о том, что Машина времени готова к работе. И когда это произойдет, скажи: «Готов!»***

***-Готов.***

***-И вот Машина времени готова к работе… Теперь посмотри – на правой стороне пульта управления есть рычаг…. Если его двинуть от себя, то Машина времени пойдет в будущее, если ее двинуть на себя, то она пойдет в прошлое. И сейчас, по моей команде, ты двинешь рычаг на себя и отправишь Машину времени в свое прошлое. И там ты увидишь самого себя со стороны, живущего в этом году, ты увидишь людей, которые тебя тогда окружали и, возможно, вспомнишь это событие.***

***Но сначала МЫСЛЕННЫМ голосом обратись к своему бессознательному. И попроси его показать тебе все события твоей жизни, которые имеют принципиальное значение для появления у тебя твоих проблем с речью. Скажи ему, что ты хочешь найти эти «занозы» и удалить их, что ты хочешь найти те события, которые являются корнями проблемы и вырвать их из своей психики. И когда скажешь все это, скажи: «Сказал!»***

***-Сказал.***

******

***-А теперь двигай рычаг на себя…. И вот опять зашумели какие-то двигатели, загудели какие-то механизмы, замигали индикаторы… И Машина времени поплыла в прошлое… Внимательно смотри в светящийся белый туман в экране… И через некоторое время ты увидишь там какое-то событие из своей жизни. И когда ты увидишь его, расскажи мне – что ты видишь?***

***-Я вижу себя, мне примерно 9-10 лет, сидящим на крыше 9-ти этажного общежития, в котором мы жили во Владивостоке. Он сидит на карнизе и болтает ногами.***

***-Максим! Ты понимаешь, что если ты увидел это событие, то это значит, что оно как-то связано с появлением у тебя заикания. И ты сейчас, взрослым умом понимаешь, что он ведет себя неосмотрительно, что он может сорваться с карниза и погибнуть. Тебе нравится его поведение?***

***-Нет!***

***-Может быть ты хочешь как-то изменить ситуацию? Посмотри справа в Машине времени есть дверь. Ты можешь ее открыть и выйти на крышу этого здания. И как-то воздействовать на ребенка, чтобы он перестал это делать.***

***-Да, я поговорю с ним. Я вышел на крышу, подошел к нему и сказал, что я Максим из будущего. И что я очень беспокоюсь о нем. Я попросил его слезть с карниза. Он согласился со мной, я взял его за руку и отвел домой к матери. А потом на дверь, ведущую на крышу, я повесил большой замок.***

***-Отлично! А теперь возвращайся в машину времени, на ней возвращайся в настоящее, выйди в Храм, выйди из Храма и спустись с холма. И когда ты сделаешь все это, то скажи мне.***

***-Спустился.***

### Как избавиться от страха смерти?

***На следующем сеансе Максим увидел себя купающимся в океане во Владивостоке. Это было место с опасными водоворотами, где до этого утонуло несколько человек. И он увидел себя попавшим в опасное течение, которое несло его под камни. И этот мальчик еле-еле успел выгрести на берег и упал на камни без сил. Он(взрослый) вышел из Машины времени, подошел к самому себе и поговорил в том контексте, что – видишь, как опасно делать то, чего делать нельзя. И он взял с этого мальчика слово больше никогда не делать подобных опасных вещей.***

### Как избавиться от прошлых обид?

***На одном из сеансов он увидел, что идет какая-то вечеринка в их квартире во Владивостоке. Отец сильно напился и ушел спать в другую комнату. А ему показалось, что друг отца стал приставать к его маме и они уединились в комнате. Он увидел себя злого и со сжатыми кулаками, стоящим перед закрытой комнатой. А затем он убежал на улицу и долго бродил там и плакал*** (После сеанса Максим сказал, что когда он видел эту ситуацию у него появилось сильнейшее сердцебиение и стало бросать то в жар, то в холод).

***Взрослый Максим вышел из Машины времени, взял себя маленького за руку и вошел с ним обратно в нее. Затем они вернулись до начала этой вечеринки и проследили все, что там произошло до мельчайших деталей. И они увидели, что друг отца ушел куда-то по своим делам, а мать, закрыв комнату, заснула. И маленький мальчик увидел своими глазами, что ничего страшного не случилось. Затем взрослый Максим высадил этого мальчика из Машины времени в тот момент, когда все стали расходиться. И тот вошел в комнату, лег рядом с матерью и заснул.***

### Чем дольше копаешь – тем глубже добираешься?

Я провел с ним много интервенций в прошлое, но здесь привожу только самые важные. На каждом сеансе мы что-либо находили в его истории жизни и меняли это событие на более позитивный вариант. Но я чувствовал, что до самой главной «занозы» мы никак не можем добраться. Бессознательное так устроено, что самое больное и страшное больше всего оберегается от осознания. И вот примерно после 20 сеансов работы с «Машиной времени» на поверхность выплыло самое главное.

***Все истинно великое совершается медленным, незаметным ростом.***

***Л. Сенека.***

***На одном из сеансов он увидел больничную палату ночью и самого себя стоящим на детской кроватке, вцепившимся в железные прутья и плачущим. Он вышел из Машины времени, сбросил решетку, которая закрывала кроватку сверху (ею закрывали кровать для того, чтобы он не убежал), взял ребенка на руки и долго его успокаивал. Он играл с ним до самого утра.***

***На следующем сеансе он увидел, как две медсестры пытаются сделать ему укол. Он видит, что маленький Максим ревет, царапается и кусается. Разъяренные медсестры орут на него. А одна из них говорит, что если он будет кусаться, то она специально будет колоть его иглой. И он видит, как она несколько раз колет мальчика иглой до крови.***

***Взрослый Максим в этой ситуации действовал совершенно импульсивно: он выскочил из Машины времени, вырвал ребенка из рук медсестер. А той, что нарочно колола мальчика иглой, пнул под зад и выгнал из палаты. А потом долго успокаивал ребенка.***

***Затем на нескольких других сеансах он входил в эту больницу и днем и ночью и разговаривал с мальчиком, успокаивал его, говоря, что он точно знает, что скоро придет мама. Он также уговорил медперсонал уделять мальчику больше времени и так далее и тому подобное.***

***И на одном из последних сеансов этих путешествий в прошлое, он увидел приемный покой и свою мать, которая ждет там. А затем он увидел, что санитарка ввела маленького Максима. Тот бросился к матери и заплакал. Взрослый Максим вернулся на Машине времени до начала этой ситуации, зашел в палату к маленькому Максиму и сказал, что пришла мама. И он договорился с маленьким, что тот не будет плакать. И он принес маленького маме и они вместе пришли домой и устроили праздник.***

То горе и тот страх, которые Максим пережил в больнице, оказались настолько сильными, что практически искорежили его жизнь! И проведенная им работа как бы вырвала корни его болезни. После них у него РЕЗКО улучшилась речь.

Когда Максим изменил ситуацию, то как бы записал в бессознательном новое событие и дал начало новой линии жизни для ЭТОГО мальчика. Естественно, этот мальчик будет развиваться по-другому, не так как он когда-то. И чем больше событий изменить в прошлом с помощью этой техники, тем эта линия жизни будет более мощной. Конечная цель – создать новую линию жизни и протянуть ее до настоящего. А затем слиться с ней и пойти в будущее уже по этой линии жизни.



## Глава седьмая, в которой я расскажу о том, как стереть старую линию жизни.

После проведенной в «Машине времени» работе внутри Максима появилась новая линия жизни. Но ведь и старая осталась! И ее надо как-то обезвредить! Для этого я использую модифицированную мной технику «Кино». Она направлена на то, чтобы стереть старую линию жизни, те события, которые когда-то реально произошли и которые являются корнями проблем.

После введения в гипнотическое состояние я попросил его опять подняться на гору и войти в Храм. А там поискать кинозал. И когда он его нашел, я предложил ему:

***-А теперь сядь в середине зала на средний ряд.***

***-Сел.***

***-И ты сидишь в удобном кресле и перед тобой белый экран. Зал оформлен так, как тебе нравится. И ты чувствуешь себя в нем удобно, уютно и защищено. И сейчас в этом кинотеатре ты увидишь всю историю своего заболевания – начиная с самых последних, прошедших совсем недавно, и все дальше и дальше в прошлое – вплоть до самых первых событий. Ты увидишь себя со стороны так, как будто при этом событии кто-то снимал тебя скрытой камерой. И вот медленно гаснет свет, включается кинопроектор…. И ты видишь какое-то событие, которое произошло с тобой. Ты видишь самого себя, тех людей, которые тогда окружали тебя… И вот этот кадр сменяется следующим..., следующим и так далее. И когда этот фильм закончится, скажи мне об этом.***

***-Закончился.***

***-И вот включается свет, выключается кинопроектор… И ты сидишь на своем месте посередине зала. А теперь представь себе, что ты выходишь из своего тела и садишься на несколько рядов сзади. Когда сделаешь это, скажи мне.***

***-Сделал.***

***Мы добираемся до вершин чаще всего по обломкам наших заветных замыслов, обнаруживая, что успех нам принесли именно наши неудачи.***

***А.Олкотт.***

***-И вот ты сидишь на новом месте и видишь перед собой свое тело. А за ним белый экран. А теперь ты опять посмотришь тот же самый фильм, но уже в новом ракурсе и с новой позиции. Медленно гаснет свет…, включается проектор… И ты видишь на экране первый сюжет того фильма, который ты уже раз посмотрел. Но что происходит? Как будто это происходило не с тобой… Ты выделил этот сюжет на экран, ты отделился от своего тела… И теперь ты можешь посмотреть на это по-другому. Сейчас укажи мысленным пальцем на сюжет и обратись к своему бессознательному примерно с такими словами: «Я хочу, чтобы это перестало влиять на мое поведение и самочувствие! Я хочу, чтобы все это сгорело синим пламенем!» И вот этот сюжет сменяется другим сюжетом. И относительно этого сюжета скажи то же самое. И так сделай со всем фильмом, со всеми сюжетами, которые связаны с твоей болезнью. И когда закончится этот фильм, скажи мне об этом.***

***-Закончился.***

***-И вот опять включается свет, выключается кинопроектор. И ты сидишь на новом месте и видишь перед собой свое тело. Твое тело остается сидеть, а ты встаешь и выходишь в Храм. Там ты видишь лестницу на второй этаж. Поднимись по ней… И там ты видишь дверь с надписью: «Кино-проекторская». Открой эту дверь и войди в нее. И ты попал в мир техники. Ты видишь различную аппаратуру и фильмы: видеофильмы, кинофильмы, фотофильмы. А у противоположной стены ты видишь кинопроектор. Подойди к нему. Рядом с ним есть окошечко – загляни в него. И там ты видишь зал, в котором ты только что сидел: ряды кресел, белый экран и, посмотри - посреди зала сидит твое тело. А сейчас ты посмотришь этот фильм третий раз, но покадрово.***

***Включай движение пленки…и ты видишь на экране первый кадр, первый сюжет этого фильма... Останови движение пленки, но свет оставь включенным... И фильм превращается в слайд-фильм. Или же в проекцию фотографии. Но что происходит с этим слайдом? Изображение начинает коробиться… деформироваться, таять… и мутными, грязными каплями стекает с экрана… Это сильное тепло от проекционной лампы растапливает этот кадр. И этот кадр исчез из твоего бессознательного, он больше не может влиять на твое поведение и здоровье…***

***А теперь передерни этот фильм на следующий кадр… И опять останови движение пленки… Ты видишь, что и этот кадр коробится… деформируется… тает… и мутными, грязными каплями стекает с экрана… И этот кадр тоже исчез… он больше не может влиять на твое поведение… И таким образом сожги весь фильм, до самого последнего кадра. И когда завершишь эту работу, скажи мне об этом.***

***-Сжег.***

***-Ты сжег этот фильм, все эти события. И ты освободился от их влияния, они больше не могут вызывать у тебя неприятные эмоции и заикания.***

Эта техника обеспечивает диссоциацию от нежелательного для пациента поведения (путем выведения ситуации на экран, а затем выхода из себя). Этот прием дает бессознательному четкую команду: «Это событие не так важно, как я думал раньше! Плюнь и забудь о нем!» Образы сжигания фильма входят в бессознательное как команды на полный отказ от подобных действий или же эмоций в будущем. Мы как бы «стираем» эти события. Это действует также, как при стирании информации в компьютере. Когда он обращается к информации, которая когда-то была введена в него, то ее не находит, так как первые знаки файла, которые ищет компьютер, стирающая программа убрала. Хотя эта информация и существует внутри компьютера, доступ к ней блокируется. И она больше не может быть считана. То же самое делает в бессознательном техника «Кино»!

***Душа дана нам, чтобы верить; сердце дано, чтобы любить;***

***ум дан, чтобы знать - во что верить и кого любить!***

***Древняя мудрость***

Кстати, работа с этой техникой еще раз убедила меня, что разум человека и компьютер работают на одних и тех же принципах. Мы, как Боги, по образу и подобию своему, создали компьютеры.

## Глава восьмая, в которой я расскажу о том, как сформировать пациенту более счастливое будущее.

После техники «Кино» мне надо было ассоциировать Максима с новой линией жизни. Ведь старую линию жизни мы сожгли. Я опять предложил ему подняться на Холм, и войти в Машину времени.

***Затем он поплыл на Машине времени к самому первому событию, которое изменил при помощи этой техники. И затем просмотрел все новые события в виде новой линии жизни. Когда он просмотрел все измененные события, то пошел дальше по новой линии жизни и посмотрел – как развивается жизнь маленького Максима (естественно не так, как когда-то у него в жизни). Он увидел себя не заикающимся, не хулиганистым, не лезущим на рожон. А когда он увидел того Максима на новой линии уже более взрослым, то увидел его хорошо учившимся, успешным в общении и с друзьями, и с девушками.***

***И он проследил эту новую линию жизни до момента сеанса. Затем он вышел из Машины времени и подошел к этому Максиму. Он спросил его о жизни, здоровье и заикании. А тот ответил, что все прекрасно, о заикании он даже не знает. И тогда Максим сказал ему, что он хочет слиться с ним и согласен ли он. Тот согласился. Максим повернул его к себе спиной и вошел в него- в руки, ноги, туловище и голову. И стал его ушами слышать окружающие звуки, его глазами видеть окружающий мир и его мировоззрение стало его мировоззрением (в этот момент у него были очень необычные ощущения). Затем, когда эти необычные ощущения закончились, он вернулся в Машину времени и направил ее в будущее.***



***И через некоторое время он увидел себя сидящим в своей машине с друзьями и пьющим пиво. Я его спросил: «А разве можно за рулем пить пиво?». Он сказал, что мол, не подумал. Тогда мы вернулись по этой линии до того момента, когда он посадил своих друзей в машину, и сожгли эту линию (он представил себе, что все эти образы соединены друг с другом бикфордовым шнуром. Он поднес спичку к этой линии жизни, и она сгорела). Затем он увидел себя сидящим за рулем, а друзья пили пиво. После этого он зашел в эту новую линию и поговорил с собой.***

***На следующем сеансе он увидел себя едущим на своей машине с большой скоростью. И опять мы сожгли эту линию и создали другую, в которой он едет на машине с какой-то девушкой на нормальной скорости.***

***На следующем сеансе он видит себя стоящим на перроне у поезда рядом с отцом. Они собрались поехать на Украину на юбилей бабушки. И отец злится на него за то, что он на его деньги купил машину*** (в реальности отец начал откладывать на его счет в банке деньги для того, чтобы купить ему квартиру. А он мне говорил, что, не говоря отцу, купит на эти деньги «десятку»)***. Мы и эту линию сожгли. И он увидел другую линию, в которой они едут с отцом в поезде, и он объясняет отцу, насколько ему нужна машина. И отец соглашается с его доводами. Он также зафиксировал эту линию тем, что вошел в нее и поговорил с собой.***

***Затем он видит себя перед стендом с объявлениями в институте в тот момент, когда ему надо пойти в деканат и подать заявление о том, на какой специализированный курс обучения на последние два года он хочет записаться. И он видит, что там он делает выбор в пользу самого легкого курса.***

***Ему эта ситуация не понравилась! Он возвратился на Машине времени к тому моменту, когда виртуальный Максим стоит у стенда и делает выбор. Он вышел из нее, подошел к нему и объяснил – насколько важно для будущего выбрать более трудный вариант. И он уговорил виртуального Максима выбрать средний вариант. Они вместе пошли в деканат и написали заявление на обучение на этом курсе.***

***На одном из следующих сеансов он увидел себя 25-ти летним человеком, работающим в офисе отца.***

***Жить - значит непрерывно рождаться.***

***М. Жуандо.***

***На другом сеансе он увидел себя отдыхающим на Канарских островах. Он вышел из Машины времени и спросил виртуального Максима о том - где он работает, хорошо ли зарабатывает и так далее. Виртуальный Максим сказал, что у него своя фирма, хорошая иномарка и так далее.***

***Затем он увидел свою свадьбу, линию которой тоже зафиксировал разговором с собой. Показательно то, что он никак не мог разглядеть лицо невесты.***

***И на последнем сеансе он увидел себя гуляющим по Садовому кольцу с женой и двумя детьми.***

Перед каждым человеком ежедневно есть масса вариантов выбора своего поведения и направления развития. То есть каждый человек имеет целый куст возможностей, которые он может реализовать в своей жизни. И каждый человек в зависимости от своих выборов может стать или ангелом или чертом. «Машина времени» в будущее позволяет сделать более вероятно реализуемой какую-то одну линию. Когда человек видит свое вероятностное будущее и выходит в него поговорить с самим собой, он как бы трассирует свое будущее. И вероятность реализации именно этой линии жизни РЕЗКО возрастает.

## Глава девятая, в которой я расскажу о авторской технике Психоанимационная терапия. И о том – почему она так психотерапевтически эффективна?

Ты, дорогой мой читатель, знаешь, что сны что-то означают. Люди даже понаписали разные сонники, в которых пытаются дать им объяснения. Но все эти объяснения – детский лепет и совершенно не соответствуют тому, что означают сны.

Мой опыт расшифровки снов своих пациентов говорит о том, что каждый сон – это попытка бессознательного что-то сообщить сознанию. И из этого вытекает очень важное положение: **если бессознательное пользуется символическим языком для взаимодействия с сознанием, то и доводить информацию до него лучше всего при помощи этого языка**.

Где-то 15-17 лет назад я обучился Кататимно-имагинативной психотерапии (КИП) Х. Лейнера (в нашей стране Символдрама, которую развивает Я. Обухов), которая позволяет работать с образами и получать терапевтические результаты. Но очень быстро понял, что это слишком громоздкая и слишком психоаналитически ориентированная методика.

При работе в КИП пациенту предлагается представить себе какой-либо образ, связанный с природой. Например, пациенту предлагается представить себе, что он стоит на поляне. И в зависимости от его психологического состояния, он увидит тот или иной образ поляны. Образ, который появляется после предъявления мотива, является отражением тех или иных бессознательных проблем, страхов, обид, их маркером. Если пациент находится в депрессии, то он увидит мрачную поляну с чахлой травой и проплешинами в ней. Если у него есть сексуальные проблемы, то поляна может оказаться болотом с кочками (и так далее и тому подобное). Затем его спрашивают: «Что Вам хочется сделать?» Он что-то делает на поляне… Потом его просят нарисовать поляну и объяснить – что для него значит то-то и то-то… И дают ему психоаналитическую интерпретацию.

Поработав в КИП я понял, что мне она не подходит, так как изменения происходят медленно (конечно не так как в психоанализе – в течение нескольких лет). Но мне нужна была психохирургическая методика. И я придумал Психоанимационную терапию (ПАТ). Я предлагал пациенту один образ…И когда он с ним поработает, сразу же другой… третий и так далее. Таким образом работа с одним символ-образом создавала почву для более успешной работы со вторым, работа со вторым ускоряла работу с третьим и так далее. Получается как бы цепочка символ-образов. В результате образовывался своеобразный кумулятивный эффект, который ОЧЕНЬ БЫСТРО доходит до самых глубинных причин болезни. И выжигает эти «корни»!

Связано это с тем, что когда пациент во время сеанса меняет образ, например, той же самой поляны, к лучшему, он дает ОБРАЗНЫЕ КОМАНДЫ бессознательному на понятном ЕМУ языке – как и в какую сторону ему менять свое отношение к тем или иным обстоятельствам жизни. А так как я провожу ПАТ в гипнотическом состоянии, то эти команды легко и просто доходят до адресата. Главная цель бессознательного – сохранение жизни, здоровья и благополучия как можно на более долгие годы. А так как эти команды направлены на улучшение жизни, оно их ОБЯЗАТЕЛЬНО выполняет.

Если пациент что-то начинает делать на выжженной поляне (например, перекопает землю, принесет из леса семена, посеет их и польет), то через эту работу с образами он дает бессознательному команды: «Все не так плохо, как тебе показалось! Я начинаю активно работать над изменением ситуации и обязательно добьюсь успеха!» Примерно это поймет бессознательное из образов, которые появятся как результат работы. И это станет для него командами на восстановление «поля жизни».

Как это произошло у одного моего пациента. Он в пух и прах разорился во время кризиса 2008-2009 годов. И увидел как раз такую поляну – выжженную и покрытую пеплом. И когда я его спросил – нравится ли ему стоять на этой поляне, он ответил, что, конечно же, нет! Но мне пришлось достаточно долго стимулировать его к изменению поляны, так как он говорил, что от него на этой поляне ничего не зависит, что она может возродиться только, если пойдет дождь… Но потом он перекопал поляну, посеял семена, полил и дождался, когда вырастет трава. Как ты думаешь, дорогой мой читатель, через какое время он стал восстанавливать свой бизнес? Ровно через неделю! А как вы думаете – восстановил бы он свой бизнес, если бы стал ждать, когда пойдет «дождь»?

***Есть великий целитель скорбей - доктор Время.***

***Гальдос.***

Я считаю, что ПАТ является сверхмощным и сверхнадежным инструментом в моей психотерапевтической практике. Слезы, которые очень часто появляются во время сеанса, являются прекрасным свидетельством того, что метод способен забраться очень глубоко в психику пациента, вскрыть многие слои ржавых психологических защит. И освободить его от негативных эмоций, законсервированных в бессознательном. И делается это легко, просто и изящно, на МНОГО порядков быстрее, чем это можно сделать при помощи психоанализа.

При работе с цепочками символ-образов очень большая и серьезная работа по переформатированию психики идет чуть ли не играючись для пациентов! Изменения происходят без резкого выброса отрицательных эмоций и внешне очень легко для пациентов. Чаще всего, когда проблема решается с помощью работы с символами, эмоции не выплескиваются наружу, а тихо перерабатываются внутри и как бы рассасываются.

Очень показательную работу, которая показывает фантастическую эффективность психоанимации, я провел на одном из декадников в Новосибирске. Там я проводил мастер-класс для специалистов и показывал – как работает ПАТ и какие быстрые она дает результаты?

Я работал с одной женщиной, у которой было 3 нарушения мозгового кровообращения с полным параличом одной из сторон тела. Функции тела после этих нарушений полностью не восстановились – у нее была ограничена подвижность рук в плечевых суставах. Естественно, субдепрессия, тревожное ожидание повторения нарушения и так далее и тому подобное. Она любит работать на своей даче. Но два последних нарушения кровообращения произошли именно на даче.

После введения в гипнотическое состояние я попросил ее представить себя на Поляне. Она по взаимодействовала с ней. Затем она увидела цветок по типу ириса среди высокой травы. И сказала, что трава может задушить этот цветок. На предложение – что она может с этим сделать?, она раздвинула траву и немного примяла ее. Я же ей сказал, что трава такая штука, что может опять разрастись. Тогда она перекопала землю вокруг цветка и вкопала в землю вокруг него бордюр, который не даст корням травы прорасти внутрь этого круга.

Живое существо у нее была зебра. Она покормила ее, потом покаталась на ней. И попросила зебру периодически объедать траву вокруг цветка. Символом ее болезни была черепаха. На мой вопрос, что ей хочется с ней сделать, она взяла ее НА РУКИ! Мне стало понятно, что болезнь приносит ей вторичную выгоду. И я настоятельно ей рекомендовал что-то с этой черепахой сделать. Она посадила черепаху в клетку, водрузила все это на зебру и отправила их в Африку. Там зебра сбросила клетку на землю, клетка сломалась и черепаха освободилась. Но уже в Африке!

Затем она рядом с поляной нашла Волшебный магазин. В нем она приобрела оберег. Им оказался браслет из кедра, инкрустированный самоцветами. А вот какую цену магазин попросил за этот оберег – я не помню! Но она с этой ценой согласилась. А потом говорит мне: «Мне внезапно пришла странная мысль: поменьше будь на солнце! Я ей сказал, что это подсказка из бессознательного. На этом работа была закончена.

Но самое главное произошло на следующий день на тренинге по саморегуляции. Я объяснял слушателям (а их было аж 65 (!) человек) свои новые способы саморегуляции. И она попросила слова и сказала: «Вы видели меня вчера? Помните, что руки у меня почти не поднимались? А теперь смотрите!» И совершенно свободно подняла обе руки так, как делает это совершенно здоровый человек! А на руке у нее был кедровый браслет с самоцветами. Она купила его сразу после сеанса (благо дело это Сибирь!)

Я, хоть и знаю – насколько быстро работает психоанимация, все равно был в шоке! И вновь убедился в том, что цепочки символ-образов очень быстро действуют, что они все вместе образуют кумулятивный эффект и, чуть ли не буквально, выжигают корни болезни.

Подтверждение, что это не просто реакция на сеанс, а долговременный эффект, я получил через полгода, когда опять был в Новосибирске на одной из конференций. В кулуарах я увидел ее, энергично куда-то идущую по коридору. Я, естественно, догнал ее и спросил о самочувствии. Она подняла обе руки в жесте «Во!». И меня поразили ее глаза! Если на сеансе они были мутные, с поволокой, малоподвижные, то на этой встрече они блестели, были радостными и даже немного озорными! Еще через год на психотерапевтическом бале в Новосибирске я с ней танцевал вальс!

И когда я анализировал – как такое возможно?, то понял, что это связано с тем, что в терапевтическом пространстве, которое образуется во время проведения психоанимации в гипнозе бессознательное выдает такие образы, которые действительно соответствуют внутренним диспропорциям. При работе с этой пациенткой я сразу обратил внимание на чуждость образов живого существа и символа болезни (зебра и черепаха в Новосибирске!)

И понял, что с ними нужно что-то сделать. И когда она с помощью «зебры» (которая по Лейнеру является некой отторгнутой частью ее психики) избавилась и от нее, и от «черепахи», то она дала какую-то очень мощную и действенную команду своему бессознательному. Изменение 1-м Я этого образа в лучшую сторону становится для бессознательного дорожной картой для изменения своих действий, ясной командой – как справиться с этими диспропорциями? И начать работу по движению к большей гармонии.

### Вниз по реке – к своему будущему.

***На первом сеансе ПАТ я предложил Максиму представить себе реку. И он увидел реку шириной 20-30 метров с крутыми берегами, к которой было очень трудно подойти из-за того, что берега были топкими. А вода была мутной и непрозрачной. При предложении идти вниз по течению он идет, жалуясь, что очень трудно идти. И для того, чтобы облегчить себе путь, он входит в воду и плывет вниз по течению. На каком-то этапе он слышит впереди шум водопада и для того, чтобы не упасть с него, пытается подгрести к берегу. Но его усилия не помогают, он ничего не может сделать и его несет все ближе и ближе к водопаду.***

***На мое предложение подумать, что можно сделать в этой ситуации, он ныряет под воду. Оказывается, что там течение более слабое и ему удается вынырнуть ближе к берегу. С большим трудом он выбирается на берег и видит, что успел сделать это в последний момент – впереди водопад и вода уходит под землю. Несмотря ни на какие стимулы ничего не может сделать с водой, чтобы ее вернуть на поверхность.***

На символическом языке вода связана с сексуальностью и, вообще, с жизненной энергией. И движение вниз по ней дает бессознательному приказ – надо жить и радоваться жизни, реализовывать свой потенциал. Крутые, топкие берега реки, мутная вода означает, что у Максима есть серьезные проблемы с сексуальностью. Его жалобы на то, что трудно идти, означают, что он боится и тяготится своей сексуальности, а также и жизни вообще.



Но он преодолевает этот страх и бросается в воду, что означает его готовность преодолеть эти страхи. Но появившийся впереди водопад и опасность упасть с него и разбиться, означает, что если ничего не изменить, то в реальной жизни у него могут быть крайне неприятные последствия из-за его действий в этих областях жизни.

### Возвращение энергии жизни.

***На следующем сеансе он видит, что под водопадом находится озерцо в виде сердечка. И вся вода из реки уходит под землю. Я ему предлагаю осмотреть берега озера: может быть, где-нибудь вода вытекает из озера. Но он ничего не находит.***

***На следующем сеансе при обследовании озерца он видит небольшой ручеек, который вытекает из него по поверхности земли. Он идет вдоль этого ручья и видит, что вода вопреки всем законам гравитации поднимается на бугор, затем опускается, как это делает автомобильная дорога. По мере движения ручеек становится все более полноводным и превращается в достаточно широкую реку. А вода очищается настолько, что ее можно даже пить.***

***Но на пути реки встает горный хребет. Вода промывает его и впадает в залив моря. На мой вопрос: что бы ему хотелось сделать на этом море, он долго не находит ответа. Когда же я прямо спросил его: не хочется ли тебе искупаться?, он категорически отказывается, ссылаясь на то, что боится.***

Если при движении по реке вниз вода уходит под землю, это считается достаточно серьезным симптомом, который говорит о том, что энергия жизни пациента иссякает. И все мои действия были направлены на то, чтобы найти выход его энергии. И когда он нашел небольшой ручеек, вытекающий из озерца, я вздохнул с облегчением. Я понял, что не все еще потеряно и течение жизненной энергии можно восстановить. И то, что река постепенно становилась более полноводной и очищалась, говорило мне о том, что процесс пошел. Конечно, на этом пути будут трудности и сложности (горный хребет, который вода должна прорезать и преодолеть), но результат будет хорошим – он дошел до моря.

***Самым лучшим доказательством мудрости***

***является непрерывное хорошее расположение духа.***

***М. Монтень.***

Приход к морю означает, что Максим преодолел многие свои страхи и готов двигаться по жизни и реализовывать свою сексуальность. Но на момент сеанса перестройка не прошла в полной мере, и он не хочет купаться в море и как-то с ним взаимодействовать. И это вполне понятно – многолетние комплексы и страхи не могут пройти единовременно. Когда закончилось лечение, он вполне успешно реализовал и свою сексуальность, и свою жизнь.

### Примирение с матерью.

***На следующем этапе лечения я предложил ему пойти вверх по течению реки. Он очень долго не может понять, что от него требуется. Он не мог понять – как это идти вверх, к истоку реки, все время переспрашивал меня - куда идти? После того, как понял, все-таки пошел к истоку.***

***Берега реки очень топкие, заросшие камышом и ивняком. Максим во время этого пути все время жаловался, что ему трудно идти. В конце концов он поднимается вверх и идет уже по скалам по-над рекой. На некотором этапе он видит, что вода в реке почти падает водопадом. И он с трудом карабкается по скалистым берегам вверх.***

***Забравшись наверх, он видит озеро. Он обошел его вокруг и входящей воды не увидел. Но и родника тоже не увидел. И только после сильного принуждения он тщательно обследует озеро и видит, что родники бьют на дне озера. К ним подойти ближе не может. На предложение попить воды из этого озера он отказался, сославшись на то, что она грязная. Но лицо все-таки умыл, отметив, что вода прямо ледяная.***

Движение по реке вверх на символическом языке означает возвращение к своим корням, движение в свое психологическое прошлое. И образы, которые здесь появляются, означают отношения с родителями (особенно, с матерью) и его удачи и неудачи в детстве. И растерянность Максима (как это – идти вверх) свидетельствует о его страхе перед своим прошлым, нежелании с ним опять соприкасаться, пусть даже в символической форме. Но он преодолел его и начал двигаться. Топкие берега, трудность движения и водопад в этом символ-образе означают его соприкосновение с негативным опытом.

Но двигаясь вверх и дойдя до озера, он как бы стирает эти воспоминания, дает через действия в образе своему бессознательному команду на изменение отношения ко всему, что произошло. Приход к роднику означает возвращение к своим истокам, к моменту рождения. И то, что Максим упорно не видел родника, говорит о значительных травмирующих его психику обстоятельствах его рождения, к которым он не хочет возвращаться. Очень холодная вода означает «холодность» его матери и то, что жизнь его приняла «холодно». И то, что он все-таки умылся этой водой, означает его примирение и с матерью, и с жизнью. И в детстве, и на момент лечения у него действительно были достаточно отстраненные и холодные отношения с матерью. А после лечения они стали значительно лучше.

### Восстановление отношений с отцом.

***На следующем сеансе я предложил ему поискать гору. Он увидел ее очень далеко, за высоким хребтом. Гора ОЧЕНЬ высокая и окружена болотом.***

***А около самой горы – выгоревшая трава. С трудом перебирается через хребет, болото и подходит к горе. На предложение подняться на нее, отвечает, что страшно. К тому же гора начинается отвесной скользкой скалой метров десять высотой, затем идет карниз, а потом начинается сама гора.***

***С его точки зрения подняться на гору невозможно, так как у него нет специального снаряжения. После моего предложения поискать какой-нибудь инструмент, он находит веревку, забрасывает ее на карниз и начинает подниматься на него. После того, как он поднимается на карниз, веревка почему то обрывается и падает вниз.***

***Он видит, что с карниза гора уже не кажется такой высокой. Он ползет вверх по скользкой скале, которая заканчивается иглообразной четырехгранной вершиной. Грани оказались настолько острыми, что он обрезался об них. Обхватив руками верх горы, он пытается оглядеться, но вершина мешает смотреть вокруг. Недолго думая, он обламывает ее. После этого он замечает, что гора резко уменьшилась в размерах. И он может слезть с нее чуть ли не одним прыжком.***

***е) На следующем сеансе он видит, что гора находится там же, но стала очень маленькой, с его рост. Он берет ее и через болото несет к хребту. Там он видит в хребте тоннель и пытается протащить гору через него. Но гора не проходит в этот тоннель и ему приходится поднять гору на хребет, а затем спустить ее как на салазках по другую сторону. После этого он помещает гору на травяной поляне.***

Остроконечная гора чаще всего означает отца и отношения с ним. То, что Максим увидел ОЧЕНЬ высокую гору, окруженную болотом, горелую землю вокруг горы и отвесные скользкие склоны горы говорит о том, что «высота» отца несравнима с ним, и тот недостижим для него, так как его окружает «грязная» сексуальность и «скользкость» отца (отец развелся с матерью, женился второй раз и жил отстраненно от Максима). И хотя он боится, все-таки поднимается на гору, то есть символически сравнивается с отцом.

***Человек никогда не бывает так счастлив или несчастлив,***

***как это кажется ему самому.***

***Ф. Ларошфуко.***

Облом вершины горы означает низвержение авторитета отца (гора резко уменьшилась в размерах) и психологическое уравнение с ним. Перенос горы на травяную поляну означает, что он возвратил отца в свою жизнь. Конечно, он бессознательно хотел (но безуспешно) восстановить семью (пытался гору – символ отца - пронести через тоннель – символ матери). Но все равно он изменил свои отношения с отцом. Через некоторое время после лечения он женился, а отец подарил ему в качестве свадебного подарка квартиру. А после окончания института взял его в свою фирму работать.

### Как ускорить движение по дороге жизни?

***На следующем сеансе я предложил ему увидеть дорогу. Его взору предстала асфальтированная ровная дорога, по которой он легко пошел вперед. Но почти сразу дорога уперлась в лес: ни пройти, ни проехать. Он увидел странную картину: деревья растут прямо на дороге, сквозь асфальт. Долго думал, что делать, а потом попросил деревья разойтись. И деревья действительно разошлись.***

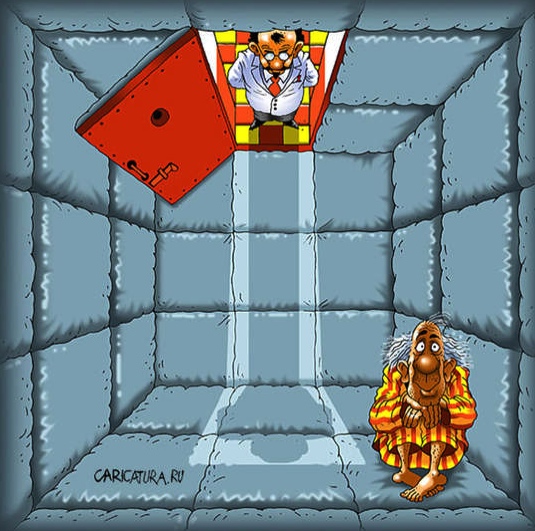
***Но практически сразу же после этого он попал в полосу мрака, в котором начал терять направление. Он зажег фонарь и увидел дорогу. Через некоторое время полоса мрака кончилась, и дорога опять стала ровной.***

***Потом увидел, что маленькая змейка переползла дорогу. Чуть дальше он увидел на дороге много змей, которые перегораживали ее. Он накормил их, и они свернулись в клубок, освободив проход. Затем на обочине увидел много лягушек. Он вырыл им пруд и всех побросал туда.***

***Затем он опять увидел несколько змей в стойке кобры, которые перегородили дорогу. Он попытался их накормить, но они еду не приняли. Тогда он позвал мангуст, которые их разогнали. Далее на дороге он увидел зайца и накормил его морковкой. Следующим был еж, которому досталось яблоко. Затем он увидел большого лося, которого заседлал и поехал на нем дальше. Увидел на дороге девушку, но проехал мимо нее.***

***И в конце этого сеанса он увидел заброшенный домик. В нем несколько мужчин играли в карты. Там же увидел еще одну девушку. Вместе с ней он разжег костер, ужинал с ней, но ничего более с ней у него не было. Утром он оставил ее у костра и поехал один. На обочине увидел упитанного медведя, который помахал ему лапой.***

Дорога на символическом языке означает жизненный путь человека. И то, какую он видит дорогу, как он по ней идет, какие встречаются трудности, как он их преодолевает, достаточно ясно говорит о тех программах движения по жизни, которые он получил от своих родителей.



Дорога у Максима была вначале прямая и асфальтированная, что говорит о нормальном уровне претензий к жизни. А вот деревья означают его собственные проблемы, которые мешают ему жить и радоваться жизни. И когда он после долгих раздумий попросил их разойтись, очень показательно для всего лечения, которое я провел Максиму. Во время наших бесед я постоянно внушал ему и убеждал его, что все проблемы, от которых он страдает, находятся только в его бессознательном, что внешний мир здесь не играет почти никакой роли.

Но он вначале не верил мне, обвинял в своих проблемах обстоятельства жизни, других людей и, особенно, родителей. И то, что он попросил деревья разойтись, говорит о том, что он готов сам и на разумной основе (он не стал их ломать и крошить) решать свои проблемы. И то, что деревья разошлись, говорит, что бессознательное готово с ним сотрудничать.

Понятно, что каждый человек, двигаясь по жизни, не всегда владеет качественной информацией, чтобы ясно видеть все, что ему встречается на этом пути. И полоса мрака как раз и говорит об этом. Фонарь, который зажег Максим, означает «свет просвещения, который разгоняет мрак невежества и указывает людям путь к счастливой жизни».

Змеи, которые встретились Максиму, означают, скорее всего, тех людей, с которыми он может встретиться на дороге жизни. Есть люди, которые хоть и встречаются с нами, но нам не мешают (змейка, которая переползла дорогу), есть люди, которые что-то хотят от нас (клубок змей, которых он накормил), но достаточно безвредны.

Но есть и такие, которые требуют к себе другого отношения (кобры). И те образы, преодоления этих препятствий, которые продемонстрировал Максим, говорят о том, что он психологически взрослеет. Подростки на любую преграду или же опасность реагируют агрессией. А Максим накормил их, что говорит о том, что он готов к компромиссам. И только в крайнем случае использует агрессию (мангусты, которые разогнали кобр).

***Оптимизм - вот роскошь великих людей.***

***Л. Арагон.***

Но также возможен такой ракурс рассмотрения этих образов: Максим начал процесс примирения с собой. И лягушки, которым он вырыл пруд, заяц, которого он накормил морковкой, еж, которому досталось яблоко, символизируют примирение с частями Я, что позволяет овладеть их силой и использовать во благо организма (лось, которого он оседлал). Но самый показательный образ – упитанный медведь, который помахал ему лапой с обочины дороги. Если ты помнишь, дорогой мой читатель, во время тестирования из леса на поляну вышел крайне истощенный медведь. Этот образ означает какую-то часть его психики, которая находилась на грани смерти. Тогда он покормил медведя хлебом. Но, видимо, все, что нами было сделано, настолько эффективно отразилось на внутреннем ландшафте психики, что символически проявилось в образе упитанного медведя.

### Как навести порядок внутри себя?

***На следующем сеансе он начал обследовать дом. В прихожей увидел несколько дверей. Он зашел в первую дверь направо. Там он увидел четыре живых скелета, которые сидели за столом, курили и играли в карты. Пятый лежал на диване, читал журнал «Красный Октябрь» и пил пиво Караевское (?) Он кормит их и у них тут же нарастает мясо и кожа*** (Комната со слов бабушки полностью напоминает комнату его прадедушки, в которой он был в 1,5 годовалом возрасте).

***На следующем сеансе он входит во вторую дверь. И как только он открывает дверь, на него бросается призрак собаки и проходит сквозь него. В комнате он видит несколько кошек и котят в центре круга из собак. Он бросает мясо в окно, собаки выпрыгивают за ним, но одна остается в комнате. Он и ей бросает мясо и она отходит с дороги. Затем он подходит к кошкам, забирает котят (они все представляют какую-то единую массу) и относит их в первую комнату. Кошки и коты идут за ним. Он закрывает дверь в эту комнату для того, чтобы собаки не попали туда.***

***Затем он входит в третью дверь и видит черную пустую комнату. На левой стене под черным налетом видит слово - заика. Он ставит над буквой «и» дефис и слово превращается в «Зайка». На потолке видит слово: «неуверенный», переделывает его на слово: «но, уверенный». На правой стене рисунок толстопузого человека и какое-то слово, которое не может разобрать. Слева и справа от двери слова: «Ура! Черт». Меняет слово «Черт» на «Блин».***

***На следующем сеансе он входит в четвертую дверь. И видит у входа в комнату вазу, которая мешает ему пройти внутрь. Он убирает ее в коридор, входит в комнату и видит, что она треугольная (как будто нет наружной стены). Все стены чем-то закопчены. Он берет воду, тряпку и моет стены.***

***И на левой стене под слоем копоти открывается знак: круг и две стрелки. На правой стене он видит шар и две стрелки. На потолке висит много летучих мышей, среди которых одна белого цвета. В полу видит люк. Он подошел, поднял его и увидел провал глубиной примерно 400 метров, на дне которого бурлит огнедышащая лава.***

***Он закрывает люк и пытается раздвинуть стены. Но у него ничего не получается. Затем он берет палку и бьет по белой летучей мыши. Она разбивается так, как будто сделана из фарфора. Под ней он обнаруживает кнопку. Палкой надавливает на нее и стены раздвигаются, появляется четвертая стена с окном, комната становится квадратной. Мыши всей стаей улетают в окно, а ветер сдувает люк.***

***На следующем сеансе он опять входит в эту комнату и обнаруживает над входной дверью треугольное окно на чердак. По лианам забирается туда. На чердаке видит детские кровати. Там же находит сложенную раскладушку, стол, стул. Ставит их в комнате. Откуда-то сам собой появляется платяной шкаф.***

***Затем выкинул с чердака детскую кровать, сломанный журнальный столик, старые книги и тому подобные вещи. Но оставил книги с русскими писателями. Затем навел порядок на чердаке, поставил компьютер. Затем увидел на этом чердаке чулан, в котором было много детской одежды и детские книжки с пластинками. Их оставил, а одежду выкинул.***

***На следующем сеансе он заходит в последнюю комнату. Там видит кухонную мебель, газовую плиту, стол. Все окрашено в черный цвет. Идет в другую комнату, находит там банки с краской. Берет их, приносит в кухню и бросает на пол. Краски разбрызгиваются во все стороны и окрашивают все в кухне в разные цвета. После этого жарит яичницу, ест ее и идет в спальню*** (в это время зевает) ***и ложится спать.***

Дом отражает реальный, актуальный уровень притязаний человека. Дом переживается прежде всего как выражение своей личности или одной из ее частей.

***Отличительный признак мудрости –***

***это неизменное радостное восприятие жизни.***

***М. Монтень.***

Подвал относится к бессознательному и чувствам, нижний этаж – к Эго, чердак – Суперэго или совести, к интеллекту или мышлению. Гостиная связана с чувством комфорта и досуга, спальня символизирует интимность и отдых, кухня – трансформацию сырых компонентов и работу, столовая символизирует отклик на физические потребности, кабинет – интеллектуальная работа и восстановление сил.

В случае с беспроблемными людьми мы видим чаще всего дом на одну семью. Если человек видит офис фирмы, гостиницу и так далее, то можно предполагать, что личная сфера жизни пренебрегается. Маленькая хижина вызовет вопрос, насколько у человека развито самосознание. Отсутствие окон позволит сделать вывод о сильной замкнутости и недоверии к окружающему миру. А грязные окна символизируют то, что человек что-то считает бесполезным. Комната с закрытой дверью является символом личной тайны.

Видимо, ко времени работы с домом, у Максима начался бурный процесс внутренней перестройки, который и проявился иногда в весьма причудливых образах. И который потом привел к его социальной и личностной адаптации.

Скелеты, которые после кормления обросли мясом, означают примерно то же, что и упитанный медведь. Кошки и собаки в нашем сознании являются вечными соперниками. И кормление Максимом собак означает нейтрализацию неких аутоагрессивных психологических структур. Перенос котят в другую комнату и закрытие двери, чтобы собаки не могли их съесть, означает защиту того нового, что в нем растет, от собственной внутренней агрессии.

Когда он переделывает слово «заика» в «зайка», то через это действие внутренне отказывается быть заикой. Вполне понятно изменение слова «неуверенный» на «но, уверенный». А вот изменение слов «Ура! Черт» на «Ура! Блин» означает смещение внутренних акцентов на менее агрессивные или же менее маргинальные.

Очень показательна работа с треугольной комнатой. Ваза, мешавшая ему войти в нее, означает какие-то запреты Суперэго, не дававшие ему взаимодействовать с этой частью своей психики. Черные стены, видимо, означают, что это что-то грязное и невозможное к осознанию. И мытье стен символически означает изменение его отношения к этому материалу, возможно к фактам жизни.

Что означают круг, шар и стрелки, мне до конца непонятно, так как он с этими образами не работал. А вот люк означает путь к бурлящему и опасному бессознательному материалу.

Когда он разбивает белую мышку, нажимает кнопку и через это раздвигает комнату, то таким образом открывает к осознанию (и активному использования) этой части своей психики. С помощью этого символического акта он отказывается от замкнутости и начинает больше доверять миру.

Летучие мыши в нашем коллективном сознании обычно связаны с темными силами. И их улет означает его освобождение от влияния мистических (ли неадекватных) представлений. И то, что после этого ветер сдувает люк к бурлящему и опасному бессознательному материалу (ведь лава очень часто из-за внутренних процессов в Земле изливается на поверхность), говорит о том, что та работа, которую он провел в комнате, избавила его от вероятности катастрофического прорыва опасных тенденций из бессознательного в сознание.

Известно, что это иногда бывает и очень опасно для жизни и здоровья. Если опасный психологический материал, скрытый до поры до времени под многими слоями психологических защит, под влиянием внезапных и сильных стрессов прорывается в сознание, он может дезорганизовать его деятельность. Что проявляется во внезапном сумасшествии. Или же в телесных катастрофах (инфаркт миокарда, нарушение мозгового кровообращения, смертельных приступах бронхиальной астмы и так далее).

Раскладушка, стол и стул, которые он нашел на чердаке и которые поставил в комнате, говорят о том, что не все, что есть на «чердаке» (то есть в голове) бесполезно, что многое из его жизненного опыта можно и нужно использовать. Показательно и то, что он сохранил детские книги и пластинки. Слава Богу, в советские времена детские книги сеяли Разумное, Доброе, Вечное (что не всегда происходит с современными «покемонами»). И он через этот символический акт признал ценность многого из того, что получил в детстве.

Но, конечно же, много на чердаке и бесполезного. И выбрасывая детскую кровать, игрушки, старые книги он символически отказывается от того, что отслужило и является психологическим хламом.

Мне очень понравилось то, как он решил проблему с кухней. Он воспользовался своими внутренними психологическими ресурсами (принес краску из другой комнаты) И позволил им самим (без участия сознания) делать свое дело. И они справились с этой задачей! Кухня расцвела всеми красками. И видимо в этот момент внутренняя перестройка психики закончилась. Об этом говорит то, что Максим поел и почувствовал усталость. И с чувством хорошо выполненной и законченной работы уснул.



### Как убрать все преграды и найти спутницу жизни?

***На последнем сеансе ПАТ я предложил ему поискать затерянный замок со Спящей Красавицей. Он пошел через дремучий лес с проводником – маленькой змейкой. В самой чащобе он увидел какой-то замок по типу средневекового. Он вошел в него и увидел, что все там спят. Он поднялся на верхние этажи и увидел там спящую девушку (но лицо ее не смог описать).***

***После его поцелуя она ожила, встала с постели, и они вместе, взявшись за руки пошли искать в этом замке его мать. И когда они ее нашли, он попросил у матери благословение. Она дала его, и они вместе с девушкой вышли из замка и поднялись на гору. Там он ничего примечательного не увидел, только ту страну, по которой путешествовал. Затем они спустились с горы и дошли до его дома. Там они поужинали со свечами и с шампанским и легли спать.***

***Праздная жизнь - это преждевременная старость.***

***Г е т е***

Эта техника позволяет снять сексуальные запреты, связанные с матерью. Известно, что практически все мальчики проходят через комплекс Эдипа (влюбленность в мать). Вот эта самая любовь и может испортить мужчине жизнь, так как «свято место» занято Богиней. Получив символическое разрешение от символической матери, Максим через некоторое время смог начать строить с женщинами долговременные отношения. Вообще, сказка о Спящей красавице сама по себе несет мощный символический освобождающий потенциал.

## Глава десятая, в которой я расскажу об образно-символическом синтезе будущего.

Образы также можно использовать для программирования будущего. Впервые это предложил делать Ассаджиоли, придумав для этого Психосинтез. В этом случае используются уже готовые образы, которые бессознательным всех людей понимаются одинаково и действуют универсально. Все эти образы являются командами бессознательному: «В будущем в таких-то и таких-то ситуациях действуй так-то и так-то, а в таких – по-другому! К таким-то проблемам относись так, а вот к таким – по-другому». И в результате человек получает определенные позитивные программы своего будущего поведения в тех или иных ситуациях. Что, понятное дело, поможет ему пройти их с минимумом неприятностей и с максимумом пользы.

***На первом сеансе я предложил ему представить, что перед его мысленным взором висит слово «Я», сделанное из бриллианта. И как оно опускается внутрь него и становится балластом, который не даст его жизненному кораблю перевернуться под порывами злого ветра. Затем то же самое он сделал со словами «Здоров» и «и люблю себя!». После этого он поднялся на палубу этого корабля, стал его капитаном и повел корабль в более счастливое будущее.***

***На следующем сеансе он увидел куст роз и как по одной из нижних веточек ползет гусеница. Он увидел, как она окуклилась, затем проник внутрь этой куколки, почувствовал себя ею, дождался когда закончилась метаморфоза и освободился от кокона. Затем он почувствовал себя бабочкой и полетел жить в этом мире.***

Максим прочитал все мои книги и многое из того, что я ему посоветовал. Мы также очень много беседовали и я, как более старший и успешный человек, рассказывал ему о жизни, о своем отношении к людям, проблемам и так далее. Я на время лечения стал ему символическим Отцом.

После проведенного лечения Максим совершенно свободно стал выходить на улицу, восстановил отношения с друзьями и подругами. Он помирился с отцом, сделал более близкими отношения с матерью. Затем он восстановился в институте и начал получать самую сложную специализацию по своей профессии, которая наиболее перспективна для его будущего. Он работает в фирме своего отца и где-то еще на другой работе. В настоящее время он работает топ-менеджером в крупной государственной компании.

По здравому размышлению он решил не покупать машину, а дождаться, когда денег хватит на квартиру и купить ее. По договоренности с родителями он снял квартиру и начал жить в гражданском браке со своей девушкой. Затем, через некоторое время, они поженились. А отец подарил им на свадьбу квартиру. Опять же на настоящий момент у него двое детей (помните, как в ПАТ он гулял с женой и двумя детьми по Садовому кольцу?)

***Сильнее всех - владеющий собой.***

***Сенека Младший.***

Максим давно уже забыл о заикании! Только иногда, когда он сильно волнуется, у него бывают затруднения с речью. Но он на это не обращает никакого внимания. И я в этом перечислении его достижений говорю об избавлении от заикания на последнем месте специально для того, чтобы подчеркнуть – заикание действительно было только симптомом его общего неблагополучия. И те многочисленные способы лечения заикания, которые он перепробовал раньше, просто НЕ МОГЛИ его вылечить! Только комплексная перестройка личности, когда уничтожается основа той жизни, в которой человек болел и был несчастным, и когда строится новая линия жизни, способны привести к реальному выздоровлению.

# Часть третья, в которой я расскажу о других пациентах и их выздоровлении

В данной части своей книги я хочу привести примеры моей работы с разными пациентами. И показать – какие чудесные трансформации с ними происходят, если удается найти ту занозу, вокруг которой накапливался «гной» болезни. И удалить ее!

### Шизофрения как способ избавления от надоевшей девственности.

Василиса, 27 лет. Обратилась ко мне с жалобами на какие-то голоса в голове, вегетососудистую дистонию и «мраморные» пятна на коже. Я ей обещал помочь и назначил встречу на другой день после консультации. Но она не пришла на сеанс. Потом я узнал, что она попала в психиатрическую больницу.

После лечения (через три месяца) она опять пришла ко мне и мне удалось собрать подробный анамнез. Она получила очень жесткое сексуальное воспитание (жила и воспитывалась в глухой марийской деревне). Смысл этого воспитания: «До замужества Этим заниматься категорически запрещено!» Она была очень стеснительной девушкой. Да и красотой особенно не блистала. В деревне это бы не помешало ей выйти замуж, но в городе, где она была предоставлена самой себе, это сыграло свою роковую роль.

Ей пришлось много лет подавлять в себе все сексуальные импульсы. И часть, ответственная за реализацию сексуальной функции, не найдя другого выхода из сложившейся ситуации, решила ее на время свести с ума (ну что можно спрашивать с психически больной?)

***Заблуждаться свойственно каждому,***

***но упорствуют в своем заблуждении только глупцы.***

***Цицерон.***

Ее поведение внезапно стало неадекватным. И в состоянии помрачнения сознания она начала половую жизнь. При этом она совершала такие неадекватные поступки, что из-за них и попала в психиатрическую больницу (ей даже был выставлен диагноз - шизофрения).

Смысл моего разговора с бессознательным был такой: «Ничего плохого 1 Я не сделало! Она не должна страдать из-за того, что родители ее были такими придурками. Ее больше не надо наказывать за это!» После лечения она вышла замуж, родила ребенка и живет нормальной жизнью. Я за ней наблюдал 12 лет, и за это время она в психиатрическую больницу больше не попадала!

### Аллергия и бронхиальная астма как спасательный круг.

Иван, 19 лет. Пришел ко мне на прием с жалобами на приступы удушья, которые у него появлялись, как только он приходил в дом своей матери. Из-за того, что у него были приступы удушья, он вынужден был жить у бабушки. Там приступов не было. Естественно, я заподозрил, что у него с домом матери связаны какие-то неприятные эмоции.

И, действительно, оказалось, что у него возник сильный конфликт с друзьями по двору. Он родился и вырос в этом доме. И с детства дружил с ребятами со своего двора, вместе с ними ходил в одну и ту же школу и в один и тот же класс вплоть до окончания школы. Но, как он говорил мне, он с точки зрения его друзей, не блистал талантами. Они и учились хорошо, и занимались различным творчеством. А он был самым обычным, средним ребенком.

И, зная свои способности, он не стал подавать документы на сверхпрестижные факультеты, а подал их на ветеринарный факультет. А на этом факультете практически не было никакого конкурса и преподаватели боялись задавать вопросы абитуриентам – вдруг не ответят! И он, конечно же, поступил. А его высоколобые друзья – нет!

Из-за этого они на него обиделись и стали вытеснять из своей компании. Он очень сильно переживал по этому поводу, но себя виноватым не считал. И все время пытался вернуться в компанию. А его все равно вытесняли! И у него сработала защита – появилась аллергия на воздух в квартире матери. И он вынужден был переехать к бабушке, которая жила совсем рядом с институтом, в который он поступил.

После введения его в гипнотическое состояние я предложил ему представить себе, что он входит в квартиру матери, раздевается, вдыхает полной грудью воздух….. И у него тут же на моих глазах начал развиваться приступ бронхиальной астмы! Он стал задыхаться, кашлять, у него раздулась грудная клетка – в-общем, классический приступ.

Я подождал немного, чтобы он прочувствовал его в полной мере и помучился. И внезапно громким голосом сказал: «Стоп! Ты находишься в моем кабинете! Ты дышишь воздухом без аллергена! Прекрати сейчас же делать приступ». И через пару минут у него дыхание успокоилось.

Затем я внушил ему, что теперь механизм болезни осознан и сломан. И что у него аллергия на воздух в квартире матери исчезнет. И это действительно так и произошло! Тем более, что он помирился с друзьями.

### Как без угрызений совести обойти запреты?

Оксана, 33 года. Пришла на прием с жалобами, что внутри нее есть кто-то, кто ей не подчиняется, но периодически заставляет ее делать странные вещи. В анамнезе – неоднократные «изнасилования», которые с моей точки зрения таковыми не являлись. Но являлись скорее всего возможностью обойти сексуальные запреты без зазрения совести.

Например, однажды, когда она поздно вечером возвращалась домой, ее поймала группа ребят. Ее «затащили» в какую-то квартиру и там один из парней ее изнасиловал. Она забеременела, но о своей беременности не знала. И узнала об этом тогда, когда было уже поздно что-то предпринимать. Она родила ребенка, но в роддоме отказалась от него. Но ее отец, тот, кто ее якобы изнасиловал, забрал ребенка себе и начал воспитывать девочку сам. А через некоторое время они поженились.

Во время сеанса она совершенно не помнила о том, что было в гипнозе. Но когда я пытался поговорить с бессознательным, какая-то часть ее психики резко сопротивлялась вмешательству. После длительных мучений мне удалось выйти на голосовой контакт с нею. И она мне прямо сказала, что лечение не нужно, что ей и так хорошо. И что она все равно будет заставлять эту «дуру» (буквально так и сказала!) трахаться со всеми, с кем она захочет.

***Лучше смеяться, не будучи счастливым,***

***чем умереть, не посмеявшись.***

***Ф. Ларошфуко.***

После этого разговора на следующий день Оксана сказала мне, что ночью со слов мужа, который не спал (она сама этого не помнит), она внезапно проснулась и стала «хулиганить». Она бегала по комнате, разбила вазу, швыряла другие вещи на пол и вытворяла тому подобные вещи. И говорила мужу, что все равно не подчинится этому проклятому гипнотизеру, что, если муж что-то не предпримет, она убежит из дому. Муж с великим трудом ее успокоил, буквально прижав на некоторое время к постели. На сеансе я опять вошел в контакт с этой частью психики и опять она мне заявила, что лечения не нужно, что она все равно будет делать то, что пожелает.

Я смог переломить ситуацию таким образом. Я сказал этой части Я, чтобы она не надеялась на то, что сможет захватить контроль над поведением. И что в настоящее время есть очень мощные лекарства – нейролептики, которые в любом случае подавят ее, высосут из нее энергию. Если же и это не поможет, то Оксану запрут в психиатрической больнице и не выпустят оттуда до тех пор, пока не уничтожат тебя. Ты этого хочешь? Или лучше распределить «обязанности» и выходить «погулять» только тогда, когда это будет можно и принесет максимум пользы и минимум вреда?

После таких аргументов эта часть Я согласилась на интеграцию, на создание контрольных и регулирующих потребности всех частей Я механизмов. И все проблемы с «голосами» и нарушением поведения у Оксаны исчезли.

С моей точки зрения у Оксаны, которая в детстве получала жесткое, но не сбалансированное воспитание, возник бунт ее Внутреннего Ребенка. Современная психология считает, что вся сила, вся радость жизни, творческие потуги и прочее находятся во Внутреннем Ребенке. Если ему периодически дают «погулять, свежей травки пощипать» (то есть если человек не только работает, выполняет свои обязанности и ходит в рамках, установленных обществом, но и получает удовольствие от жизни, умеет отдыхать и «отрываться» в безопасном режиме), то внутренний Ребенок остается жизнерадостным и с удовольствием отдает свою энергию на выполнение «обязательной программы».

Если же его подавлять и держать в «ежовых рукавицах», то он очень быстро хиреет и теряет свою энергию. Что проявляется в поведении такого человека в виде отсутствия сил, депрессии, ощущения, что жизнь не имеет смысла и так далее и тому подобное. Внутренний Ребенок у Оксаны был настолько сильным и энергичным, что ни в коем случае не желал согласиться с подавляющим влиянием общества.

***Героизм - это победа души над телом.***

***А.Амьель.***

Но так как бодаться теленку с дубом бесполезно, он нашел простой и с его точки зрения безопасный путь: он заставлял Оксану делать то, что он желает, но как бы «из-под-полы». Организм получал желаемое, но с точки зрения общества она в этом была не виновата (ну, изнасиловали, что поделаешь!) Или же это воспринималось обществом как болезнь. А больного человека, особенно психически, даже в тюрьму за преступления не сажают!

### Родители плохого не посоветуют?

Яна, 14 лет. На прием девочку привела мама с жалобами на ожирение. При ее росте 1,5 метра она весила 90 килограммов. Мама пыталась ограничить ее аппетит, но у нее ничего не получалось и вес у девочки все увеличивался и увеличивался.

В результате опроса и тестирования выяснилось, что в возрасте 3 лет девочка очень плохо ела. А мама (кстати, врач по специальности) зная, что ребенок обязательно должен съесть свою дневную норму, «рекомендованную лучшими собаководами», чуть ли не насильно ее кормила. А девочка, так или иначе, отказывалась.

И вот однажды, во время безуспешной попытки накормить дочь, мать в сердцах бросила ложку на пол и зарыдала: ***«Ну почему ты так плохо ешь? Горе-то какое!»*** И с тех пор девочка стала есть! Она поняла, что мама не шутит, что если та из-за ее нежелания есть так расстраивается, то, значит, что она делает что-то очень плохое. Ведь «родители плохого не посоветуют»! Ее бессознательное испугалось голодной смерти и решило, что надо есть как можно больше и накопить как можно больше жира.

Мое лечение заключалось в том, чтобы донести до бессознательного мысль о том, что мы все живем в достаточно стабильном обществе и что голодная смерть НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ никому не грозит. А мамины слезы были связаны с ее неправильными представлениями о кормлении детей. Мне удалось убедить ее бессознательное в том, что пища ОБЯЗАТЕЛЬНО достанется организму.

И оно успокоилось, перестало накапливать жир и снизило требования к количеству пищи. Если бессознательное убедится в том, что это ограничение в пище не связано с недостатком пищи, а создано специально для оздоровления организма, то оно перестанет сопротивляться этому процессу. Но, наоборот, ради такого благого дела даже подсуетится.

Девочка достаточно быстро и в значительной степени постройнела. Но особенно сильно она сбросила вес тогда, когда у нее начался месячный цикл!

### Влюблена по собственному желанию?

Галина, 43 года. На приеме жаловалась на то, что чувствует себя одинокой и не любимой, так как отношения с мужем 5 лет назад окончательно разладились. И они живут в одной квартире как два чужих человека. И что она хочет, но никак не может найти себе человека, с которым ей было бы уютно и хорошо. Но ей даже не удается найти себе любовника.

Работает архитектором и проектирует дома для богатых людей на Рублево-Успенском шоссе. Отмечала, что с последним заказчиком сложились достаточно напряженные отношения. А его прораб постоянно с ней ссорится и тыкает носом в ее недоработки по проекту.

***Я сделал ей рефрейминг с частью Я, ответственной за построение отношений с мужчинами; И когда-то, когда она влюбилась в своего мужа, она дала этой части Я приказ: «Любить этого человека всю жизнь!» Но жизнь с ним кончилась, а эта часть Я не дает ей влюбиться снова и заставляет сохранять верность мужу.***

***С помощью этой техники мы перевели эту часть Я в «режим ожидания» новой любви. А на следующем сеансе создали новую часть Я, которая ответственна за то, чтобы она ходила по этому свету и бессознательно сигнализировала всем мужчинам, с которыми встречается, что она свободна. Такой человек как бы «светится» и виден всем, кто ищет такой свет.***



Через неделю после этих сеансов она мне позвонила и назначила срочную встречу. Оказалось, что на другой день после этого сеанса она позвонила своему богатому заказчику и они встретились на стройке. Она сразу заподозрила, что что-то случилось, когда увидела этого «восточного человека» ожидающим ее (до этого ей приходилось на стройке ждать его иной раз по два часа). И когда они осматривали стройку, он вился вокруг нее и сыпал комплиментами.

Но больше всего ее поразило поведение прораба – другой человек! Когда же она сказала своему заказчику, что им надо еще раз встретиться, тот сказал: «Я всегда рад с Вами встретиться!» И назначил ей встречу в ресторане на следующий день.

Там он к ней начал откровенно «клеиться» и вечер закончился в постели. А мне она назначила встречу потому, что испугалась: почувствовав свою силу, она начала завоевывать «восточного человека» по полной программе! И боялась, что из-за этого она его потеряет.

### Шизофрения – это не приговор?

Василий, 20 лет. Однажды, ко мне приехала на консультацию мать со своим сыном. Он страдал простой формой шизофрении, то есть не контактировал с внешним миром, был апатичен, абсолютно безынициативен. И на консультации он не проронил ни одного слова, сидел с полузакрытыми глазами и что-то бормотал. Все мои ухищрения по привлечению его внимания закончились провалом.

После получасовых мучений я повернулся к матери и сказал, что ничем не могу помочь – психотерапия должна проводиться хоть в каком-либо контакте с личностью человека, пусть даже он будет формальным. Но мать заплакала и сказала, что я являюсь их последней надеждой, что им сказали, что только я таких больных лечу, и так далее и тому подобное.

Я все равно попытался отказать им, так как на тот момент не видел никаких перспектив относительно этого мальчика. Но мать меня уговорила, и я все-таки взял его на лечение без всякой гарантии. Он подчинялся прямым приказам (говоришь ему: «Ложись!» и он ложился). Поэтому я вводил его в гипнотическое состояние и делал те техники, которые я обычно с такими пациентами делаю.

Естественно, никаких результатов от своих сеансов я не увидел. Но я заметил, что мальчик очень ухожен: чистый, с подстриженными волосами и ногтями, отутюженной одеждой и так далее. И я понял, что мать очень заботится о нем, что в случае с такими больными бывает редко. И я, сделав технику, поворачивался к матери и давал четкие инструкции – что и как ей надо изменить в отношении к ребенку, какие воспитательные приемы применять, чтобы стимулировать его к выходу из себя.

***У кого меньше всего желаний, у того меньше всего нужды.***

***П. Сир.***

Они уехали, и я много лет не знал о судьбе этого мальчика. Но недавно мать позвонила мне и попросила, чтобы я полечил еще одного такого же ребенка ее знакомой. Я же сказал, что зачем я буду брать такого ребенка, если я не смог помочь ее ребенку. И она мне сказала: «Вы знаете – где сейчас Василий? Он учится в институте!»

### Как вера в себя улучшает качество жизни.

Анатолий Степанович, 74 года. Жаловался на сильные и частые боли в области сердца, которые не снимались никакими лекарствами, одышку при малейших физических нагрузках (подъем на третий этаж дома к своей квартире у него занимал полчаса и чуть ли не горсть таблеток).

До 60 лет он работал крупным начальником в области строительства и проблем с сердцем у него почти не было. Затем он ушел на пенсию, но еще 10 лет работал председателем обкома профсоюзов строителей. И в 70 лет его с помпой отправили на заслуженный отдых.

И вот тут-то у него и появились настоящие проблемы с сердцем. Оно пошло в «разнос». Он лечился где только мог и какими только можно было препаратами (а возможности у него были очень большими). Но ничто не помогало! И вот его привезли в ту клинику, в которой Б. Ельцину сделали операцию аортокоронарного шунтирования.

Хирурги вставили катетер в артерию руки, просмотрели через него аорту и объявили, что ничего сделать не могут – настолько аорта плотно покрыта атеросклеротическими бляшками. И он мне сказал, что воспринял их решение как смертный приговор! Ведь его состояние все больше и больше ухудшалось, а лекарства не помогали.

И вот после приезда домой кто-то посоветовал ему обратиться ко мне для того, чтобы снять депрессию. Когда он пришел ко мне, то сказал, что, конечно же, ему уже ничто не поможет вылечиться от болезни. Но я объяснил психосоматический характер его болезни и сказал, что методами современной психотерапии можно в значительной степени облегчить его страдания. Тогда я ставил себе цель только чуть-чуть облегчить его страдания.

Он прошел у меня курс из 10 сеансов нейролингвистического программирования в гипнозе. После этого я обучил его саморегуляции по своей системе. И его состояние РЕЗКО улучшилось! Конечно, приступы стенокардии у него полностью не прошли. Но они ему перестали мешать жить.

И вот однажды весной при встрече он мне похвастался, что за зиму после лечения он 50 (!) раз ходил на зимнюю рыбалку. Он одевал ватник, ватные штаны, валенки, брал рыбацкий чемоданчик, бур и ехал на троллейбусе до Волги. Затем шел три (!) километра до рыбного места на другой стороне Волги и целый день рыбачил. Затем возвращался домой, жарил рыбу, выпивал сто грамм водки и ложился спать. Он у меня лечился в 1995 году. В 2003 году он все еще был жив и чувствовал себя хорошо!

### Боязнь греха как лекарство?

Александра, 25 лет. Пришла ко мне с жалобами на то, что на аппарате Фоля ей был поставлен диагноз – рак гипофиза. При исследовании биохимических показателей диагноз подтвердился. Летом прошлого года познакомилась по Интернету с австрийцем и поехала к нему знакомиться. Но они там сильно поссорились, и она в растрепанных чувствах уехала в Вену. И там ее ограбили, утащив и билеты, и деньги, и паспорт. После этого она долго не могла вернуться в Россию, жила у каких-то сердобольных людей, перебивалась с хлеба на квас.

***Была сделана техника «Кино» и все эти переживания были стерты из эмоциональной памяти. А во время 6-ти шагового рефрейминга я обратился к части Я, ответственной за рак и попросил ее перестать делать болезнь. Но она отказалась! Она отказывалась идти на компромиссы и вела организм к поставленной цели – смерти.***

***Тогда я обратился к этой части Я с такими словами: «Ты решила совершить самоубийство?». Она ответила: «Да!». Тогда я сказал: «А ты знаешь, что Бог считает самоубийство одним из самых страшных грехов? Ты знаешь, что из-за этого ты обрекаешь бессмертную душу на вечные муки? Что самоубийство ни в коей мере не является выходом, но путем в бездну?»***

Ответа на свои вопросы я не получил. Но с тех пор прошло уже полтора года. Девушка жива, здорова, учится в каком-то университете в Австрии. И недавно, приехав в Москву, пришла на прием. Отмечает, что чувствует себя хорошо!

***Тот, кто не помнит своего прошлого,***

***осужден на то, чтобы пережить его вновь.***

***Д. Сантаяна.***

### Псориаз как щит против себя.

Татьяна, 20 лет. Страдала псориазом. Но локализация бляшек была очень интересная – только на груди и животе. Она росла в семье, где воспитанию ее сексуального поведения не уделялось практически никакого внимания. И с 13 лет она пошла «по рукам». А в 15 лет забеременела. Но узнала об этой беременности только тогда, когда было поздно что-либо предпринимать. И ей пришлось рожать ребенка.

Естественно, после родов у нее не было времени смотреть ни направо, ни «налево». Она все время занималась только ребенком и никуда не ходила. Но когда ребенку исполнился год, мать сказала ей: «Сходи к подругам, а то, наверное, соскучилась - все время сидишь дома».

Она пошла на какую-то вечеринку в ту компанию, в которой когда-то «тусовалась». И вновь окунулась в ту же разухабистую атмосферу, в которой жила до беременности. Через три дня после этого «похода» у нее появилась первая псориатическая бляшка на груди. А через месяц псориаз покрыл ей всю ПЕРЕДНЮЮ поверхность тела!

Когда во время лечения я разговаривал с ее бессознательным, то оказалось, что оно таким образом поставило «предохранитель» против тех мыслей и желаний, которые вновь «забурлили» в ней. Бессознательное решило, что это очень опасно - ведь они, эти мысли, уже один раз привели к неприятностям. И оно решило, что надо принимать меры! И приняло: с псориазом на передней части тела 1 Я не сможет принести никаких неприятностей - кому она нужна в таком виде!

Во время моего лечения я договорился с ее бессознательным, что надо защищать организм от опасностей. Но не с помощью псориаза, но как-то по-другому. И не блокируя половые контакты, а делая их безопасными. Я не знаю – какие способы для этого нашло ее бессознательное, но через месяц у нее была чистая кожа!

### Смирение перед неизбежным – лучшее лекарство при климаксе?

Инесса, 45 лет. У нее был тяжелейший климактерический синдром. Через каждые 13 минут у нее шел «прилив», ее бросало в жар, вся кожа покрывалась потом, сердце пыталось выскочить из груди и так далее и тому подобное.

У всех женщин есть часть Я, которая отвечает за возможность рожать детей. И, по большому счету, главное отличие мужчины от женщины заключается именно в этой способности. Но когда приходит менопауза, женщина лишается этого своего самого главного отличия от мужчины.

Если для женщины это отличие принципиально важно, если она (сознательно или совершенно не осознавая этого) считает, что это главное, за что ее «держат» в доме, то лишение этой функции будет восприниматься ею как опасность - меня могут бросить - я теперь ни на что не годна! Она может уже очень давно не планировать рождение ребенка. Но бессознательное знает свое дело «туго».

***Надо уметь переносить то, чего нельзя избежать.***

***М. Монтень.***

И, как только в организме женщины начинают происходить естественные процессы затухания этой функции, эта часть Я начинает сопротивляться им при помощи климактерического невроза, «дергая» изнутри вегетативную систему.

Я провел ей 6-ти шаговый рефрейминг с частью Я, ответственной за эти приливы. И убедил ее в том, что никто ее (мою пациентку) не собирается выгонять из дома. И что больше рожать детей не надо. И климактерический невроз полностью исчез. В свое время в рамках работы над кандидатской диссертацией я пролечил таким образом 150 женщин, страдавших от климактерического невроза. И как только удавалось договориться с этой частью Я, приливы и невротические явления ПОЛНОСТЬЮ исчезали!

### Алкоголь – антибиотик против «психологического гноя»?

Василий, 42 года. Пришел ко мне с жалобами на приступы потери сознания, судороги, прикусывание языка во время приступа и пену у рта. 9 лет назад он закодировался от приема алкоголя. И с тех пор не выпил ни грамма спиртного. Но семь лет назад, совершенно без видимой причины, у него развилась эпилепсия.

В результате углубленного анализа его психики я выяснил, что алкоголь был достаточно серьезным «балансиром», который позволял ему справляться с теми внутренними конфликтами, что образовались в детстве. Но доза спиртного была такой большой, а необходимость использовать этот «балансир» психики была такой частой, что его семья встала на грань развода. И он был вынужден отказаться от спиртного. Лишение этого балансира привело к тому, что внутреннее напряжение, когда достигало максимума, стало прорываться наружу в виде мышечных судорог.

***Не пытайтесь топить свое горе в вине. Оно умеет плавать.***

***И. Миранд.***

В результате лечения нейролингвистическим программированием, «Машиной времени» и ПАТ приступы эпилепсии стали проходить без потери сознания. А потом они и вовсе исчезли! И уже много лет он не только не пьет, но у него нет и судорог.

### Как крик души программирует будущее?

Петр, 26 лет. Пришел ко мне на прием для избавления от заикания. Я уже говорил, что заикание - следствие каких-то сильных страхов или же обид, которые ребенок пережил в детстве. И, зная это, спросил его: «Зачем Вам НУЖНО заикаться?» Вначале он на меня даже обиделся за эти слова (Как Вы можете такое говорить?! Я сплю и вижу – как бы освободиться от этой напасти!). Но после сеанса 6-ти шагового рефрейминга он вдруг вспомнил, что в 6 лет почему-то очень хотел начать заикаться! Но почему хотел, он тогда не вспомнил. А после другого сеанса вспомнил, что его отец - пьяница тогда, когда ему было 5 с половиной лет, ни за что ни про что начал пороть его ремнем. А мать пыталась его вырвать из рук отца и кричала: «Не бей его, не бей! Иначе он станет заикаться!»

Ему в этот момент стало так обидно за незаслуженное наказание, что он ВСЕЙ ДУШОЙ захотел начать заикаться - чтобы отец знал, что он заболел по ЕГО вине! Он давно забыл это свое детское желание. Но бессознательное восприняло этот «крик души» как приказ к действию. И в течении 20 (!) лет с упорством идиота выполняло эту программу.

Очень интересно то, что за месяц до прихода ко мне он избил своего отца до полусмерти - сломал ему руку и несколько ребер тогда, когда отец опять напился и стал буянить. И, видимо, таким способом отомстил отцу за эти двадцать лет заикания. После этого он мог себе позволить избавиться от заикания!

Как только этот мой пациент понял и осознал истинный механизм появления своей проблемы (и, самое главное, принял данный механизм как верный), он ПЕРЕСТАЛ ЗАИКАТЬСЯ! Я сделал ему ряд сеансов «Машины времени», в которых он путешествовал к самому себе – 6-ти летнему и убеждал не желать того, что может испортить ему жизнь. А затем с помощью «Кино» стер тот «крик души».

### Бессознательное мыслит как 6-ти летний ребенок?

Ярослав, 27 лет. Пришел ко мне с жалобами на периодические, приступообразные импульсы к игре в казино. Он из-за этого проигрывал все деньги и дважды был на грани преступления ради добычи денег на игру. Он пытался бороться с этим влечением и, в частности, хранил все деньги у друзей и просил их ему, пьяному, ни в коем случае не отдавать. Но все равно даже это ему не помогало – он где-нибудь занимал деньги и проигрывался в пух и прах. А потом, когда приходил в себя, естественно, вынужден был их отдавать.

Оказалось, что он, в период первой и страстной любви несколько раз был в казино со своей девушкой. Там они играли вместе в рулетку и пили ром с кока-колой. Потом они расстались, и он в течении длительного времени страдал. В последующие годы они периодически встречались на один вечер ради интимных отношений. Но на все его просьбы жить вместе, она ему отказывала.

И эти «подвешенные» отношения привели к тому, что он (совершенно не осознавая этого!) где-нибудь в компании с друзьями или другими девушками все время пил ТОЛЬКО ром с кока-колой (ничего не могу пить другого, нравится мне этот коктейль!). И у него тут же появлялось компульсивное (непреодолимое на сознательном уровне) влечение – он бросал всех, садился в машину и ехал играть в казино. И приходил в себя уже только тогда, когда проигрывал все деньги.

И когда я узнал все это, то предположил, что та часть Я, которая ответственна за любовь к этой девушке, решила (а «мыслят» эти части Я примитивно – на уровне шестилетнего ребенка!), что если 1 Я напоить ромом с кока-колой и отправить в казино, то там его будет ждать эта девушка. Но, естественно, этого не происходило, и он крутился в этом заколдованном круге несколько лет.

Я провел ему 6-ти шаговый рефрейминг с этой частью Я и договорился с ней о том, что эта любовь должна кончиться. И эта часть Я была переведена в режим ожидания новой любви. Затем я при помощи «Машины времени» и «Кино» стер все эмоции относительно того, что у него было с этой девушкой.

Через полгода он мне позвонил в полном восторге! Он сказал, что уже забыл – когда был в казино, его дела резко пошли в гору и так далее и тому подобное. И обещал, что в ближайшем будущем приедет ко мне и подарит хороший коньяк – в настоящее время его любимый напиток!



### [Не ешь, Иванушка, самого себя!](http://vasutin.ru/ne-esh-ivanushka-samogo-sebya.html" \o "Не ешь, Иванушка, самого себя!)

Василий. Приехал ко мне из одного из областных центров. Основная жалоба: большие проблемы с пищеварением - изжога, тошнота, иной раз рвота. При обследовании у него нашли язву желудка. Постоянно принимает лекарства, соблюдает жесткую диету. Но даже при всем при этом постоянно чувствует диспепсию и боли в эпигастрии.

В МВ видит, что родители ссорятся, а он плачет от безысходности. Затем увидел, что сосед-пьяница крепко его схватил за руки и дует ему в лицо сигаретным дымом. И он чувствует свою беспомощность.

Затем увидел событие, когда они с другом были в спортивной раздевалке. Друг приплясывает и смотрит через окно на девочек. И он понимает, что он так себя вести не сможет.

Следующее событие: он баловался в классе, кинул камушек и попал в одноклассницу. Она пожаловалась учительнице. И хотя он не признался в содеянном, все равно был сильно наказан родителями.

Все эти неудачи привели его к мысли, что раскованное поведение опасно и ощущению, что от него ничего не зависит. Это заставило его повернуть в сторону перфекционизма (если я буду самым лучшим, то мне ничто не грозит). И действительно в течение длительного времени ему удавалось быть самым лучшим. Но диплом, который он написал в институте, с его точки зрения был плохим (в реальности получил 5 за него). Это разрушило его самосознание лидерства и заставило его «есть себя», что привело к язве.

После пяти сеансов в январе 2011 года у него резко улучшилось самочувствие (я чувствую себя здоровым человеком, хотя боли, конечно же, полностью еще не прошли). Но если они появляются, то быстро и без лекарств проходят. У него резко повысилась работоспособность. Ездили с женой в Италию и ел как в студенческие годы – поел хорошо, не поел – ладно. И не было никаких неприятностей с желудком. Сексуальная активность повысилась, рабочая активность повысилась (на работе с друзьями после работы занимаемся коммерческим проектом). Настроение боевое – надо заработать как можно больше денег – пока ребенок не мешает.

После этого я еще несколько раз встречался с ним (лечил в его городе мать от рака матки). Оказалось, что он «ел» себя из-за того, что как бы бросил мать из-за девушки (на которой после лечения мамы мной, женился).

После того, как он осознал, что имеет право на свою личную жизнь, у него ПОЛНОСТЬЮ исчезли проблемы с желудком. А мать после операции полностью выздоровела!

### Мы все родом из детства?

Татьяна, Москва. Пришла ко мне с жалобами на то, что последние годы она начала терять контроль над употреблением алкоголя. И больше всего ее тревожит то, что в состоянии алкогольного опьянения она едет куда-нибудь в ночной клуб одна и… со всеми вытекающими последствиями! (когда говорила об этом, то заплакала). В МВ увидела три события: 1. Мать разговаривает с подругой в ванной и говорит ей: «Смотри – муж выпил весь одеколон!» 2. В следующем сюжете увидела дом дедушки с бабушкой в Одессе. Там был маленький домик типа летней кухни, в котором жил ее дядя. И она увидела чуть ли не свинарник и пьяного дядю. И сказала: «Дядя алкоголик… алкоголик!... алкоголик!!!» 3. В следующем сюжете увидела мать, которая в то время стала хорошо зарабатывать. И увидела ее веселой и постоянно чуть пьяной.

Анализ показал, что внутри нее в результате образовалась часть Я, которая считала, что чем больше будешь пить, тем успешнее ты будешь. И пить не в притонах и не одеколон. А в ресторанах и виски. Она из богемной среды и эта среда ее тоже определенным образом стимулировала на постоянное употребление алкоголя. И когда она ко мне пришла, то сказала, что не хочет полностью отказываться от алкоголя. Но научиться контролировать… И мы вначале начали работать именно в этом направлении. Но через некоторое время у нее было несколько неприятных моментов, когда она все равно срывалась.

И в конце концов она решила, что в насыщенной и интересной для нее жизни алкоголь в принципе не нужен. И сказала, что по молодости она употребляла некоторое время героин. Но потом поняла, что это ее может разрушить. И САМА отказалась от любых наркотиков! Я понял, что у нее есть внутренняя сила и мотивация (не стать такой как родственники!) для того, чтобы жить без алкоголя. И мы сделали блокировку этой части Я, которая требовала от нее алкоголь. Она обратилась к этой части и сказала, что она может и хочет получать удовольствие от жизни от своих дел. И та согласилась!

Через месяц она ко мне пришла на поддерживающий сеанс и сказала, что алкоголя в ее жизни нет! И что при этом жизнь ее стала не тусклой и депрессивной, а ярче и насыщеннее. Она, наконец-то, в своей сфере наладила контакты, начала зарабатывать, к ней поступили очень перспективные предложения в плане раскрутки ее бизнеса. Я почти уверен, что она полностью и навсегда справится и с алкоголем. Если она смогла справиться с героином…

### Паркинсонизм – это законсервированный страх?

Александр, Москва. Пришел ко мне лечить паркинсонизм. Он много лет принимал лекарства, но состояние только ухудшалось – его очень часто сковывает так, что он еле двигается. И в случае его лечения я еще раз убедился: нет ничего лучше хорошей теории! По моей теории паркинсонизм – законсервированный страх. И если его найти и снять, то можно избавить человека от паркинсонической дрожи.

И я предложил ему найти этот страх с помощью МВ. И буквально на первом сеансе он увидел себя в возрасте где-то 12 – 13 лет, забившимся в угол дивана. Родители в это время ссорились на кухне. Он увидел, что этот мальчик очень сильно испугался и у него сильно трясутся руки. И глядя на эту картину, он вспомнил, что в этот момент думал, что нельзя так бояться, иначе он заболеет! Родители помирились… Но страх у Александра остался, был вытеснен внутрь. И после ряда неприятностей в личной жизни вырвался из плена в виде дрожи в руках – паркинсонизма. Потом я провел ему парочку рефреймингов, сеансы психоанимации. И ему стало настолько легче, что он практически отказался от антипаркинсонических препаратов и антидепрессантов – «ваши сеансы помогают в 10 раз лучше!»

И очень показательной была его работа с символом болезни. На Поляне увидел полу-засохшее деревце. Он сломал его и сжег. Когда я попросил его полить корни мертвой водой, он отказался – сами засохнут! Я думаю (пока у меня нет обратной связи), что это вполне может быть. И в самом худшем случае симптомы болезни резко ослабнут!

### Как обезопасить свое здоровья от психо-травмы, произошедшей в прошлом.

Татьяна, Москва. Пришла ко мне с какими-то невротическими проблемами. И она считала, что это связано с изнасилованием, которое она пережила, когда отдыхала в Сочи в возрасте 18 лет. Она на пляже познакомилась с парнем, они прекрасно проводили время. Затем он ее пригласил к себе в номер – послушать музыку. Там они выпили вина, потом долго целовались… А затем он ее «изнасиловал»! Тебе, мой дорогой читатель, конечно же понятно, что с ЕГО точки зрения это не было изнасилованием. И, скорее всего, мысль, что ее проблемы связаны с этим «изнасилованием», ей внушили психологи, у которых она пыталась лечиться раньше.

Я отправил эту пациентку на Машине времени в это событие. Она поговорила с самой собой ПЕРЕД этим событием. И сказала, что если уж ты идешь на это, то расслабься и получи удовольствие! Та так и сделала. У моей пациентки ТУТ ЖЕ, буквально сразу после сеанса изменилось ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ отношение к тому событию. Она смогла говорить о том, что тогда произошло, чуть ли не с улыбкой! Изменение ее отношения к этому убрало у воспоминания чувство того, что тогда произошла трагедия. И превратило его хоть и не в рядовое, но эмоционально нейтральное событие.

### Эпилепсия как защитный предохранитель.

Василиса, 28 лет. Пришла ко мне на прием с жалобами на приступы судорог, которые происходили 2 раза в неделю с полной потерей сознания и прикусыванием языка. И никакое лечение, никакие лекарства не могли ей помочь хотя бы ослабить и сделать приступы более редкими.

А история ее заболевания была такова. В 18 лет она забеременела при случайном половом контакте. Естественно, она ни в коем случае не хотела рожать. А городок, в котором она жила, был настолько мал, что в нем каждый знал о каждом почти все. И она не могла пойти на официальный аборт.

Она долго искала возможность сделать подпольный аборт так, чтобы никто не узнал об этом. И пока нашла эту возможность - напереживалась вволю! У нее был очень строгий отец, который, по ее словам, запросто мог прибить ее за этот позор семье.

Но первый урок ей в прок не пошел. И через несколько месяцев она опять «залетела». И опять была масса отрицательных эмоций и мокрых подушек. После второго аборта у нее появилась эпилепсия!

Анализ и тестирование показали, что эпилептические приступы у нее появились в качестве защиты психики от непосильных эмоций, связанных с воспоминанием об этих беременностях. В глубинах ее психики образовалась часть Я, которая, как только появлялись воспоминания об этих эпизодах ее жизни, выключала сознание при помощи приступов!

Дело в том, что при эпилепсии все мысли и все переживания, что непосредственно предшествует приступу (от нескольких секунд до нескольких минут), полностью забываются. И она ничего не помнила о своих былых переживаниях по поводу беременностей, только приступы становились все чаще и чаще. Как только какие-то ассоциации вытаскивали эти переживания на поверхность, бессознательное было вынуждено использовать эти приступы для предотвращения их прорыва в сознание.

То есть эти воспоминания были настолько невыносимы, они несли такую серьезную опасность для стабильности психики, что бессознательное решило пойти на крайние меры. И таким, пусть грубым, способом, но прерывало поток воспоминаний об абортах.

С помощью нейролингвистического программирования и техники «Кино» мне удалось «стереть» из ее бессознательного эти запредельные эмоции, которые она когда-то пережила.

### Лучше убью себя, чем прощу мужа?

Валентина, 50 лет. Пришла на прием с жалобами на рак матки. Проблемы появились через полгода после того, как выяснилась измена мужа. Она с ним прожила лет двадцать в мире и согласии, родила и вырастила двух детей. И вот однажды муж уехал в командировку, сказав, что приедет такого-то числа. Но она заподозрила неладное и решила проверить.

Она пришла в аэропорт за сутки до его приезда. И увидела, что он выходит из самолета, садится в автомобиль и куда-то уезжает. На следующее утро он приехал домой как будто с самолета. Естественно, были серьезные разборки, он признался, что был у любовницы. И хотя он повинился, просил у нее прощения на коленях, она долгое время ходила с чувством глубокой обиды на него. Потом, вроде бы все наладилось. Но через некоторое время у нее обнаружили опухоль матки!

***Приравняй свои притязания к нулю и целый мир будет у твоих ног.***

***Т. Карлейль.***

После тестирования я понял, что часть ее Я, которая ответственна за обиду на мужа, так его и не простила. И решила, что смысла жить больше нет! И что надо покончить с этой нерешенной проблемой единственно возможным способом – убить себя. После того, что случилось, они с мужем ударились в религию и даже повенчались. И я решил это использовать.

Во время 6-ти шагового рефрейминга я довел до сведения части Я, ответственной за обиду на мужа, что это самоубийство. А самоубийство – страшный грех. Затем я сделал ей технику «Кино», с помощью которой стер из ее эмоциональной памяти картину, которую она видела в аэропорту. Они не закончили лечение из-за того, что решили вместе отдохнуть и поездить по белому свету. Я думаю, что это как раз является признаком того, что она его действительно простила – до лечения она отказывалась вместе с ним куда-либо выходить –даже погулять.

### Как загнать саму себя в угол? И не давать себе выйти из него?

Ирина, 38 лет. Жалобы на страх открытых пространств, невозможность из-за этого ходить на работу, ездить на транспорте. 5 лет назад изменила мужу - азербайджанцу с его другом. Это произошло на квартире этого друга, и было достаточно случайным и импульсивным поступком, о котором она потом сильно жалела.

Очень сильно боялась, что этот факт откроется и муж узнает об измене. Также фактором серьезного напряжения для нее было то, что муж иногда приводил этого своего друга домой в гости. Усугубляло ситуацию то, что этот человек постоянно предлагал ей жить вместе, предварительно рассказав ее мужу об их взаимоотношениях. Но она панически боялась этого и всегда категорически отказывалась от его предложений.

Механизм ее болезни, видимо, поддерживался такими бессознательными установками: «Нельзя выходить на улицу – вдруг опять захочется пойти к любовнику на его квартиру? Да к тому же я настолько больная, что даже думать о таком изменении жизни нельзя!»

Мне в ее лечении помогло то, что ее любовник за три месяца до этого женился. И я обратился к части Я, которая ответственна за самосохранение (она играла главную роль в механизме поддержания болезни) со словами: «Этот парень женился и теперь ему самому не выгодно, чтобы кто-то узнал о бывшей связи. Опасность миновала, можно жить как раньше!»

Через некоторое время она стала выходить на улицу, устроилась на работу в ближайшую школу. Но, правда, далеко от дома не уходила и на транспорте не ездила. Но все равно это было для нее огромным облегчением!

### Как остановить слона?

Ольга, 28 лет. Пришла на прием с жалобами на то, что даже после незначительных волнений у нее появлялись приступы головокружения, тошнота, рвота и через некоторое время – потеря сознания. После этого она неделю – другую не могла вставать, ходить на работу и страдала от сильного головокружения. Был поставлен диагноз - динамическое нарушение мозгового кровообращения, связанное со спазмами.

Когда ей было 6 лет, ее тетю нашли убитой в котловане стройки. Тогда это ее сильно потрясло, так как она присутствовала на похоронах и видела лицо умершей тети. Механизм ее страдания, видимо, был таков: как только она начинала волноваться, психологическая защита ослабевала и комплекс переживаний, который был спрятан в глубоких слоях ее психики, выскакивал наружу и, как слон в посудной лавке, крушил все вокруг себя. Это приводило к дезорганизации регулировки вегетативной нервной системы и смертельно-опасным спазмам.

***Нет меча более опасного для человека, как его собственная жадность;***

***нет щита более надежного, чем бескорыстие.***

***Восточная мудрость.***

Мною с помощью нейро-лингвистического программирования была создана новая часть Я, которая блокировала проникновение этих воспоминаний в сознание, как бы стена, которая поднималась перед потоком эмоций и останавливала их в безопасном месте, до их проникновения к центрам регулировки функций организма. Также с помощью «Кино» я стер ее воспоминания о смерти тети. В течение года после лечения у нее не было ни одного приступа, хотя неприятности на работе и в личной жизни были!

### Можно ли верить мужчинам?

Тамара, 35 лет. Жалобы на упадок сил, невозможность работать, страх упасть, головокружения, головные боли, исчезновение месячного цикла. В течении двух лет она практически не выходила из дома. Все проблемы у нее начались от того, что она поверила всему тому, что ее мужчина шептал на ушко в постели. И поверив, что он действительно хочет от нее ребенка, забеременела. Наверное, она подумала, что если будет ребенок, то он точно женится на ней.

Но когда он узнал о ее беременности, то сказал, что еще не готов расстаться со своей женой, не может ее оставить по какой-то причине. После этого разговора у нее «замерла» беременность.

Она две недели ходила с мертвым плодом в матке и в результате чуть не умерла. Понятно, что были две операции, реанимация и так далее. К моменту, когда она обратилась ко мне, она два года практически вычеркнула из своей жизни.

Я лечил ее достаточно долго всеми доступными мне способами. Но перелом в лечении произошел в тот момент, когда она внезапно поняла, что все ее последние проблемы связаны с ее слишком большой зависимостью от мужчин. Она поняла, что ВСЕГДА и ВЕЗДЕ надо принимать решения (особенно судьбоносные!) только на основе своих собственных интересов, как разумной эгоистке. После лечения она не только полностью освободилась от этих страданий, смогла восстановиться на работе. Самое главное, она полностью разобралась со всеми своими мужчинами. И теперь она ими управляет, а не они ею!

### Как начинаются гражданские войны в бессознательном?

Вячеслав, 19 лет. На прием ко мне его привела мать, которая очень боялась за его жизнь. За последнее время он резко похудел, почти перестал что-либо есть. Он был достаточно упитанным ребенком до 8 класса. И совершенно из-за этого не комплексовал. Он был веселым, жизнерадостным, играл в хоккей, был популярен в классе.

Но однажды в хоккейной раздевалке одноклассник обозвал его «шкафом». И это так потрясло его, что он практически перестал есть. В результате его вес начал падать по 1 килограмму в день и за месяц он сбросил 30 килограмм! Естественно, родители запаниковали и начали его лечить. Но он теми или иными способами отказывался от их забот.

Всю пищу, которую родители с великим трудом и уговорами ему заталкивали в рот, он тут же вырывал. Он похудел настолько, что стал очень щуплым мальчиком, от «шкафа» ничего не осталось. Такое быстрое похудение представляет реальную опасность для жизни.

***Чистая совесть - превосходное снотворное.***

***Конан-Дойль.***

На этом этапе в дело вмешалось бессознательное. И стало вызывать у него приступы обжорства для того, чтобы преодолеть эту «шизофрению», которая могла довести организм до гробовой доски. У него ни с того, ни с сего прорывался аппетит, он съедал очень много. Но как только он набивал желудок «под завязку», «противо-шкафная» программа на похудение заставляла его выкинуть все съеденное в унитаз.

В этом случае можно говорить о том, что программы на выживание в определенные моменты берут верх и заставляют сожрать огромное количество еды. Но созданные сознанием и ставшие полубессознательными программы аннулируют все усилия бессознательного при помощи рвоты.

Мне удалось остановить эту «гражданскую» войну тем, что я привел этого парня к инсайту: пониманию того, что из-за разных дураков вовсе не стоит гробить свою жизнь! Конечно, я проводил ему весь комплекс техник. Но основную роль, с моей точки зрения, сыграл этот инсайт. И сейчас это нормальный парень – не худой и не толстый, который успешно закончил институт и работает по профессии.

### Труд – всему голова?

Петя, 13 лет. У него был энурез (расстройство, которое характеризуется тем, что ребенок ночью, во время сна, «прудит» в постель). Он до меня прошел все мыслимые и немыслимые методы избавления от этой напасти. Но ничего не помогало – он, бывало, мочил постель даже три раза за ночь.

Я знаю, что энурез – это не болезнь, что ребенок ночью очень глубоко расслабляется и его мочевой пузырь раскрывается. В норме это происходит с детьми до трех лет. А потом это постепенно нормализуется – ребенок учится управлять мочевым пузырем сначала днем, а потом и ночью. Но некоторые дети как бы застревают в этом плане в младенческом возрасте. Это связано со многими причинами. Но ВСЕ они психологические!

Ребенок может бояться темноты и, чтобы не встречаться с нею, «прудит» в постель. Он может лениться вставать ночью, он может протестовать таким образом против половой жизни родителей, если она происходит в одной комнате с ним, он может привлекать дополнительное внимание родителей к себе, если считает, что его мало. И так далее и тому подобное.

В случае с Петей оказалось, что он не хотел взрослеть и брать на себя ответственность за последствия своих действий. И я применил поведенческую (бихевиоральную) терапию. Я создал систему стимулов и анти-стимулов: если утром проснулся в сухой постели – получи пять рублей, если в мокрой – лишишься сладостей на весь день, компьютера, телевизора, возможности погулять с друзьями и так далее.



Но самое главное: вечером этого дня он сам, без помощи стиральной машины, руками стирал постельное белье и трусики. Во время второго сеанса я сделал ему «Машину времени», которую он направил в будущее. И увидел там, что его друзья УЗНАЛИ, что он все еще писается в постель! Через три дня энурез прекратился и больше ни разу не было ни одной мокрой постели!

### Невротик – это неудачливый экстрасенс?

Иван, 40 лет. Пришел ко мне с жалобами на страх перед открытым пространством. Он боялся, что если выйдет туда, то тут же умрет.

Однажды, когда мама этого моего пациента долго отсутствовала дома, ему стало очень страшно. И он всеми фибрами души захотел, чтобы мама пришла. И вот тогда-то и пришла к нему та мысль, которая, в конце концов, сделала его больным. Он решил, что если сделает определенное движение, то мама придет домой. И она действительно пришла сразу же после этого действия! Это его так поразило, что он запомнил эту связь между жестом и приходом матери.

В следующий раз, когда мама опять куда-то ушла, он повторил этот жест уже сознательно. И так получилось, что мать опять пришла почти сразу после этих действий. Ему это очень понравилось. И потом он «экспериментировал» с этими действиями. И у него то получалось, то не получалось, то есть бывало так, что мама приходила домой после его движений, а бывало, что и не приходила. Но эта патологическая связь уже образовалась, и он «попался»! В конце концов, у него на этой основе образовались навязчивости.

Я решил в его случае применить парадоксальную интенцию по В. Франклю. Я посоветовал ему смириться с этим страхом смерти и все-таки сделать этот шаг – пусть будет, что будет. Он должен был себя настроить на то, что лучше умереть, чем так страдать. Потом он сделал шаг, вышел на открытое пространство и … не умер! И механизм страха сломался. Страх открытого пространства прошел! Правда, навязчивое мышление у него было настолько сильным, что появились другие страхи. Невроз навязчивых состояний – самый сложный и трудный в лечении невроз. Но, все-таки, он избавился от того, что мешало больше всего.

### Заговор против родителей как метод лечения шизофрении.

Лена, 21 год. Как-то ко мне на прием привели девушку, которой диагноз шизофрении поставил сам академик Снежневский, главный психиатр СССР. Но после разговора с нею я сразу заподозрил, что никакой шизофренией здесь и не пахнет. Хотя внешне все было так, как и должно быть при такой болезни.

У нее было круглое, амимичное лицо, тело бесформенное и ожиревшее, эмоции «плоские». После длительного опроса и тестирования оказалось, что мать неосознаваемо для себя не давала девочке стать самостоятельной и взрослой. Если бы это произошло, то она лишалась смысла своей жизни, у нее кончился бы сценарий жизни. Если же дочь больна, то можно заботиться о ней сколько угодно долго.

И как только у девочки появились небольшие отклонения в психике, которые достаточно характерны для подростков в переходном возрасте, она начала таскать ее по больницам с жалобами на отклонения в ее психике. Заработала бюрократическая машина здравоохранения, ей был поставлен сначала один диагноз, потом второй и… она «докатилась» до Снежневского. Естественно, ей назначили психиатрические лекарства, от которых она пухла, как на дрожжах, и становилась апатичной.

***Становиться с годами моложе - вот истинное искусство жизни.***

***Э. Тельман.***

И я все свои усилия направил на то, чтобы оторвать девочку от матери. Я сплел самый натуральный заговор с ней против действий матери. И научил ее приемам - как делать вид, что она выпила лекарство, а на самом деле спрятать его под язык, а потом выплюнуть в унитаз.

Через месяц она стала худеть, ее поведение освободилось от подавляющего влияния лекарств. А потом уже она сама стала сопротивляться материнской опеке. Через год она вышла замуж, родила ребенка, потом развелась, опять вышла замуж... В общем, стала нормальным человеком! Я ее наблюдал в течении длительного времени и могу утверждать, что никаких шизофренических расстройств у нее больше не появлялось!

### Шила в мешке не утаишь?

Венедикт, 46 лет. Он жаловался на то, что как только подумает о своей горячо любимой матери, то в голове у него тут же всплывают хульные слова. Он был чуть ли не в ужасе: «Как это я могу о своей матери такое думать!» Он пытался бороться с этими мыслями, но они носили характер навязчивостей: что бы он ни делал - ничего не помогало. Внутри него образовалась часть, которая была ответственна за отрицательное отношение к матери. Естественно, не всегда мама бывает права. И ее поступки, вероятнее всего, вызывали у него обиду, которую он не осознавал. Но которая привела к появлению этой части Я.

Я достаточно долго делал ему разные техники, но практически без результата - навязчивые мысли через некоторое время появлялись опять. Но потом мне удалось нащупать верный путь. Я его спросил: «А вы ДЕЙСТВИТЕЛЬНО так думаете о матери? Это ВАШИ мысли?» Он, конечно же, с жаром ответил, что ни в коем случае нет! Тогда я посоветовал ему стать равнодушным к этим мыслям. Относиться к ним, как к передаче по радио, которую никак нельзя выключить. И вот только тогда нам с ним удалось переломить ситуацию.

Чем больше мой пациент боролся с теми мыслями, которые неизбежно посещают нас относительно своих родителей, тем эта часть все больше и больше сопротивлялась. И когда он на сознательном уровне пытался ее подавить, она возмущалась: «Делать вид, что так не думаешь? Меня игнорировать? Не выйдет!» Как только он стал относиться к этим словам как не к своим мыслям, а чему-то чуждому, то эти мысли перестали его мучить. И через некоторое время исчезли!

### Алкоголь – универсальный адаптоген?

Виктор, 59 лет. Обратился ко мне с жалобами на боли в области сердца, которые отдавались в левую руку. Пережил один мелкоочаговый инфаркт миокарда. Он руководил небольшим, но очень важным подразделением в государственных структурах. Стрессовая нагрузка на работе у него сама по себе была очень большой, да к тому же, как раз тогда грянули Гайдаровские реформы. Если же учесть, что у него был очень высокий уровень ответственности к порученному делу, воспитанный еще в коммунистические времена, то понятно, что ему приходилось очень туго.

И все было бы не так плохо, если бы он мог прийти домой и расслабиться. Но дома его ждала сварливая жена, которая только и искала - к чему бы прицепиться и начать ругать. На ее придирки он реагировал очень бурно, пытаясь доказать, что он не «слон». Но все было бесполезно. И его сердце не выдержало такой комбинированной нагрузки. В результате у него развились стенокардия и, в конце концов, инфаркт миокарда.

И, когда он пришел ко мне на лечение, то был в недоумении: «**Я веду здоровый образ жизни, не пью алкоголь, не курю, пью все таблетки, что назначили врачи. А болезнь прогрессирует! А врачи ничего хорошего мне сказать не могут».** Когда же я сказал, что ему надо навести порядок в своей жизни, то он сильно удивился: «При чем здесь это?» Но потом подумал и принял мои слова к сведению.

***Жизнь - прекраснейшая из выдумок природы.***

***И. Гете.***

Я помог ему изменить отношение к неприятностям на работе и научиться не принимать их близко к сердцу. А к придиркам жены, раз их невозможно избежать, вообще относиться как к телевизионным передачам: хочу слушаю, хочу выключу!

Но самое главное было в том, что я ему дал адекватную информацию об алкоголе. А смысл ее: отказ от алкоголя для него не только бесполезен, но и ВРЕДЕН(!). Что, если он хочет стать здоровым, пить ему даже нужно, но в небольших дозах.

Сначала он мне не поверил, так как это противоречило всему, что он знал до этого. Но потом он стал ежедневно применять самый лучший «антистрессин», который придумали люди. Вечером, после работы, он принимал 50-100 граммов водки, плотно ужинал и ложился спать. И через некоторое время приступы стенокардии у него стали ЗНАЧИТЕЛЬНО реже.

При наших встречах он всегда утверждает, что самое главное, что я для него сделал – «разрешил» прием алкоголя. Он говорит, что небольшая доза алкоголя после работы позволяет ему сбросить с души все, что накопилось за день. И таким образом он освободил свою психику от запредельных нагрузок. И это привело не только к снятию опасности для жизни, но и к значительному улучшению ее качества.

Самое интересное в этой истории то, что через несколько лет, при плановом электрокардиологическом исследовании выяснилось, что рубец от инфаркта на сердце полностью рассосался! С точки зрения ортодоксальной медицины этого не может быть! Врачи прекрасно знают, что он сохраняется у людей, перенесших инфаркт, на всю жизнь.

Оказывается, нет! Если человек достигает состояния психологического комфорта, то он не только избавляется от угрозы повторения приступов болезни, но и освобождается от всех ее последствий. Он лечился у меня в 1989 году. До времени написания 1 варианта этой книги (2009 год) он был здоров, хотя периодически пролечивает сердце. Инфарктов миокарда больше не было!

### Красота требует жертв?

Лена, 19 лет. Жаловалась на то, что ее преследуют неизвестные люди в метро – куда бы она ни пошла, они следуют за ней, постоянно меняются, чтобы она ничего не заподозрила. Также ей казалось, что в квартире на пять этажей выше той квартиры, в которой она живет, есть несколько человек, которые разговаривают о ней, осуждают ее.

Эта квартира тоже принадлежала умершей бабушке и стояла пустой. Она неоднократно поднималась вверх, чтобы поговорить с этими людьми. Но, естественно, никого там не обнаруживала. Когда я ей указывал на это, она объясняла, что они как-то узнавали, что она поднимается на лифте и успевали убежать. Она считала, что после конкурса красоты, в котором она участвовала и где устроила скандал, кто-то из богатых людей, которые организовывали этот конкурс, обиделся на нее и решил отомстить.

Когда я пытался объяснить, что если она не слышит, как разговаривают люди в квартире на этаж выше, то она никак не может слышать разговаривающих людей на пять этажей выше, она замолкала, долго думала, а потом говорила: «Но я же слышала эти голоса!» Тогда я сказал ей, что это ей только кажется, что это на самом деле галлюцинация! И что если она будет упорствовать в этом своем мнении, то это будет говорить, что она психически больна. И только после этого она согласилась, что это МОЖЕТ ей казаться.

Бред преследования в таких случаях основывается на ошибочном предположении, которое психиатры называют паранойяльной идеей. Например, человеку кажется, что он изобрел вечный двигатель. Он строит модель, приносит ее в патентное бюро и показывает ее специалистам. Естественно, через некоторое время машина останавливается.

Если у человека нормально работающая психика, то он вынужден согласиться, что ошибался. И «вечный» двигатель отправляется пылиться на чердак. Если же у человека изобретение вечного двигателя является паранойяльной идеей, то он скажет, что не так рассчитал параметры, не те поставил шестеренки и что когда он машину переделает, то она заработает. И хоть кол ему на голове теши – он от своего не отойдет!

Когда эта моя пациентка согласилась, что это ей может казаться, то считай она уже вылечилась потому, что она ОТКАЗАЛАСЬ от паранойяльной идеи. Я провел ей несколько сеансов лечения нейролингвистическим программированием и все ее страхи прошли!

### Счетоводы по-прежнему нужны?

Татьяна, 32 года. Обратилась ко мне с жалобами на панический страх перед иголками. Она боялась, что может не увидеть иголку, она вопьется в ее тело, уйдет внутрь и начнет «гулять» по телу, из-за чего она может умереть. Все мои техники не давали никакого результата до тех пор, пока я не дал ей инструкцию – подсчитать количество иголок в доме и запретить всем домочадцам приносить иголки без ее разрешения.

А так как ее страхи домашних «достали», то они с удовольствием согласились это выполнять. И когда она приходила с работы, она открывала ключом шкатулку, в которой лежали иголки, пересчитывала их и тут же успокаивалась. В результате она перестала бояться иголок в доме. А через полгода страхи настолько уменьшились, что она перестала проводить ежедневную «инвентаризацию»!

### Может быть не надо ломать любовные треугольники?

Алексей, 40 лет. Обратился ко мне с просьбой помочь в решении проблемы любовного треугольника. Сразу после армии он женился по любви, но отношения с женой через некоторое время резко ухудшились. Она стала холодна к нему, не разрешала к себе прикасаться, отказывалась иметь с ним интимные отношения.

Понятно, что это через некоторое время привело к тому, что он нашел женщину, с которой ему было хорошо. Но Алексей был очень религиозным человеком и не мог ради любимой женщины бросить своих детей. Но любовница через некоторое время забеременела и родила ребенка, что резко усугубило ситуацию.

И в течении длительного времени он разрывался между долгом и любовью. Он обращался к священнику за советом, но тот не нашел ничего лучшего, как посоветовать ему чем-нибудь обидеть любовницу, мол она сама уйдет от него! Естественно, его такой выход не устраивал.

И мне удалось для него найти приемлемое решение проблемы! Я ему сказал: «Если Бог дал тебе эту женщину, то, наверное не для того, чтобы ты страдал и разорвался пополам. Наверное, с его точки зрения это имеет большой смысл. Волос человеческий не упадет с головы без ведома Божьего!

Естественно, его пути неисповедимы, но я уверен, что Бог добр к нам! И надо постараться понять этот урок. И найти такие варианты решения проблемы, чтобы минимизировать вред. И сделать так, чтобы это принесло тебе, твоим женщинам и твоим детям максимум пользы и минимум вреда!»

Он достаточно обеспеченный человек, занимается бизнесом, и поэтому финансовые вопросы перед ним не стояли. Он купил любовнице квартиру, поселил ее с ребенком там, и стал жить на две семьи. Жена об этом не знает, но, видимо, интуитивно поняла, что может потерять его. И стала к нему намного более внимательной и заботливой. Все его метания и колебания исчезли, он живет и радуется жизни!

### «Шок и трепет» как лекарство от зависимостей.

Татьяна, 30 лет. Она проходила обучение разумному эгоизму в группе. И во время занятия рассказала, что у нее очень напряженные отношения с матерью. Она живет одна в своей квартире, но мать постоянно звонит к ней домой или же приходит и вмешивается в ее дела. А она не может ей ничего сказать! Это очень серьезно мешает ей устроить личную жизнь, так как каждую пятницу вечером она вынуждена ехать к маме на два дня.

Я ей посоветовал быть разумной эгоисткой и исходить в этом деле из своих интересов. И сказал, что ребенок ничем не обязан родителям. Решение родить ее мать приняла сама. И она ОТВЕЧАЕТ за это решение. Она ДОЛЖНА была свою дочь воспитывать, дать образование, кормить и одевать! И ребенок может быть за это благодарен своему родителю. А может жить своей жизнью и даже не вспоминать о своих родителях (конечно, если они дееспособны и могут себя обслуживать).

Как помню наш разговор, она достаточно скептично отнеслась к сказанному мной, так как в российском обществе циркулируют совершенно другие представления о долге перед родителями. Но потом, по мере прохождения курса, она, видимо, изменила свое мнение. И когда она через полгода пришла ко мне на другие курсы, то рассказала следующую историю.

Однажды в пятницу вечером она стояла на остановке общественного транспорта и ждала троллейбус. И тут услышала сзади себя радостный визг! Обернувшись, она увидела свою школьную подругу, с которой не встречалась 10 лет. Они обнялись и решили вместе где-нибудь посидеть и вспомнить молодость! И Татьяна решила: «Какого черта я должна из-за матери отказываться от этого! Обойдется!» И они просидели всю ночь за бутылочкой красного вина у подруги.

Утром, когда она пришла домой, ее телефон был «красным» от того, что мать ей всю ночь названивала. И как только она вошла в дом, телефон опять зазвонил. И мать мрачным-мрачным голосом спросила ее: «Ты где была?» Она же спокойно сказала, что была у подруги, решив, что это важнее ее поездки к матери. После этого у нее РЕЗКО улучшились отношения с матерью!

### Отказ от игры одной стороны приводит к потере желания играть другой стороной?

Светлана, 48 лет. Во время прохождения тренинга по разумному эгоизму она пожаловалась на то, что муж уже несколько лет постоянно напивается до «положения риз». И практически каждый день, когда приходила домой, она видела одну и ту же картину: на полу в прихожей в одних трусах лежит в усмерть пьяный муж. Она его начинает толкать, пинать, ругаться, а он только «мычит». Потом она в сердцах идет за одеялом, подушкой, бросает их ему, а сама уходит спать.

Я сказал ей, что они оба играют в игру по Берну: я алкоголик, ты жена алкоголика. И если она будет продолжать эту игру, то погубит не только его, но и себя. И что если она хочет себя погубить вместе с ним, то вперед и с песнями! Если же она хочет изменить ситуацию, то ей надо прервать эту игру.

На следующий день она рассказала следующее. Она пришла домой и видит: лежит, голубчик! Она перешагнула через него, пошла на кухню, поужинала, посмотрела телевизор и пошла спать. А утром проснулась от необычных звуков на кухне: там что-то жарилось. И когда она вышла туда, то чуть не упала от удивления: муж одетый, побритый, жарил котлеты и приготовил все для завтрака на двоих! Я не знаю – смогла ли она довести это дело до конца и отвадить мужа от этого безобразия. Но знаю, что для этого надо кому-нибудь из супругов отказываться от игры.

### Как «выкрутить руки» психосоматозу?

Никита, 5 лет. Его мать, которая лечилась у меня от реактивного стрессового состояния, связанного с разводом, попросила меня проконсультировать и ее сына. У него была бронхиальная астма. Каждую ночь у него начинался спазм, он сильно кашлял, что заставляло ее встать, согреть молока с медом и напоить его этой смесью. А потом положить его спать рядом с собой. И только после этого спазм исчезал. Но это иногда не помогало, и ее ребенок дважды с сильнейшими бронхиальными спазмами попадал в реанимацию

На консультации я спросил Никиту: «Болеть плохо?» Он сказал: «Да!» «Тогда давай – откажись от кашля ночью». И мальчик мне ничего не ответил, а как бы застеснялся, отвернулся от меня и прижался к маме. И я понял, что бронхиальные спазмы ему зачем-то нужны, он не хочет от них отказываться.

У детей первым этапом развития бронхиальной астмы (да и вообще, любого психосоматоза) является полубессознательное желание решить свои проблемы путем ухода в болезнь, которое по своей природе является истерическим. На этом этапе это еще не осознаваемо, но регулируемый процесс.

Тогда я пошел на второй «круг» и опять спросил: «Ты сказал, что болеть плохо. Так?» Он сказал: «Да, плохо!» «А маме от этого плохо?». «Да, плохо!». «Тогда, может быть, ты откажешься от болезни?» И картина повторилась – он опять отвернулся от меня и прижался к маме. И таким образом я прошел 7 (!) кругов.

Моим аргументом, который переломил ситуацию, явился следующий: «Мама тоже устала от твоего кашля, ей тоже хочется ночью спать спокойно. Она хочет, чтобы ты перестал кашлять. Так, мама?» И когда она подтвердила это, мальчик сказал: «Да, откажусь!”. И я выкупил у него бронхиальную астму. Я попросил положить болезнь в нелюбимую игрушку, которую предупрежденная мною мама принесла с собой. Затем я вытащил 5 рублей и попросил мне эту игрушку с болезнью продать. Он согласился. Я его спросил: «А тебе не жалко болезнь?» Он сказал: «Нет!» и отдал мне игрушку в обмен на 5 рублей. С тех пор он перестал кашлять по ночам и больше не попадал в больницу из-за бронхиальных спазмов!

## 



### Бесплодие как способ защиты от отрицательных эмоций.

В моей врачебной практике был ряд случаев, когда мне приходилось лечить женщин от бесплодия. Казалось бы - при чем здесь психотерапевт? Но в каждом случае можно было с достаточно большой долей уверенности говорить, что это бесплодие было «круто» замешано на отрицательных эмоциях. И имело психосоматический характер.

Татьяна, 27 лет. Обратилась ко мне с жалобами на бесплодие. Оно развилось как следствие сделанного аборта. Ей пришлось сделать его во время учебы в консерватории. Парень, с которым она дружила, отказался на ней жениться, сославшись на то, что ребенок не от него.

Она сильно переживала по этому поводу, металась: сохранять ребенка или же нет? И в конце концов все-таки освободилась от плода своей несчастной любви. После этого она много лет не выходила замуж, но половой жизнью жила. И ни разу больше не забеременела, хотя совершенно не предохранялась.

Я провел ей стандартную процедуру лечения НЛП. И посоветовал ей официально выйти замуж. Оказалось, что после аборта в ее бессознательном образовалась часть Я, которая не давала ей забеременеть в «неофициальной обстановке». Она как бы говорила: «От этого опять могут быть крупные неприятности. И я ни в коем случае не позволю этому случиться!» А официальный выход замуж достаточно серьезно гарантирует от «несанкционированной» беременности. И у этой части Я был выбит камень из-под ног: «Теперь уж нас не бросят, можно беременеть!» Она последовала моему совету и вышла замуж.

Но, самое главное не это. Я ей посоветовал понянчить младенца! Дело в том, что мощнейший родительский инстинкт, который дремлет в каждой женщине, тут же просыпается, если она увидит и почувствует младенца. Моя пациентка в течении некоторого времени нянчила ребенка своих дальних родственников. И через некоторое время забеременела и родила ребенка!

### Бесплодие как способ «показать нос» мужу.

Альбина, 25 лет. Пришла на прием с жалобами на то, что не беременеет, хотя никаких абортов никогда не делала и никаких заболеваний репродуктивных органов нет и не было. После тестирования я понял, что бесплодие у нее было способом отомстить мужу. Оказалось, что до того, как пожениться, они в течении длительного времени занимались друг с другом петтингом.

И, как сказала мне эта пациентка, она каждый раз после Этого была очень обижена - почему парень ее так бережет, почему не доводит это дело до конца? Может, не хочет с ней длительных отношений? Может поиграется и бросит? Но хочет, чтобы она анатомически осталась девушкой? И где-то внутри нее эта обида материализовалась в виде части Я, которая как бы говорила: «Ты так со мной поступал? Тогда я ОТ ТЕБЯ не буду беременеть! Вдруг ты все-таки бросишь меня, куда я потом денусь с ребенком?»

Когда она осознала этот механизм и прошла нейролингвистическое программирование, у нее через некоторое время возникла беременность. Правда, я не знаю – чем все закончилось, так как обратной связи я от нее больше не получал. Но я думаю, что она благополучно родила ребенка.

### Всегда думай о будущем?

Оля, 45 лет. Моя старая знакомая, которая до этого недавно второй раз вышла замуж, обратилась ко мне с такой проблемой. Она очень хотела родить ребенка от своего нового мужа. Но после рождения ребенка в первом браке сделала операцию по перевязке маточных труб. Это абсолютная половая стерильность на всю жизнь, так как механическим путем прерывается путь яйцеклетке в матку.

Но она знала о тех чудесах, которые иногда происходят под воздействием современных психотехник, так как сама является психологом. Во время сеанса гипноза, когда я только попытался найти контакт с бессознательным, на «поверхность» выскочила какая-то часть Я, которая была отщеплена от основного массива психики.

И она стала говорить со мной таким тембром голоса и с такими интонациями, которые я никогда от Оли не слышал. Эта часть Я «задирала» меня, говорила со мной вызывающе и во всю демонстрировала свою строптивость. Я заподозрил, что перевязка труб и отделение этой части Я как-то связаны друг с другом.

И я «заякорил» эту часть, то есть во время разговора с ней я прикоснулся к левому плечу Оли. Затем я договорился с ней о том, что соединю ее, эту часть, с остальной психикой. Был поставлен якорь на правое плечо, привязывающий к нему остальную психику. А затем я совместил якоря, то есть нажал на оба плеча одновременно. В этом случае на некоторое время деятельность психики дезорганизуется, что может ощущаться в виде головокружения, чувства жара во всем теле, покалываний и так далее.

Через месяц Оля забеременела. И сейчас моей крестной дочери 22 года! Этот пример позволяет нам предполагать, что если организму это нужно, то он может чуть ли не буквально просверлить спайки и освободить дорогу яйцеклетке! А если нет…

### Ты действительно хочешь замуж?

Ангелина, 30 лет. Пришла на прием с жалобами на пятна на коже. У нее появлялось пятно, внешне похожее на псориазное. Затем оно начинало расти и превращалось в кольцо. Ей был поставлен диагноз – кольцевая эритема. И через некоторое время это кольцо, продолжая расти, разрывалось на фрагменты и исчезало. И так происходило постоянно, то есть на ее теле была масса красных пятен в разной степени развития.

Она живет одна, но имеет ребенка от очень богатого человека. Он ей построил квартиру, в которую она очень не хотела переезжать. Но, в конце концов, она все-таки переехала туда, надеясь, что в новой квартире места хватит на всех и это приведет любовника к ней. Но ее надеждам не суждено было сбыться – ей пришлось там жить только с ребенком.

Ей было сделано несколько сеансов нейролингвистического программирования. Но самое главное, что резко переломило ситуацию – «Машина времени» в будущее. И там она увидела, что живет с этим человеком. Но ее свобода РЕЗКО уменьшилась, что распоряжаться своими деньгами, временем, общением ей больше не удается в той мере, к которой привыкла, что свекровь вмешивается в ее жизнь, что чувства из-за ежедневного употребления поблекли и выцвели и так далее и тому подобное.

После сеанса она долго молчала. А на следующем сеансе она попросила сжечь виденную линию жизни и построить другую. Через два дня кожа стала очищаться, через неделю старые пятна исчезли, а новые больше не появлялись. С тех пор уже несколько лет ее кожа чистая – как бархат!

### Как убрать палки из колес жизни?

Павел, 25 лет. На прием его привела мама, которая была недовольна тем, что он очень мало-инициативен, малообщителен, малоразговорчив, что у него есть только один человек, с которым он общается. И единственным его увлечением являлась подводная охота.

На приеме он действительно производил впечатление очень аутичного человека. Был немногословен и сам на контакт не шел. Но иногда сквозь эти «тучи» проглядывало «солнце», то есть он на мои шутки реагировал, на доли мгновения как бы выглядывая из-под маски.

Я провел ему совсем небольшой курс нейролингвистического программирования – 5 или 6 сеансов. Сделана была «Машина времени» в прошлое к тому событию, которое запрограммировало его «смурность». Он пережил это событие по-новому, а старое событие сжег. Затем тоже при помощи «Машины времени» была сделана протяжка в будущее, то есть он увидел свою жизнь в будущем такой, какой он хотел ее видеть. И после этого они прекратили занятия.

Но где-то через полгода ко мне пришла мама с претензиями – «разгипнотизируйте его обратно, он стал совсем невыносим!» А смысл в том, что лечение сняло лишние блоки на его поведении, и он стал вести себя так, как все парни в его возрасте: стал ездить на мотоцикле, встречаться с девушками, иногда выпивать. И даже стал ссориться с матерью, которая пыталась его загнать обратно – «в стойло».

Естественно, я напомнил матери, что она именно этого у меня просила. И что если ей это не нравится, то пусть сама попытается его опять сделать маменькиным сынком.

### Будьте людьми – пользуйтесь речью как можно чаще!

Алексей, 42 года. На прием его привел отец с жалобами, что он стал от них отчуждаться. Однажды на какие-то цели родители ему дали деньги. А он их растратил на ерундовые цели. Но им об этом не сказал. Чувствуя свою вину, стал меньше с ними общаться, стал угрюмым, начались скандалы в семье, неполадки на работе…

Была сделана техника «Машина времени» в прошлое, где он уговорил самого себя направить эти деньги на те цели, на которые они и были предназначены. Его двойник из прошлого так и сделал. Была построена новая линия жизни, а старая сожжена. Затем я посадил отца и сына друг перед другом. И сын сказал: «Папа, прости! Я растратил эти деньги». А отец сказал: «Я тебя прощаю!» После этого отношения у них стали прежними.

### Как два страха могут прийти к консенсусу.

Сергей, 18 лет. Жаловался на нарушения походки по типу «утиной», слабость в мышцах ног, нарушение чувствительности и ощущение холода в ногах. Ему был выставлен диагноз миастения. Его мать, врач-педиатр, обратилась ко мне по поводу лечения собственной депрессии, которая развилась у нее на основе понимания – что происходит с ее сыном и чем это может кончиться.

С точки зрения ортодоксальной медицины это неизлечимое заболевание, которое неизбежно кончается в лучшем случае глубокой инвалидностью, а в худшем – смертью из-за неспособности мышц к сокращению. Но я знаю, что это совершенно не так! Я знаю несколько примеров, которые убедили меня в том, что болезнь круто замешана на отрицательных эмоциях.

Однажды я смотрел документальный фильм о греческом мульти-миллиардере Онассисе. Этот человек в свое время был на вершине славы и могущества, ему было подвластно большее количество людей, чем иным королям. Но он очень быстро, в течение нескольких месяцев, умер от прогрессирующей миастении.

Ничто, никакие самые лучшие препараты, самые лучшие врачи не смогли ему помочь. И я обратил внимание на чрезвычайно важный с моей точки зрения факт: он умер через несколько месяцев после гибели в авиакатастрофе его самого любимого сына, наиболее вероятного продолжателя его дела.

***Давайте жить так, чтобы даже гробовщик оплакивал нашу кончину.***

***М. Твен.***

С точки зрения психосоматической медицины он произвел неосознаваемое самоубийство. На психосоматическом языке его позицию можно озвучить примерно так: «Зачем теперь к чему-то стремиться? Зачем напрягаться, если плоды этих усилий некому передать?» Миастения – болезнь, когда мышцы теряют способность напрягаться. И психологическое желание Онассиса больше не делать никаких усилий в своей жизни материализовалось именно в такой болезни.

И я предложил этой женщине привести своего сына ко мне на консультацию. После тестирования и сбора анамнеза я понял, что произошло. В 15 лет они вместе с другом целыми ночами играли в компьютерные игры по Интернету. Тогда это было внове и стоило дорого. И им удавалось это делать изредка и то только с субботы на воскресенье. И они мечтали: «Вот бы освободиться от всех обязанностей, от уроков и тому подобной ерунды! И играть на компьютере НЕ ВСТАВАЯ столько, сколько хочется!»



А через некоторое время этого мальчика чуть не сбила машина. Они с другом переходили улицу. И у него подвернулась нога практически на ровном месте. Из-за этого он на долю секунды задержался и в этот момент прямо перед его носом на бешеной скорости проскочила «Волга». И он понял, что если бы нога не подвернулась, то машина сбила бы его наверняка! Эти два события явились камешками, которые стронули лавину болезни.

Но надо еще учитывать, что его мать родила его, будучи незамужней. Она родила его хоть и от любимого человека, но без всякой надежды выйти за него замуж в возрасте 35 лет. Она всю свою жизнь посвятила ребенку.

И вот тогда, когда ребенок стал подрастать, то внутри нее, на глубоком бессознательном уровне началась паника: «Я могу остаться одна! Я теряю смысл жизни!» И вполне возможно, что на бессознательном уровне болезнь ребенка была ей очень нужна. Понятно, что совершенно не понимая того, что она делает, она могла стимулировать развитие болезни после того, как ее запустили два вышеописанных фактора.

Мое лечение очень хорошо помогло ребенку. У него выправилась походка, тонус мышц стал лучше. Он после лечения несколько раз ходил с друзьями в поход с ночевкой. Ему с рюкзаком приходилось идти много километров по бездорожью с минимумом неприятностей из-за ног.

Я не имею от них обратной связи, поэтому не могу сказать – насколько долго продержалось это состояние. Но я уверен, что в любом случае течение болезни стало не таким злокачественным!

### Как убивается страх?

Никита, 6 лет. Однажды на Рублево-Успенском шоссе я лечил одного мальчика с энкопрезом. Ребенок не мог удержать кал и очень часто пачкал из-за этого штаны. А самое плохое в этом было то, что его стали из-за этого дразнить в детском саде, а друзья - сторониться.

Оказалось, что энкопрез появился у него через месяц после налета бандитов на их дом. Его отец – крупный бизнесмен. И бандиты попробовали его обложить данью. Он же отказался им платить. После нескольких угроз они ворвались в дом и связали отца на глазах ребенка и жены. Но ему как-то удалось освободиться, он завладел пистолетом, началась стрельба….

В общем, ребенок испытал такие сильные отрицательные эмоции, что обкакался. Но только не сразу – в момент налета, а потом. У него началась психологическая медвежья болезнь.

Я ввел его в состояние глубокого гипноза. И в этом состоянии сделал технику «Кино», в которой стер это событие из прошлого. После одного сеанса энкопрез у ребенка прекратился!

### Прежде, чем выйти замуж, выкорчуй всех «старых пней»!

Ирина, 35 лет. Пришла ко мне с жалобами, на последствия нарушения мозгового кровообращения. За месяц перед этим она шла по улице и внезапно потеряла сознание. Она попала в больницу, долго там лечилась. Но даже после лечения у нее долго еще кружилась голова, была неуверенная походка и сильная головная боль в правой половине головы. Тестирование показало, что это явилось последствием одного события из ее детства.

Однажды, примерно в 6-летнем возрасте она разбила дорогую вазу и оба родителя, обнаружив это, стали ее избивать. Отец рассвирепел настолько, что кошка, видимо почувствовав неладное, стала бросаться на него. Она разбегалась, прыгала на отца и царапала его когтями. Отец отбрасывал ее, а кошка опять прыгала на него.

И только тогда мать испугалась, что отец может вообще убить дочь и утащила его в другую комнату. А девочка села на пол, обняла кошку и плача сказала: «Киса, только ты меня любишь!» И эта ПРОГРАММА испортила ей всю жизнь. Она изначально, базово, не верила, что ее кто-нибудь любит. Поэтому отвергала любовь, которую относительно нее проявляли мужчины. Она вышла замуж, родила ребенка, но очень быстро с мужем развелась.

И вот однажды на улице кто-то убил ее любимого кота. Она настолько обозлилась на этого человека, что обратилась к бандитам, его нашли и он на коленях просил у нее и ее ребенка прощения. И через некоторое время возник тот самый спазм. Я совершенно уверен в том, что это явилось последствием той совместной «атаки» родителей!

Я при помощи нейролингвистического программирования создал внутри ее психики новую часть Я, ответственную за любовь к себе. Также при помощи «Машины времени» и «Кино» стер эмоции относительно избиения родителями.

Затем я предложил ей представить себя стоящей на поляне. И на ней она увидела пять или шесть старых пней. Она долго топталась около них, не зная – ЧТО С НИМИ ДЕЛАТЬ? Я предположил, что это образы, которые символизируют всех значимых людей в ее жизни (мать, бывшего мужа, любовников), с которыми она внешне вроде бы порвала отношения, но которые продолжают влиять на ее поведение.

Я видел по ее лицу, что она мучается и не может сделать выбор! Но все-таки она через некоторое время решила, что их надо выкорчевать (чтобы они не портили вид поляны). Она это сделала, разровняла на этом месте землю, посадила траву, полила ее. И когда трава покрыла сплошным ковром это место, пошла по дорожке вглубь леса.

Через некоторое время после лечения она сообщила мне, что рассталась со своим любовником навсегда, нашла себе достойного человека и скоро выйдет замуж!

### Как обрести мать и стать смелым?

Богдан, 12 лет. Был усыновлен еще в младенческом возрасте и считает приемную мать своей родной матерью. Биологическая мать отказалась от него из-за того, что вела беспутную жизнь.

Со слов приемной матери все время был очень неуверен в себе, в своих способностях. И если у него что-либо не получалось с учебой – плакал, разбрасывал учебники и отказывался учить домашние задания дальше. Хоть он выглядит очень крепким и сильным, в школе его постоянно задирали и обижали. А он не мог дать сдачи.

Во время сеанса психоанимации пошел по реке вверх, на пути встретилась железобетонная плотина, а выше нее озеро. Он взорвал плотину, расчистил русло реки и пошел дальше. Родник бил из-под неприступной стены. Отказался прикасаться к воде и как-то контактировать с ней. Но набрал этой воды в бутылку и принес своей приемной матери.

Через два дня после сеанса в школе дал сдачи своему главному обидчику. И гордо сказал мне, что тот после этого протянул ему руку и сказал: «Давай дружить!»

### Может сразу признаться в грехе, чем ждать, когда эта «заноза» загноится?

Светлана, 21 год. С 13 лет болеет сахарным диабетом. Во время нейро-лингвистического программирования в гипнозе часть Я, в результате деятельности которой появился сахарный диабет, указала, что первопричиной болезни было событие, которое произошло в ней в 5 лет. Она каталась на велосипеде со старшим братом. И баловалась, трогая ногой спицы переднего колеса. Естественно, ее нога попала в спицы и они упали с велосипеда. Брат, защищая ее от удара, упал так, что сломал руку. Она так испугалась, что не сказала ему о ноге. Но, видимо, чувствовала такую вину, что это психосоматизировалось – в сахарный диабет.

После того, как она заболела сахарным диабетом, брат поступил в медицинский институт. Окончив его, стал эндокринологом и защитил диссертацию по сахарному диабету. Но ничем ей помочь не мог.

При первом предъявлении символ-образа луг у Светланы был октябрьским, сухим и запорошенным снегом. Затем в течении двух сеансов она уходила с луга по разным дорогам и везде встречала пустые деревни без единого человека.

На четвертом сеансе она пришла в горную деревню, в которой тоже не встретила ни одного человека. Она зашла в дом, в котором не было никаких признаков жизни. Но неожиданно в холодильнике она нашла свежие ягоды клубники и с удовольствием их поела. А когда вышла, то увидела первое живое существо – большого белого пушистого кота. Она взяла его на руки и поднялась на гору.

А на следующих сеансах она уже видела своих родичей в деревне. И вместе с ними она ела. Затем шла в другое место и опять ела, ела, ела…

***Каждый должен оставить после себя что - либо: сына или книгу; или картину; выстроенный тобой дом или хотя бы возведенную из кирпича стену; или сшитую тобой пару башмаков; или сад, посаженный твоими руками. Что - то, чего при жизни касались твои пальцы, в чем после смерти найдет прибежище твоя душа. Люди будут смотреть на взращенное тобой дерево или цветок и в эту минуту ты будешь жив! Не важно - что именно ты делаешь. Важно, чтобы все, к чему ты прикасаешься меняло форму, становилось не таким, как раньше, чтобы в нем осталась частица тебя самого. В этом разница между человеком, просто стригущим газон и настоящим садовником.***

***Рэй Бредбери.***

И на последнем сеансе, когда я попросил ее пойти вниз по течению реки, она дошла до моря. А на нем увидела плывущий под парусами корабль. Она на лодке подплыла к нему, забралась на борт. Моряки ее очень хорошо встретили, накормили, напоили. Затем испанцы пели для нее песни. После окончания символ-образа, когда я внушил ей пять минут полного покоя, она внезапно увидела брата в широкополой шляпе. Они обнялись. А затем она рассказала ему об обстоятельствах того падения. И он ее простил!

После проведенного лечения уровень сахара у нее РЕЗКО снизился. Я пока не могу сказать, что сахарный диабет у нее прошел, но самочувствие у нее улучшилось, дозы инсулина уменьшились!

## Послесловие, в котором я расскажу – как тебе взять пример с выздоровевших.

Я, уже говорил, что я как психотерапевт, одновременно и бессилен и всемогущ! И, понятно, что это связано не со мной. Это зависит от того человека, который пришел ко мне. Если он не готов к работе над собой по выздоровлению, то можно расшибить лоб, но не добиться ничего! По большому счету ни одного человека ни один психотерапевт не может вылечить. Вылечивается человек ТОЛЬКО сам! Психотерапевт указывает ему наиболее короткие пути к выздоровлению.



-Дежурный слесарь-сантехник слушает.

Если человек готов к этой работе над собой, то можно добиться иной раз кажущихся невероятными результатов. Роль психотерапевта в этом случае заключается в том, чтобы хорошо понять – что происходит с человеком. И в нужный момент, и в нужном месте произвести небольшой толчок, который качнет неустойчивое равновесие, в котором в это время находится пациент, в сторону выздоровления. И я прекрасно понимаю, что мое достижение в этом случае только в том, что я нашел наилучшую точку для применения СОБСТВЕННЫХ сил пациента.

***Когда ты вошел в мир, ты горько плакал, а все вокруг тебя радостно смеялись.***

***Сделай жизнь такой, чтобы, покидая мир, ты радостно смеялся,***

***а все вокруг тебя горько плакали.***

***Калидас.***

Выздоровление связано с врожденной способностью каждого пациента к выздоровлению. Природа обеспечила каждого человека всем необходимым для счастливой жизни сейчас и в будущем. Внутри каждого человека есть свой собственный лекарь, который способен залечивать физические и психологические раны. Но страх перед будущим и сожаление о прошлом – вот две тучи, скрывающие солнечный свет настоящего.

Организм хоть и сверхсложная, но самонастраивающаяся система. В нем огромное количество «ремонтных» систем. И история медицины знает массу феноменальных случаев выздоровления людей от таких болезней, которые считались до этого неизлечимыми.

Например, всем известный пример выздоровления Дикуля. Он сломал себе шею и у него был диагностировано полное поперечное пересечение спинного мозга. Тысячи людей до него после такой травмы остались инвалидами на всю жизнь. Он же смог запустить в своем организме процесс самоизлечения. И совершил чудо! Дикуль своим примером доказал, что ничего невозможного нет, что

***Вера в себя, Надежда на лучшее, Любовь к жизни,***

***способны совершать чудеса. Перед ними нет никаких преград!***

Я определяю элиту как людей, которые сами себе ставят цели и сами же их добиваются. Это творческие люди, в - общем смысле этого слова. Понятно, что при таком подходе элита не определяется происхождением, отношением к определенным профессиям или слоям общества. При таком определении в элиту может попасть каждый, кто становится по - настоящему творческой и активной личностью.

Но мало кто задумывается над тем, что творческие люди - это те, кто верит в себя и в свои возможности. Это главное, что позволяет им использовать свой личностный потенциал. Как только человек поверит в себя и начнет использовать свои возможности в борьбе с болезнью – он выздоравливает.

**Я желаю тебе войти в элиту Человечества – стать здоровой, счастливой и творческой личностью.**

Успехов тебе в этом!

Врач-психотерапевт ***Васютин А.М***.

предлагает пройти курс **ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СТАБИЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ** при помощи самых современных западных психотерапевтических техник нового поколения (**Эриксонианский гипноз, Психоанимационная терапия, «Машина времени», Нейро - лингвистическое программирование, Психосинтез, Терапевтические метафоры**).

Эти техники по эффективности можно назвать ПСИХОХИРУРГИЧЕСКИМИ, так как с их помощью можно справиться с такими проблемами и болезнями, которые не поддаются лечению другими методами.

Современное лекарственное лечение в БОЛЬШИНСТВЕ случаев только снимает симптомы болезни. А вот современная психотерапия уничтожает их корни! И через это дает человеку реальные шансы не только освободиться от болезни, но и изменить свою жизнь в лучшую сторону.

Известно, что мы не можем изменить свое прошлое. Но изменить свое **отношение** к нему вполне реально. Это приводит к тому, что КАК БЫ меняется прошлое. И все те психологические «занозы», которые отравляли человеку жизнь, исчезают.

**Краткосрочная программа** (10-15 сеансов) позволяет освободиться от отрицательных эмоций, связанных с потерями (близких людей, социального положения, материальными потерями, горем). Данная программа также эффективнапри:

- **неврастении,**

**- вегетососудистой дистонии,**

**- головных болях различной этиологии,**

**-** **страхах и тревожно - депрессивных явлениях,**

**- энурезе,**

**- сексуальных проблемах,**

**- климактерических нарушениях,**

**- семейных и личностных проблемах и многих других заболеваниях.**

**Долговременная программа** направлена на изменение ошибок воспитания и отклонений в психологическом развитии, начавшихся из-за страхов и горя, происшедших в раннем детстве. Специальные техники позволяют проникнуть в психологическое прошлое человека и подсечь «корни» болезней.

И та линия судьбы, которая появилась на основе суммы отрицательных воздействий в детстве, будет уничтожена. Вместе с ней исчезают и те болезни и психологические проблемы, которые появились на ее основе. Это приводит к резкому облегчению психологических и физических страданий в настоящем.

На втором этапе долговременной программы производится конструирование психологических установок, на основе которых человек будет строить новую линию своей жизни. Это позволит ему достигнуть физического, психического и социального благополучия на долгие годы. Данная программа эффективна при:

**-неврозе навязчивых состояний,**

**-астено-депрессивных состояниях**,

-первых признаках **шизофренических расстройств**,

-**бронхиальной астме,**

**-гипертонической болезни,**

**-стенокардии,**

**-язвенной болезни**,

-**кожных и аллергических** **заболеваниях**

**-и многих других психосоматозах.**

Психотерапевтические техники нового поколения позволяют фундаментально перестроить психику, изменить базовые психологические установки, влияющие на настроение, самочувствие и стратегию принятия решений и делания выборов. В результате у человека меняется судьба!

**VIP – консультирование и лечение.**

В некоторых случаях я выезжаю на консультирование и лечение в другие города и другие страны. Обычно это длится одну неделю – с воскресенья до субботы. В этом случае я провожу интенсивное лечение пациентов и обучение авторским техникам саморегуляции (3-5-7 часов работы ежедневно). Пациент оплачивает дорогу, проживание, питание и сами сеансы.

Телефон: 8-985-761-10-01 (моб).

Эл. адрес: a7611001@yandex.ru

Сайт: www.vasutin.ru

Skype - drvasutin