

КАК РАБОТАЕТ ПСИХИКА ЧЕЛОВЕКА

Часть 5

В данной главе рассказано о том, что такое психика, как появляется память, какие основные функции психики, где она находится, как ею управлять, как она воздействует на «Я», как общаться с психикой, и как психика может помочь Вам в достижении ваших целей.

Что такое психика, и где она находится.

Каждый из нас не раз слышал слово «психика». Но каждый ли из нас задумывался о том, что это такое и где это находится? Для чего нужна психика? С кем или чем я общаюсь, когда говорю со своей женой, ребенком, подчиненным, партнером?

С вопросом «Что такое психика» я обращался к психологам, и получал ответ, что это «субъективное отражение объективной реальности». Я просил их показать мне психику, на что получал ответ, что это невозможно, так как психика, это «субъективное отражение объективной реальности»... Но ведь водитель автомобиля может показать автомобиль, почему же психолог не может показать психику? – такие вопросы возникали в моей голове.

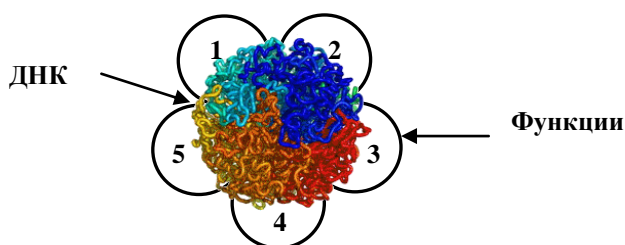
Мое прояснение психики складывалось из наблюдения очевидного, то есть того, что можно увидеть и ощутить, а также из прояснения понятий, таких как: «Я», «жизнь», «энергия», «вечность», «Бог», «человек», и т.п. Еще мне нравилось задавать вопросы и находить на них ответы. Вот одна из цепочек вопросов: «А откуда взялось тело? Ну, конечно же, его родила мама. А чтобы оно появилось у матери, два гена, один который находится в сперматозоиде, а другой в яйцеклетке, соединились. А почему сперматозоид двигается именно к яйцеклетке? Ведь если он двигается именно к яйцеклетке, значит, есть какой-то импульс, на который он ориентируется. А если есть импульс, значит, у сперматозоида есть приемник, который принимает этот импульс. Ну а если он принимает импульс и идет по нему к источнику (к яйцеклетке), значит, у сперматозоида есть центр распознавания сигнала, так сказать своеобразный разум?»

Однажды я прочитал в интернете про эксперимент с лягушками, в котором ученые помещали беременных лягушек в электромагнитное поле, отсекающее их от других электромагнитных полей. Ученые проверяли гипотезу о том, что ДНК не является носителем полной информации для построения тела. Интересен был и результат данного эксперимента. Лягушка, которую помещали в электромагнитное поле, например в момент формирования у плода сердечнососудистой системы, рожала лягушонка с атрофированной сердечнососудистой системой. Вывод: полная информация о построении тела находится вне ДНК.

Далее я начал создавать схему человека, и называл ее «Ментальная модель «Человек-композит». «Ментальная» – потому что она родилась в моем разуме. «Модель» – потому что это лишь представляемые объекты и явления, замещающие оригинальные объекты и явления (необходимо понимать, что в жизни все намного сложнее, нежели в любой самой совершенной модели или схеме). «Человек-композит» – потому что я воспринимаю человека, как совокупность частей, удерживающихся одной силой (КОМПОЗИТ [ит. composite букв, смешанный] - неоднородный сплошной материал, состоящий из двух или более компонентов, среди которых можно выделить армирующие элементы, обеспечивающие необходимые механические характеристики материала, и матрицу (или связующее), обеспечивающую совместную работу армирующих элементов.)

Получилась следующая картина.

ДНК является материальным носителем информации, которая находится вне самой ДНК. Я разделил эту информацию на 5 функций:



Функция 1 – хранение информации. Это так называемый основной банк памяти, в котором хранятся «чертежи» всех существующих на земле форм жизни.

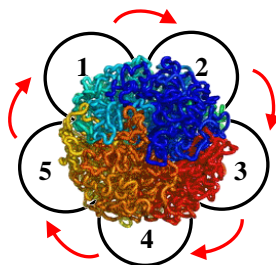
Функция 2 – творение (или инстинкт размножения). Это сила, которая толкает любое живое существо на создание себе подобного. Мужская особь стремится к женской, а женская – к мужской. Эта функция формирует органы размножения.

Функция 3 – существование (или инстинкт выживания). Биологическое тело, в частности человеческое, выживает в окружающей его среде за счет света, воздуха, воды, пищи, тепла, физического движения, сна, безопасного окружения. Эта функция формирует системы и органы, такие как желудок, печень, почки, легкие, и т.п.

Функция 4 – восприятие. Любое живое существо воспринимает окружающую среду с целью выживания и размножения. Эта функция формирует органы чувств: зрение (глаза), слух (уши), осязание (кожа), обоняние (нос), и вкус (язык).

Функция 5 – анализ и синтез. Живое существо воспринимает информацию из окружающей среды и, сравнивая ее с существующей информацией в банке памяти, делает вывод о приближении или отдалении от того, с чем оно соприкоснулось. Данная функция формирует центральную нервную систему. Таким образом, все 5 функций создают завершенный цикл:

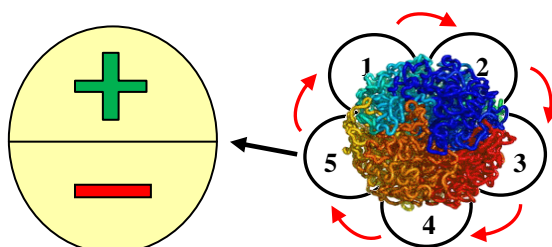
1. Информация из основного банка памяти используется для построения тела.
2. Сила творения создает тело.
3. У тела появляются органы и системы для наилучшего выживания в окружающей среде.
4. Информация из окружающей среды воспринимается пятью органами чувств.
5. Воспринятая информация анализируется путем сравнения с информацией в банке памяти, после чего делается решение о взаимодействии с объектом, а результат этого взаимодействия записывается в банк памяти. Далее, когда наступит время анализа опыта текущей жизни (после смерти тела), данные будут проанализированы и внесены изменения в будущую форму жизни (этот процесс хорошо описан у Дарвина).



Пример. Женщина и мужчина решили зачать ребенка (функция 2). При слиянии сперматозоида и яйцеклетки начинается строительство тела, способного выживать в окружающей среде (функция 1). Когда ребенок рождается, он делает первый глоток воздуха и начинает жить в другой среде (функция 3). Далее ребенок, по мере взросления, получает опыт, щупая все и пробуя на вкус и запах (функция 4), тем самым записывая информацию в банк памяти, чтобы в дальнейшем сравнивая новые предметы и явления, делать вывод о том, ведет ли данный предмет или явление к выживанию (функция 5).

Все эти пять функций я назвал «Bios», по аналогии с компьютером, где BIOS (англ. Basic Input-Output System) – базовая программа отвечающая за самые главные функции компьютера. Также слово «Bios» с греческого языка переводится как жизнь.

Надо отметить, что для текущей жизни «Bios» создает оперативный банк памяти, разделив его на отделы «+» и «-».



Оперативный банк памяти

Bios

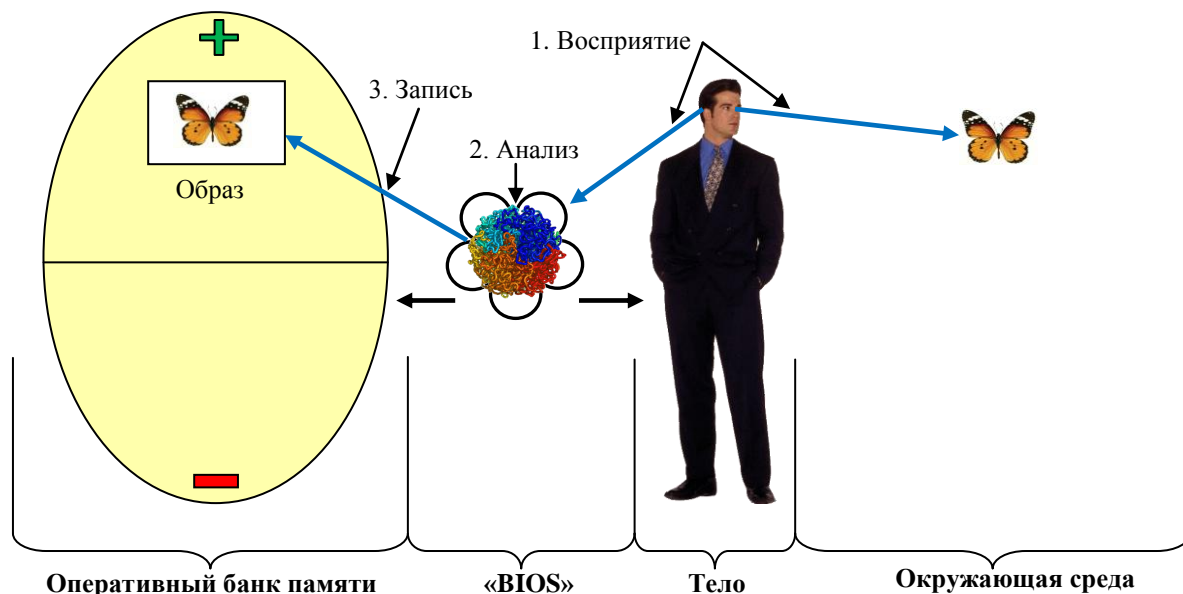
В отдел «+» записывается опыт, который приводил к выживанию.

Пример. Ребенок находит на полу сухарь, берет его в рот и ест, в результате чего утоляет голод. Сухарь записывается в отдел «+» как объект, который помогает выживать.

В отдел «-» записывается опыт, который приводит к не выживанию.

Пример. Ребенок тянется к огню и обжигается. В данном случае огонь привел к не выживанию, а, следовательно, он записывается в отдел «-» как явление, которое приводит к не выживанию.

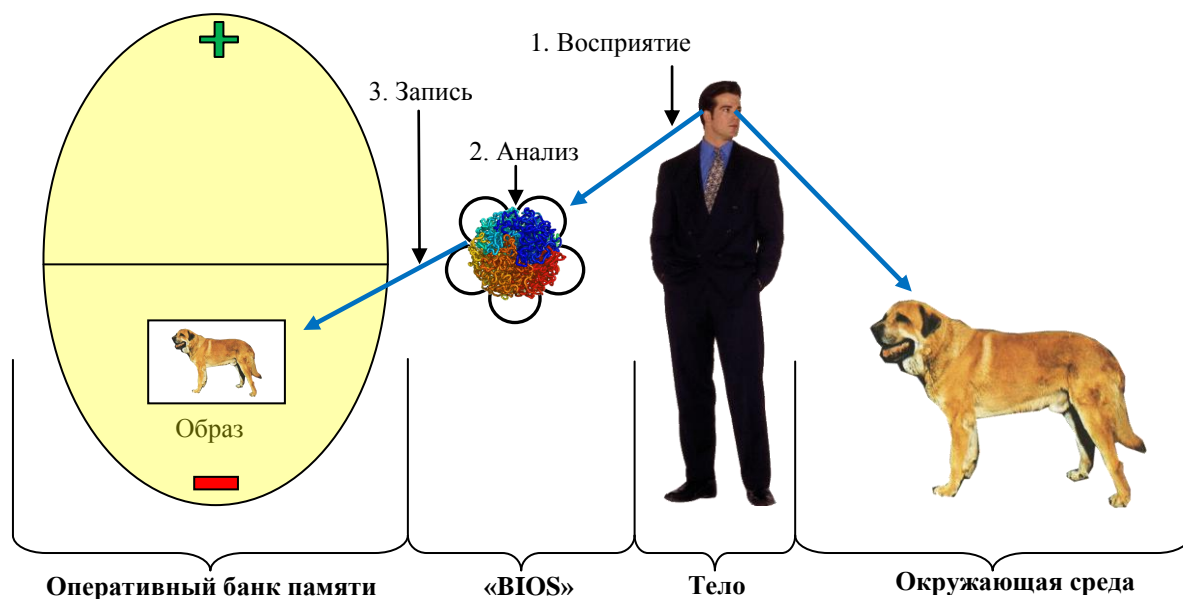
Так выглядит основная часть ментальной модели «Человек-композит»:



Тело и оперативный банк памяти созданы «Bios».

«Bios» воспринимает информацию из окружающей среды (в нашем примере это бабочка), проводит анализ на предмет выживаемости, и записывает воспринятую информацию (образ) в оперативный банк памяти в отдел «+», так как данная информация не угрожает выживанию.

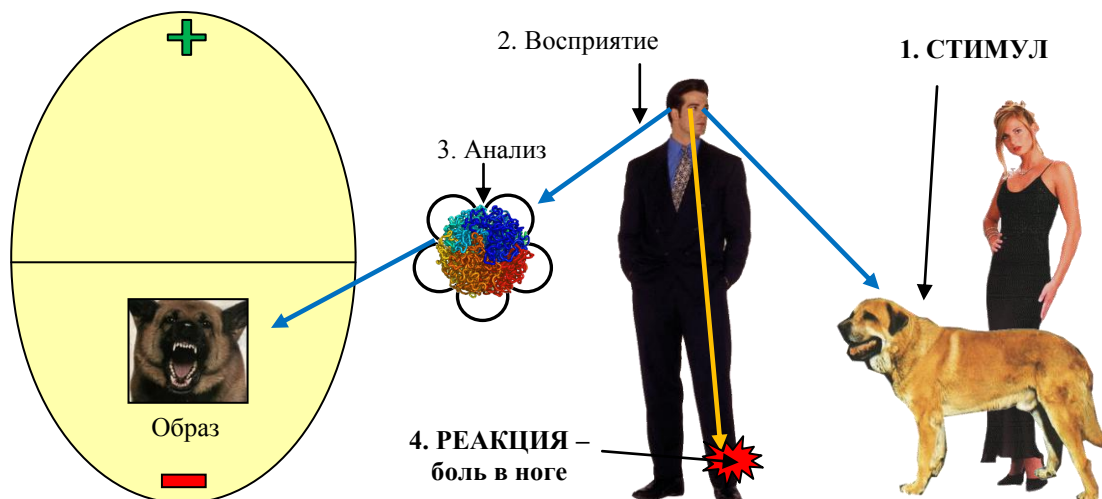
Если же объект окружающей среды угрожает выживанию, то образ этого объекта записывается в оперативный банк памяти в отдел «-».



«Bios» мыслит категорией выживаемости. Признаками не выживаемости являются: отсутствие солнечного света; загрязненный воздух и вода; содержание химических элементов в пище, равно как и недостаток необходимых для организма веществ, и употребление разрушающих организм веществ (алкоголь, никотин, наркотики, лекарства, и т.п.); некомфортные температурные

условия (жара или холод); отсутствие физического движения; ограниченный или неполноценный сон; опасное окружение (агрессивно настроенные люди, обвинение, страх); физические травмы и боль. Любое событие содержащее что-то из перечисленного, «Bios» записывает в отдел «-», и в дальнейшем избегает этого, считая его не выживательным.

Пример. Мальчика в 8 лет укусила собака. Это событие записалось в отдел «-». Став взрослым, мужчина продолжает бояться собак, и всего, что с ними связано. Когда он встречает какое-либо напоминание о собаке, у него появляется не только страх, но и соматика – боль в ноге от укуса собаки, когда ему было 8 лет.

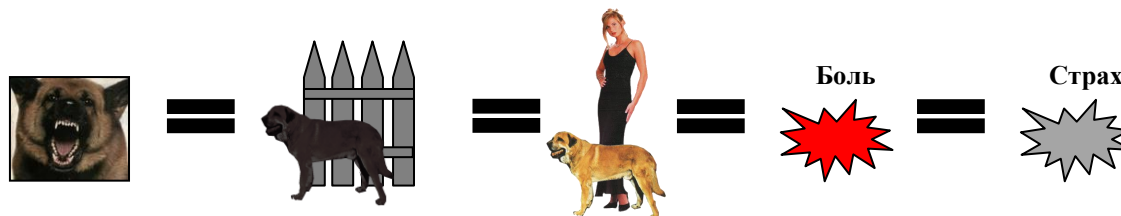


Важно также учитывать, что «Bios» записывает в оперативный банк памяти информацию по сходствам.

Например. Мальчика, когда ему было 8 лет, укусила черная собака. Через полгода он видит возле черного забора черную собаку, которая на него рычит. Теперь и забор и собака, записываются в отдел «-». Через год ребенок проходит возле черного забора, возле которого стоит женщина в черном платье с собакой, «Bios» запишет женщину тоже в отдел «-».

Почему «Bios» записал женщину, не причинившую никакого вреда в «-»? Потому что «Bios» всегда сравнивает воспринимаемую информацию на предмет выживания с полученным ранее опытом. И если что-либо из воспринимаемого сейчас напоминает какой-то не выживательный случай из прошлого, «Bios» дает команду уходить от объекта в настоящем, и на всякий случай записывает его в отдел «-».

Для «Bios» собака = забору, забор = женщине, женщина = боли, боль = страху. Каждый раз, когда человек будет воспринимать что-либо из выше перечисленного, реакция будет одна и та же – боль и страх. При этом никакие убеждения не помогут, так как это рефлекторная реакция.



Этот механизм хорошо описал И.П.Павлов, получивший в 1904 г. Нобелевскую премию по физиологии и медицине. Суть его работы заключается в том, что на примере эксперимента с собаками он описал механизмы создания условных и безусловных рефлексов. Его открытия были положены в основу бихевиоризма (1910-е годы), — направление в американской психологии, утвердившее ее предметом поведение, понимаемое как совокупность объективных реакций на внешние стимулы (поведение на основе стимула-реакции).



И.П. Павлов
(1849, 1936)

Справка о теории И.П.Павлова и феноменов:

Психологи разработали множество вариантов Павловского эксперимента. Чтобы оценить эти варианты, укажем на некоторые важные аспекты эксперимента И. Павлова. Каждое парное предъявление условного стимула (свет) и безусловного стимула (пища) называется «пробой». Пробы, во время которых испытуемый научается ассоциировать эти два стимула, называют «стадией приобретения». Если реакция (слюноотделение) на условный стимул (свет) не подкрепляется безусловным стимулом (пищей), то есть неоднократно пропускается, то реакция (слюноотделение) будет постепенно уменьшаться и это называется угасание. Эти две стадии можно показать на рис.1 – Приобретение условной реакции:

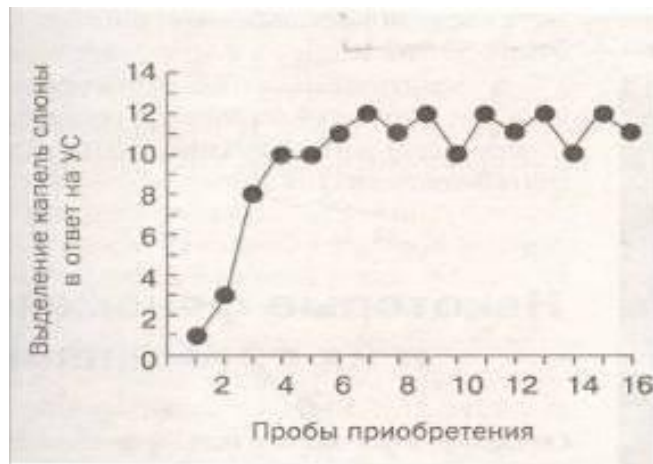


Рис. 1 (УС - условный сигнал)

На рис 2. показано угасание условной реакции:

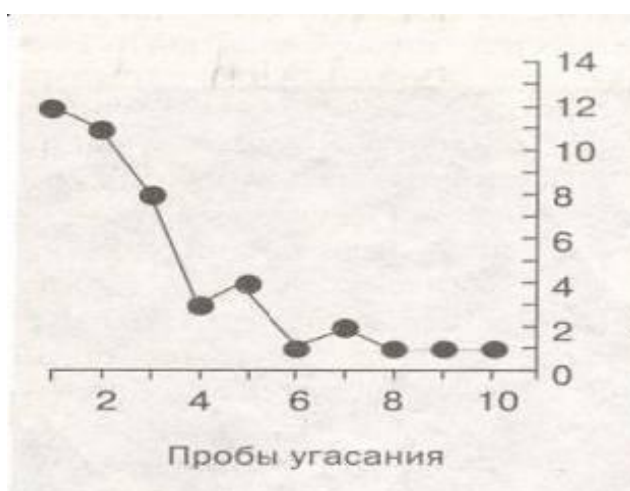


Рис.2

Пример. Плоские черви сокращают свое тело, когда их раздражают слабым электрическим током, и если черви прошли через достаточное количество сочетаний электрических ударов со световым импульсом, то со временем они будут сокращаться в ответ только на световой импульс, хотя в начале это был стимул не вызывающий реакции.

Пример. Перед сеансами химиотерапии детям давали мороженное, чтобы они не так расстраивались перед предстоящей процедурой химиотерапии, которая очень часто вызывала у них тошноту. Но такое подбадривание обернулось тем, что дети стали отказываться от мороженного, даже вне ситуации химиотерапии, потому что их тошнило от одного только вида мороженного или упоминания.

Пример. Крысу помещали в закрытый ящик, в котором она периодически подвергалась (через металлический пол) электрическому раздражению. Как раз перед электрическим раздражением подавали сигнал в виде звука - гудок. После неоднократного сочетания звука и удара током звук сам по себе стал вызывать у крысы реакцию, как будто ее раздражали электрическим током:

она переставала рыскать по ящику и притаивалась, кроме того, у нее поднималось кровяное давление. У этой крысы был выработан условный страх на звук, который когда-то был нейтральным стимулом. У человека тоже можно выработать такие условные страхи.

Пример. Психологи Jaskobs и Nadel изучали приобретение страхов у человека, особенно в раннем детстве. Например, у человека, который сильно боится кошек, когда-то давно был кот, который являлся условным стимулом для некоторых вредных безусловных стимулов (во время интереса ребенка к животному оно проявляло агрессию и царапалось). Если у этого ребенка не устранять страх, он, даже будучи взрослым, просто будет избегать кошек и не любить их.

После того как условная реакция (страх) стала ассоциироваться с определенным стимулом (звук в виде гудка), эту же реакцию может вызывать другой стимул, похожий на него (звук, напоминающий гудок). Это было подтверждено экспериментом. У человека был выработан условный рефлекс – средней силы эмоциональная реакция на звук соответствующий ноте ДО малой октавы. Уровень эмоциональной реакции можно измерить по кожно-гальванической реакции (КГР), так как во время эмоционального напряжения изменяется электрическая активность кожи. У этого человека КГР будет меняться также в ответ на более низкий или более высокий тон без специального научения (обусловливания). Чем больше новые стимулы похожи на первоначальный условный сигнал (звук ноты ДО малой октавы), тем вероятнее они будут вызывать условную реакцию. Этот принцип называется генерализация, где частично объясняется способность человека реагировать на новые стимулы, сходные с уже знакомыми. Это эффект можно наблюдать на графике представленном на рис. 3.

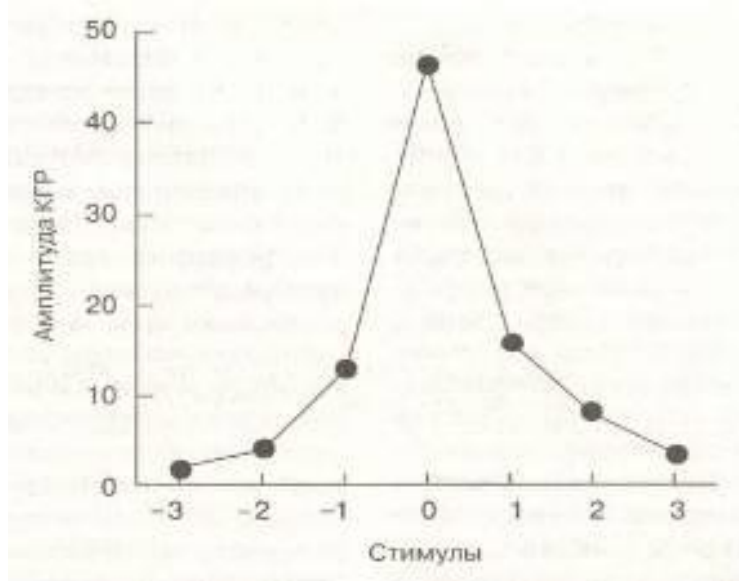


Рис.3

Стимул 0 означает тональный звук (нота ДО малой октавы), который первоначально служил условным сигналом кожно-гальванической реакции. Стимулы +1, +2, +3 звуки, высота которых возрастает на похожесть с первоначальным тональным звуком 0. Стимулы -1, -2, -3 представляют звуки, высота тона которых убывает. Чем больше новые стимулы (-1 и +1) похожи на первоначальный тональный звук 0, тем вероятнее они вызывают похожую эмоциональную реакцию, которую измеряют по кожно-гальванической реакции.

Психологи Baer и Fuhrer проводили эксперимент, подтверждающий другой феномен – дифференцировка – реакция на различие. Человеку предлагали два стимула – два звуковых тона, один тон меньшей частоты 700 Гц, второй – тон большей частоты 3500 Гц. Первый тон был условным сигналом №1, за которым всегда подавали безусловный стимул – электрическое раздражение левого указательного пальца. Второй тон был условным сигналом № 2, и за ним ничего не следовало. Первоначально у испытуемых появлялась эмоциональная реакция, которая фиксировалась по амплитуде КГР, на оба тона, но в ходе научения (обусловливания) амплитуда КГР на условный сигнал № 1 (тон меньшей частоты) постепенно возрастала, а на условный сигнал № 2

(тон высокой частоты) уменьшалась. В ходе такого дифференциального подкрепления у испытуемых вырабатывается условная реакция различения этих двух тонов. На рис. 5 показано как происходит дифференцировка.

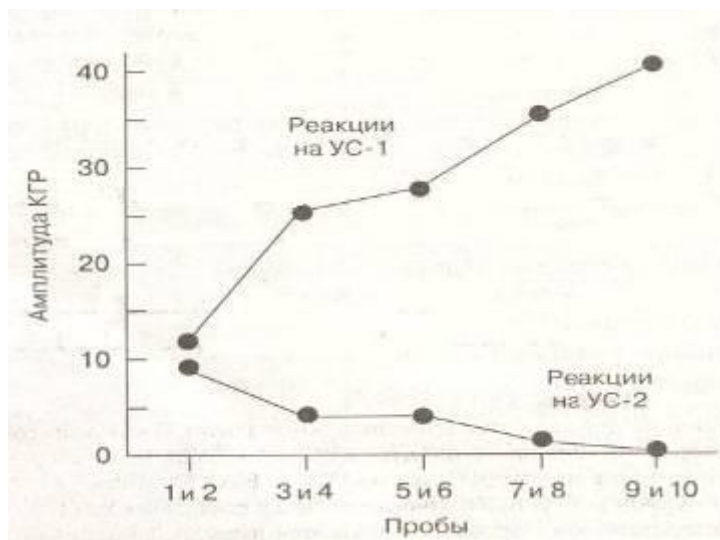


Рис.5

(УС-1 – звуковой тон 700 Гц, УС-2 – звуковой тон 3500 Гц.)

На графике видно как в ситуациях, когда после предъявления УС-1 сразу подавали электрический ток как безусловный сигнал, эмоциональная реакция испытуемых увеличивалась. Когда электрический ток не предъявлялся после УС-2, эмоциональная реакция со временем уменьшалась. И таким образом, высокий тон УС-2 стал сигналом для торможения эмоциональной реакции.

Генерализация и дифференцировка происходят в повседневной жизни. Маленький ребенок, который научился ассоциировать вид своей комнатной собачки с игривостью, может поначалу относиться так ко всем собакам. Со временем, благодаря дифференциальному подкреплению, этот ребенок будет ожидать игривости только от собачек, похожих на его собственную. Вид угрожающей собаки будет тормозить реакцию приближения ребенка к ней.

Вопрос от Виктории В.: *«Александр, Вы говорите об оперативном банке памяти, но ведь это в психологии называется просто память. А раз это память, то описываемый Вами «Bios» является не чем иным, как психикой. Я правильно поняла?».*

Ответ Александра Балыкина: *«Вы совершенно правильно все поняли. «Bios» и психика, это практически одно и то же.*

Я в начале главы обещал показать пальцем психику, выполняю свое обещание.

Расположите свою левую руку ладонью вверх на расстоянии 25-30 см. от лица. Представьте на своей ладони образ яблока. Теперь указательным пальцем правой руки дотроньтесь до вершины воображаемого яблока. Далее подумайте о том, что если образ является частью памяти, а память является частью психики, то Вы в данный момент касаетесь части психики. Заметьте, что образ находится не в голове, а у Вас на ладони, а из этого следует, что память располагается вне тела. Я бы сказал, что память, это биологическое поле с интерференционными пакетами (образами), распространяющееся далеко за пределы нашего тела. Из биологии известен факт, что комар воспринимает инфракрасное излучение (тепло) от его источника с расстояния до 30 километров. И это лишь инфракрасное излучение, не говоря уже об ультрафиолетовых и биологических излучениях.

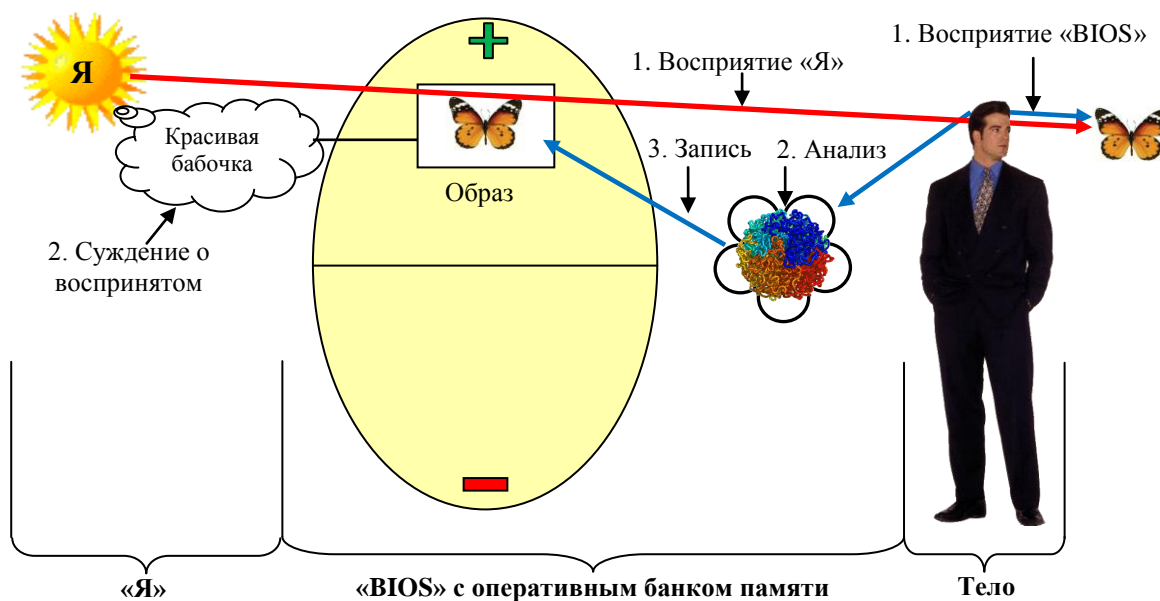
Я намеренно называл психику «Bios», чтобы не смешивать психологические понятия с понятиями в «Ментальной модели «Человек-композит». Ведь то, что психологи имеют в виду под психикой, немного различается с тем, что я описываю. А если еще учесть, что слово «психика» (др.-греч. Ψυχή), обозначало не что иное как душу (представлялась в образе бабочки или молодой девушки с крыльями бабочки), то психология является наукой о душе, а психолог – знающий душу. Но тогда чем же занимается религия, и в чем у нее различие с психологией, если и там и там изучает одно и то же? В общем, чтобы не путаться в понятиях, лучше создать новые понятия :-)

Психика располагается вне физического пространства, а ее «телом» является ДНК.

Вопрос от Ивана П.: «Александр, а где же в Вашей схеме находится «Я»? Или человек это лишь только одна психика (душа) и не более того?».

Ответ Александра Балыкина: «Понятие «человек», как я уже говорил, для меня является совокупностью таких частей, как «Я», «Bios» и тело (являющееся творением «Bios»). На рисунке это выглядит так:

«Я» и «Bios» воспринимают объективную реальность по-разному. «Bios» через функцию выживания и записи в оперативный банк памяти (отдел «+» или «-»), а «Я» через интерес и создание суждения о воспринимаемом.



Через одни и те же глаза на мир смотрят двое – Вы, и «Bios» (Психика). И если психика запишет событие в отдел «-», то что бы Вы не делали, она всегда будет стремиться от этого уйти всеми доступными ей способами: выработкой определенных гормонов, понижением энергообеспечения тела, включением заболевания, отключением жизненно важных функций, и т.п. Борьба с психикой – это бесполезное занятие, так как она всегда победит, потому что она создатель тела и имеет над ним полный контроль. Борьба же с ней приведет к тому, что она запишет и Вас в отдел «-», а это значит, что теперь Вы в ее «черном списке», и чтобы Вам направлять тело в нужную для Вас точку пространства, Вам придется постоянно прилагать невероятное усилие, чтобы подавить противонамерение психики.

Все что Вы можете, будучи у нее в гостях в ее теле, это договариваться с ней, и тогда Вы будете знать: что и когда есть, сколько спать, куда безопасно идти, как лечить тело, и многое другое».

Управление психикой.

Задумывались ли Вы о том, если Вы руководитель организации, кем Вы управляете? Этот же вопрос я отношу и к родителям, учителям, мужьям и женам. Когда Вы пытаетесь произвести воздействие на человека (обучить, воспитать, наставить, и т.п.), то на что Вы воздействуете? На тело, психику, или на «Я»? Какие методы воздействия Вы выбираете? Ведь психика работает по одним принципам, тело по другим, а «Я» – по третьим. По каким критериям Вы определяете, что Ваше воздействие эффективно, если Вы не знаете на кого воздействуете?

Пример. Мать бьет своего ребенка ремнем по попе, и при этом говорит: «Я научу тебя, как правильно разговаривать с бабушкой».

Пример. Жена не дает мужу заниматься с ней сексом, при этом хочет научить мужа обращаться с ней по-человечески.

Пример. Руководитель вызывает к себе на ковер подчиненного и кроя его матом объясняет, как надо работать в данной организации.

Пример. Политики хотят изменить сознание граждан, и для этого транслируют через телевизор программы, начиненные командами, воспринимаемыми на бессознательном уровне.

Пример. Тренер хочет повысить психологическую готовность спортсмена к соревнованиям, и для этого часами убеждает спортсмена, что тому нечего бояться, и он может порвать противника как тузик грелку.

Если Вы руководитель, родитель или просто общающийся с другим человеком, Вам надо понимать, что напротив Вас не просто кусок мяса (тело), а композит, состоящий из тела, психики, и «Я».

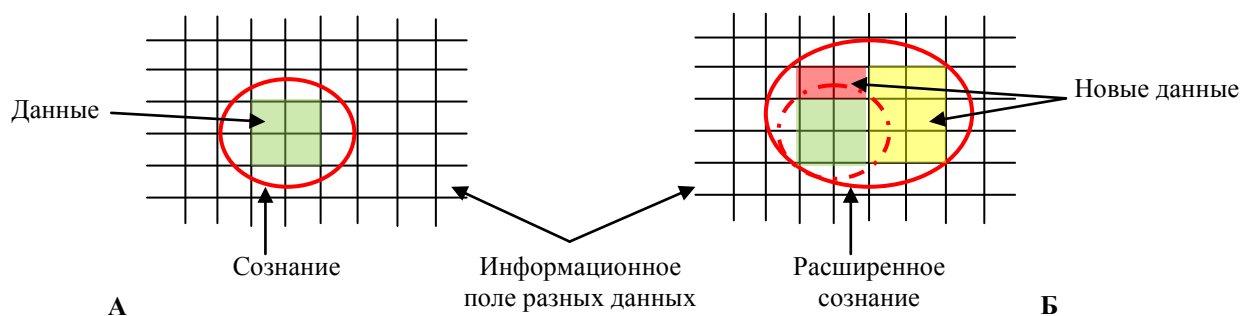
Хотите, чтобы тело стало более мускулистым, тренируйте его на тренажерах и кормите по специальной диете. Если же хотите, чтобы тело стало более стройным, ограничьте тело в употреблении определенных продуктов и заставляйте его больше двигаться.

Если Вы хотите, чтобы Ваша психика была более смелой, уберите из отдела «-» оперативного банка памяти образы прошлого, в которых смелость приводила к получению боли. Если же хотите, чтобы у психики сформировалась любовь к определенным действиям, наполняйте отдел «+» образами, в которых это действие выживательно.

Ну и если Вы хотите, чтобы другой «Я» услышал и понял Вас, начните говорить с ним на его языке (его словами и понятиями) и в его интересующей области. При этом внимательно слушайте, какие он суждения высказывает, и старайтесь не противоречить им.

Вопрос от Виктории В.: «Александр, у меня в голове все перевернулось вверх ногами... Раньше мне говорили, что психика это одно, а теперь Вы пишете, что психика это совсем другое. Как навести в голове порядок, и избавиться от возникшего замешательства?»

Ответ Александра Балыкина: «Замешательство возникло из-за того, что одно данное, находящееся у Вас, начало противоречить с другим данным, которое Вы прочитали в этой книге. Если сказанной мною отобразить в рисунке, то получится следующая картина. У Вас в сознании есть какие-то данные (зеленые квадратике). Вы уже их связали и поняли, и поэтому имеете гармоничную и понятную картину (А). И вдруг к Вам поступают в сознание новые данные, которые Вы еще не увязали с имеющимися (желтые квадраты), а некоторые ну просто вообще не вяжутся с существующими (красные), вызывая конфликтное состояние и желание спорить и бороться (Б).



Хочу сказать, что в физической вселенной нет противоречий. Все противоречия находятся в нашем сознании в виде противоречивых установок и суждений, которые и вызывают ощущение, что в окружающем мире что-то не так, как должно быть.

И если в Вашем сознании возникает ощущение замешательства и нереальности относительно новой информации, это верный признак:

а) наличия установки или суждения, которое вызывает противоречие,

б) гарантия того, что Вы стоите на пороге открытия и расширения своего сознания.

Невозможно познать что-либо новое, не приняв это новое. А приняв его, Вы рискуете получить противоречие какому-либо своему старому данному, что и вызовет ощущение замешательства и бардака в голове.

Если Вы хотите расширять свое сознание, Вам придется понять изложенное мною и сознательно идти туда, где Вы будете получить замешательство, так как именно оно является критерием того, что у Вас есть ограничивающая Ваше сознание установка, убрав которую Вы и получите расширение сознания».

Управление психикой («Віос») начинается с понимания, что такое психика, а также с понимания того, как она работает. Психика, – это энергоинформационный механизм, предназначением которого является создание и поддержание наиболее выживательных форм жизни. Психика мыслит только категорией выживания.

Пример. Мама и папа скандалят, при этом папа грубо физически подавляет маму (проще говоря, бьет). Психика ребенка, которая это наблюдает, выберет поведение отца как наиболее выживательное (ведь он победил, а значит более выживателен, нежели мать), и в дальнейшем будет применять это поведение как эффективную стратегию. При этом «Я», находящееся в теле ребенка, может сделать суждение, что папа плохой, и в дальнейшем это суждение будет мешать ему самому быть эффективным отцом, а также этот человек будет конфликтовать с другими отцами.

Пример. В организации есть неформальный лидер, с которым руководитель никак не может справиться. Психики подчиненных возьмут модель поведения неформального лидера за основу отношений с руководителем, и через какое-то время вся организация превращается в неуправляемую толпу, хамящую и не подчиняющуюся распоряжениям руководителя.

Пример. Правительство решило понизить среди молодежи употребление алкоголя, табака и наркотиков. Для этого оно создало видеоролики и рекламные щиты, на которых говорится о вреде наркотиков, табака и алкоголя. Тексты приблизительно содержат такие слова: «Табак и алкоголь – это коварный враг, с которым сложно бороться. Не курите! Не пейте! Не употребляйте наркотик! Живите трезво, и да будет Вам счастье и здоровье!». Но что видит психика в жизни. На шикарной машине едет мужчина в окружении шикарных женщин. Все они пьяные, курят и говорят о наркотиках. При этом эту машину все пропускают, а даже милиция отдает честь. Конечно же, психика возьмет их модель жизни, так как они более выживательны, нежели эти доходяги вегетарианцы и любители свежего воздуха, которые ездят в душном метро, живут в тесных коробочках, и на каждом шагу их щемят органы власти.

Пример. Вы решили со следующего утра начать здоровый образ жизни и выйти на пробежку. Но почему-то не можете проснуться, и каждое последующее утро говорите себе, ну вот завтра я таки встану, и побегу. Во-первых, для психики важнее сон, чем Ваши суждения о здоровье и методах его достижения, и, во-вторых, когда Вы говорите: «Вот ЗАВТРА я встану и побегу», то данное суждение заставляет Вас каждое утро откладывать пробежку на завтра, так как в суждении слово «Завтра», а не «Сегодня».

Пример. Мужчина решает, что важным аспектом в привлечении женщин является уважение женщин и проявление к ним внимания и нежности. Но почему-то в клубах женщины больше обращают внимание на грубых мускулистых мужиков, которые беспардонно их лапают и тащат в койку. Причина, почему интеллектуальный и внимательный мужчина проигрывает в том, что психика многих женщин выбирает себе наиболее сильного самца для продолжения рода. Психика понимает, что этот ботаник в очках не сможет прокормить и защитить потомство, а, следова-

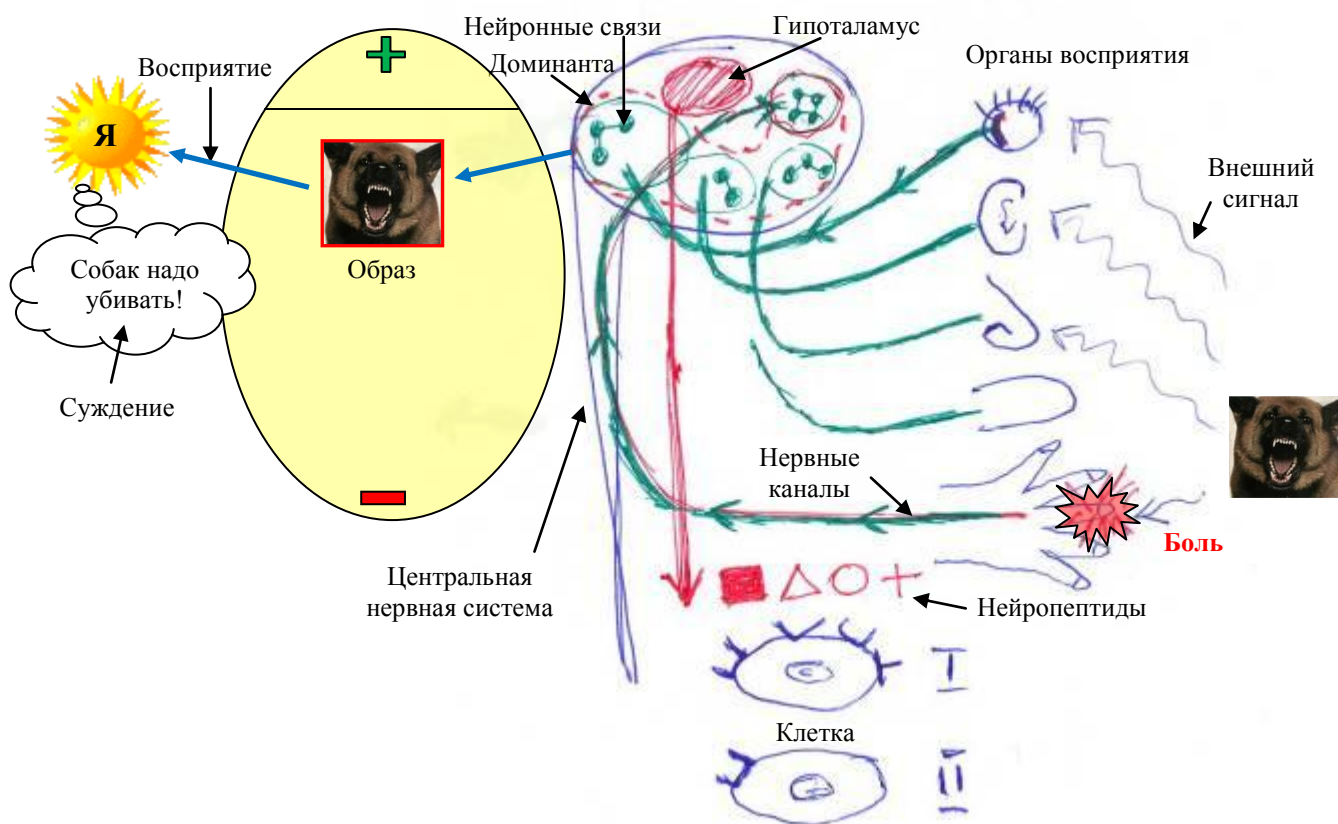
тельно, и нечего на него обращать внимание. Но зато вот этот мачо, с большими бицепсами и наглой улыбкой, вполне сможет защитить свое потомство, которое вырастит и будет таким же, как их отец – **ВЫЖИВАТЕЛЬНЫМ**.

Для психики не существуют таких понятий как мораль, этикет, законы правосудия, и т.п. Для нее есть только один закон – это закон выживания. И если психике надо будет за место под солнцем перегрызть кому-то горло, она это сделает несмотря ни на какие законы и моральные кодексы.

Как только человечество поймет, что в одном теле находятся двое разных по своему предназначению существ, только тогда и можно будет говорить о создании законов и моральных кодексов, которые не будут ущемлять права одного (психики), и расширять до безумных размеров права другого («Я»). Пока этого не произойдет, человечество обречено на конфликт между «Я» и психикой), в которой психика будет побеждать всегда.

Предлагаю рассмотреть одну из схем управления психикой.

Допустим, собака кусает тело за палец. В этот момент сигнал по нервным окончаниям идет в головной мозг, в котором нейроны формируют нейронную связь. Если при этом человек видит собаку, слышит ее рычание, и ощущает ее запах, то все эти внешние сигналы создадут в мозге устойчивую доминанту (господствующий очаг возбуждения в центральной нервной системе). В ответ на нейронное возбуждение, гипоталамус выработает нейропептиды, которые попадая в кровь, разносятся по всему организму и, проникая в клетки, вызывают эмоциональные реакции (в нашем случае нейропептид вызовет выработку надпочечниками гормона, ощущаемого как страх). «Я» в этот момент становится следствием от реакции организма и испытывает боль, ощущение страха, и постоянно видит за каждым углом злых собак. При этом «Я» создает суждение о том, что «Собак надо убивать!». В дальнейшем это суждение будет формировать его отношение ко многим животным, а не только к собакам.



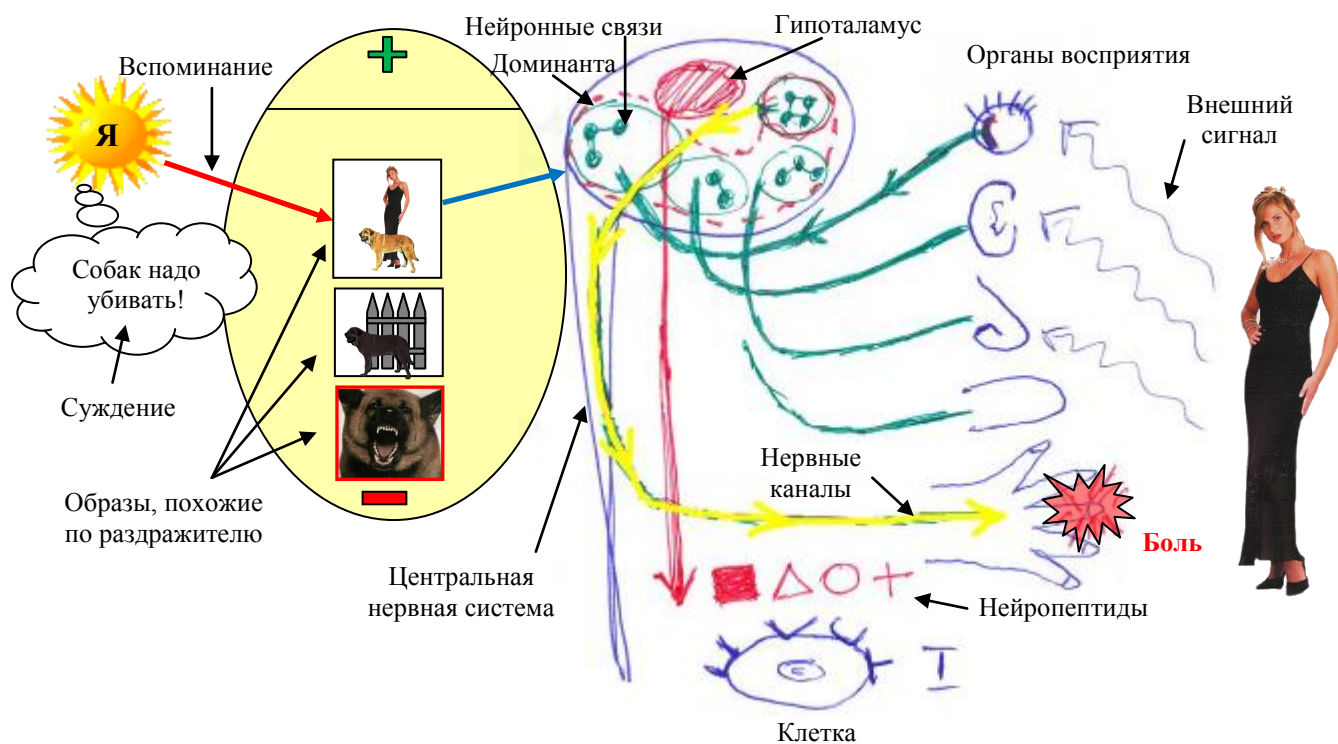
Если человек часто будет находиться возле источника боли (собака), или возле чего-то, напоминающего этот источник (фотографии собак, лай собак, рассказы о собаках), то клетки адаптируются к определенному типу нейропептида (стадия II), что приведет в дальнейшем к зависимости клеток от данного нейропептида. Проще говоря, человек станет наркоманом от нейропеп-

тида, вызывающего страх, и теперь будет в своей жизни искать и создавать ситуации, где бы он мог получить порцию страха.

Пример. Женщина годами живет с мужем, который ее избивает. У нее произошла адаптация к нейропептидам, вызывающим ощущение горя. И если даже эта женщина разведется, то ее следующим избранником будет мужчина, который будет доводить ее до слез (но уже может быть не кулаками, а словами).

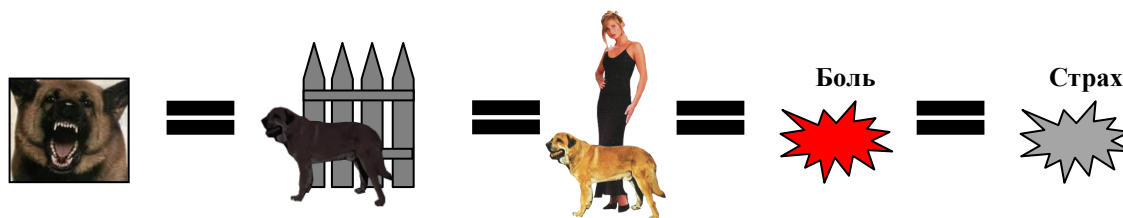
Пример. На работе начальник держит всех в страхе своими непредсказуемыми выходками. У персонала происходит адаптация к данному виду нейропептида, и со временем персонал мало того, что считает поведение начальника нормой, но всячески стимулирует его на то, чтобы он проявлял на них агрессию.

Каждый раз, когда человек видит или слышит что-либо напоминающее собаку (в нашем примере на рисунке внизу это женщина в черном платье), у него включается существующая доминанта (нейронные связи), которая вызывает одни и те же реакции: страх, боль в руке, воспоминание о собаках, и мысль о том, что «Собак надо убивать». Почему женщина вызвала включение доминанты? Потому что она когда-то стояла возле собаки, а укусившая собака была черная. В данный момент женщина в черном платье, а это для психики сигнал о том, что может быть будет боль, поэтому лучше от этого убежать (избежать боль, это значит приблизиться к выживанию).



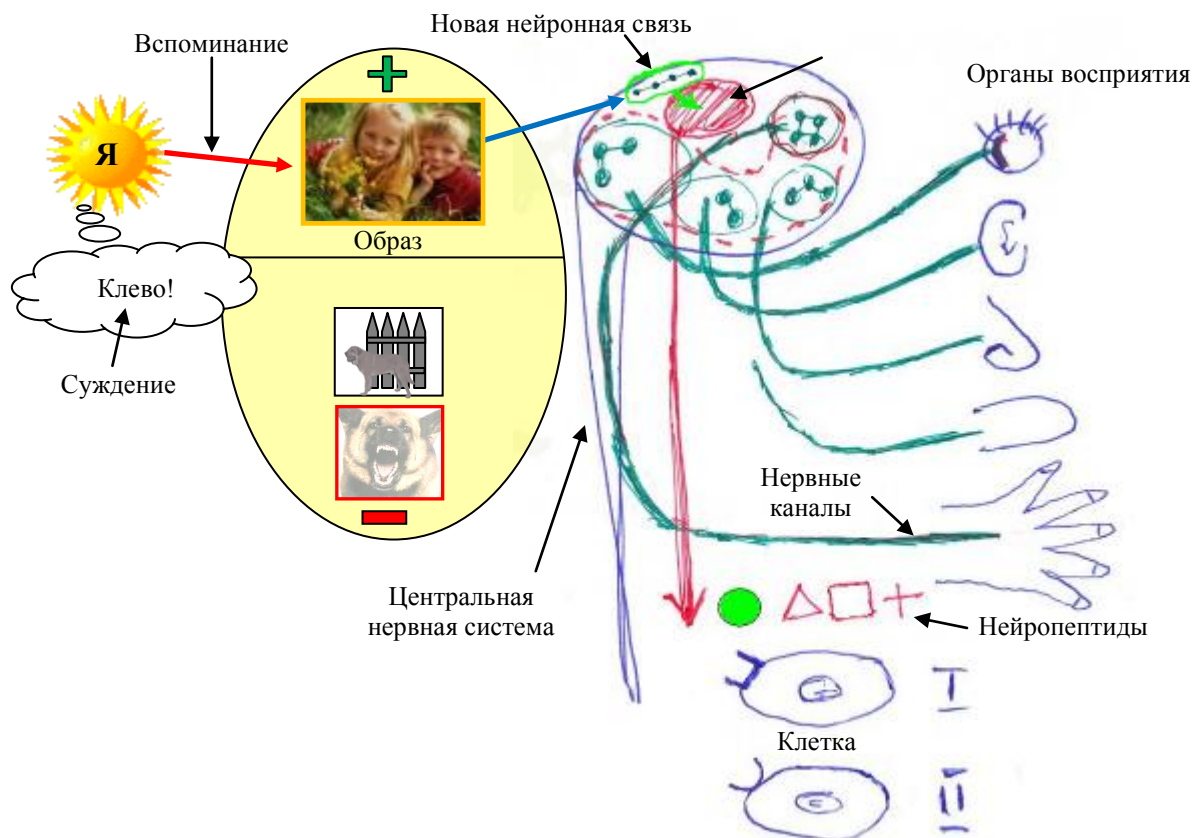
Каждый раз, когда человек будет вспоминать что-то из своего прошлого (собак, заборы, женщин в черных платьях), он этим самым будет вызывать включение доминанты, которая будет вызывать соматику в руке (боль, которую врачи не смогут ни диагностировать, ни вылечить), непонятно откуда появившуюся эмоцию страха, образы разных собак, а также мысль о том, что пора бы пойти и поубивать собак.

Такая цепочка включается из-за того, что психика сравнивает полученную информацию из внешней среды и с прошлым пережитым опытом, и приравнивает все события прошлого по одному признаку: собака = забору, забор = женщине, женщина = боли, боль = страху.



Как же не быть зависимым от полученного опыта (как управлять психикой, чтобы не быть от нее полным следствием)? Для этого необходимо изменить образовавшуюся доминанту (нейронные связи). Есть несколько способ сделать это.

Первый способ заключается в том, чтобы вызывать включение других нейронных связей, и тем самым отключить нежелательную доминанту. Для этого, каждый раз перед засыпанием Вы вспоминаете из своего прошлого (отдела «+») что-то положительное. Этот положительный образ включает другие нейронные связи, которые в свою очередь заставляют гипоталамус вырабатывать соответствующие нейропептиды, которые приводят к изменению всего организма.



Необходимо вспоминать положительный прошлый опыт, а не придумывать что-то, где Вы можете получить положительные переживания. Вы же не знаете, что записано психикой в отдел «-». Может быть то, что Вы начнете придумывать, находится в отделе «-», и тогда психика включает еще часть нейронов с записью боли, и Вы, вместо положительной реакции, получили еще больше боли и отрицательных эмоций.

Пример. Женщина решила заняться аутогенной тренировкой. Она начала представлять, что находится в райском месте, где цветы благоухают, бабочки и птички садятся ей на плечи, и даже грозные львы и волки едят из ее рук. Как только она представит волка (по сути собаку), психика тут же включит всю цепочку нейронных записей, и женщина ощутит страх и боль в руке.

Пример. Человек расстроился на работе из-за клиента. Его сослуживец говорит ему: «Успокойся! Ну бывают разные люди. Ты представь, что сидишь на берегу черного моря, и опустив ноги в воду, наслаждаешься прохладным ветерком». Но от этих слов почему-то стало как-то страшно, и начала ныть рука. Почему? Потому что слово «черное» включило в психике нейроны, связанные с черной собакой.

Поэтому какие-либо эксперименты со своей психикой, тем более без понимания как она работает, проводить достаточно опасно.

Вопрос от Натальи Б.: «У Вас очень интересная точка зрения. Могли бы Вы подробнее рассказать о теле. Как вы его воспринимаете?»

Ответ Александра Балыкина: *«У меня есть такая мысль, что тело – это своего рода скафандр для «Я». Похоже, что человеческое тело было создано только лишь для того, чтобы мы могли в нем действовать в физической вселенной. Конечно же, этот скафандр очень сложный биологический объект, но я ни разу не видел, чтобы человеческое тело было без «Я». Обычно, когда в теле нет «Я», тело лежит без сознания. Когда же из тела «уходит» психика («Bios»), тело умирает.*

Я буду рад, если у кого-либо из читающих, есть свой опыт в познании тела, и он поделится со мной этим опытом.

Предлагаю рассмотреть второй способ, позволяющий управлять психикой. Напомню, что для этого необходимо изменить образовавшуюся доминанту (нейронные связи). Возникает вопрос, а как можно это сделать? Ведь для этого надо в отделе «-» найти образы, который психика считает не выживательными, и сделать так, чтобы эти образы оказались в отделе «+».

Для нахождения образов в отделе «-» можно использовать прибор «ИПЭР-1К» регистрирующий кожно-гальваническую реакцию (КГР). Давайте немного познакомимся с этим понятием (КГР) поближе.

Еще на рубеже XIX-XX веков было доказано, что электрокожное сопротивление очень чутко реагирует на физические и психологические изменения. Впервые в 1888 г. открыл это явление русский физиолог И.Р.Тарханов, ученик И.М.Сеченова. Подобные эксперименты проводились в то время и за рубежом физиологами У.Фере, О.Верагутом, психологами В.Вундтом, У.Джемсом, К.Г.Юнгом и др. В нашей стране исследования в этой области вели А.Р.Лурия – один из основателей российской психологии и психофизиологии XX в., В.Н.Мясищев, С.Л.Рубинштейн, О.К.Тихомиров, Н.П.Бехтерева и другие.

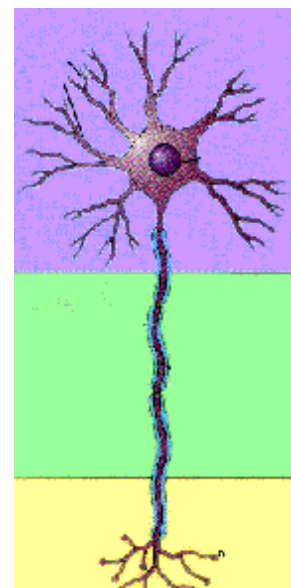


И.Р. Тарханов
(1846-1908)

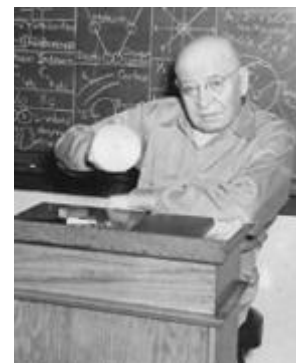
Справка о теории И.Р.Тарханова. Любое раздражение, нанесенное человеку, через 1-10 сек. латентного периода вызывает сначала легкое и медленное, а затем все ускорявшееся отклонение зеркала гальванометра, часто выходящее за пределы шкалы. Это отклонение иногда продолжается еще несколько минут по прекращении действия раздражителя. Постепенно зеркало гальванометра возвращается в исходное положение.

Тогда же было замечено, что электрические явления в коже человека резко усиливаются при мнимом воображении ощущения, при абстрактной умственной деятельности, при возбуждении нервной системы, при утомлении, и других умственных операциях (деятельности нейронов).

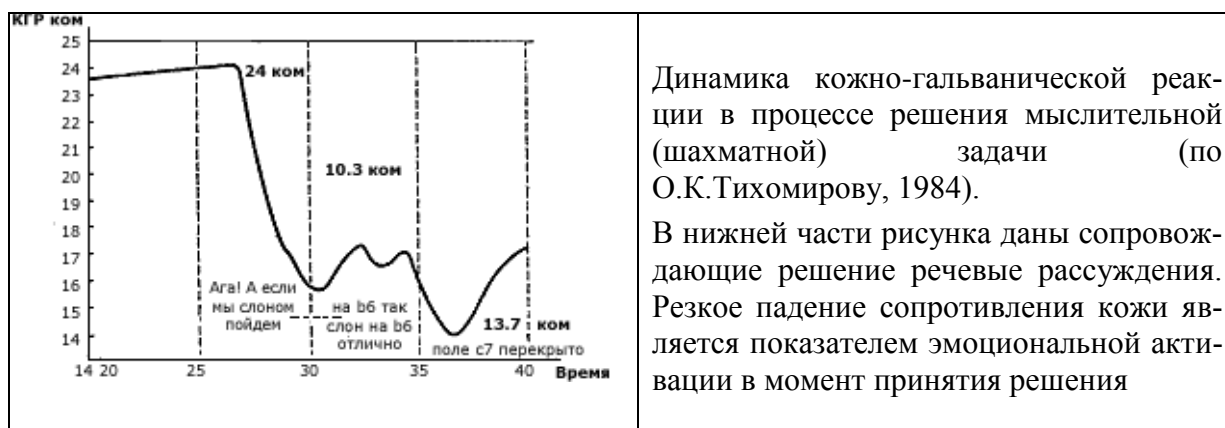
Справка о нейроне. Нейрон — нервная клетка, через которую передается информация в организме, представляет собой морфофункциональную единицу ЦНС человека и животных. При достижении порогового уровня возбуждения, поступающего в нейрон из разных источников, он генерирует разряд, называемый потенциалом действия. Как правило, нейрон должен получить много приходящих импульсов прежде, чем в нем возникнет ответный разряд. Все контакты нейрона (синапсы) делятся на два класса: возбуждающие и тормозные. Активность первых увеличивает возможность разряда нейрона, активность вторых — снижает. По образному сравнению, ответ нейрона на активность всех его синапсов представляет собой результат своеобразного «химического голосования». Частота ответов нейрона зависит от того, как часто и с какой интенсивностью возбуждаются его синаптические контакты, но здесь есть свои ограничения. Генерация импульсов делает нейрон недееспособным примерно на 0,001 с. Этот период называется рефрактерным, он нужен для восстановления ресурсов клетки. Период рефрактерности ограничивает частоту разрядов нейронов. Частота разрядов нейронов колеблется в широких пределах, по некоторым данным от 300 до 800 импульсов в секунду



Справка об исследованиях с использованием КГР. Малоизвестный в России польский математик, основатель общей семантики, граф Альфред Коржибски (Alfred Korzibsky описал основную теорию психогальванометра (прибора для измерения психической энергии), а также феномен «А=А» (когда одно данное равно другому, хотя таковым это не является), и много чего другого в своей работе «General Semantics (it's not what you think)» (1920-е – 1930-е годы). Исследования Коржибского оказали влияние на развитие гештальт-терапии, рационально-эмоциональной поведенческой терапии (REBT) и нейролингвистического программирования (НЛП). Согласно третьему изданию «Science and Sanity», американская армия во время Второй мировой войны использовала систему Коржибского для лечения военных неврозов в Европе под руководством д-ра Дугласа Келли. Идеи Коржибского оказали влияние на Грегори Бейтсона, Уильяма Барроуза, Фрэнка Герберта, Бакминстера Фуллера, Дугласа Энгельбарта, Элвина Тоффлера, Роберта Хайнлайна, Альфреда Ван Вогта, Роберта Антона Уилсона и других.



Физиолог Симон в книге «Мнемоника» (The Mneme) (1915 г.), определяет «инграмму» (Engram) как постоянный заряд, вызванный внутри организма неким стимулом, где след от переживания этого стимула «записан» в организме и образует часть его памяти. Когда стимул повторяется, энергия, которую он освобождает, протекает через эту «инграмму», захватывает какую-нибудь линию поведения, и это, следовательно, ведет к более или менее различной форме реакции. Знание этих результатов было широко распространено в 1920-х: они упоминаются в работе И.Б.Саксби (I.B.Saxby) «Психология Мышления».



Динамика кожно-гальванической реакции в процессе решения мыслительной (шахматной) задачи (по О.К.Тихомирову, 1984).
В нижней части рисунка даны сопровождающие решение речевые рассуждения. Резкое падение сопротивления кожи является показателем эмоциональной активности в момент принятия решения

Первым, кто создал аппарат фиксирующий изменение кожно-гальванической реакции на словесно-визуальные раздражители (запись велась на восковом валике), был А.Р. Лурия (1918 год) – один из основателей российской психологии и психофизиологии XX в.. Еще в 20-х годах А.Р. Лурия провел эксперименты с применением технических средств для оказания помощи прокуратуре в изобличении убийц. Результаты эксперимента поразили даже выдавших виды следователей: убийца был быстро опознан среди ряда подозреваемых и изобличен.



На основе изобретения А.Р.Лурии, в 1921 году в США студентом-медиком Калифорнийского университета и сотрудником Полицейского департамента американского города Беркли штата Калифорния, Джоном Огастусом Ларсоном был создан полиграф («детектор лжи»), в состав которого входил КГР.

Впервые метод регистрации неосознаваемых эмоциональных реакций с помощью измерения электрического сопротивления кожи в психотерапию ввел в 1906 г. швейцарский психолог К.Г.Юнг. Со второй половины XX в. этот метод все шире применяется в психотерапии.



Справка о К.Г.Юнге. Известно, что итальянский криминалист Чезаре Ломброзо в 1890-х годах применял первый прототип детектора лжи, основанный на мосте уитсона. Ему же принадлежит заслуга в разработке одной из первых методик проверки. Способ Ч. Ломброзо и его книга «Человек, совершивший преступление», в которой автор описал ряд успешно расследованных им, посредством инструментального способа, преступлений в немалой степени способствовали дальнейшему развитию метода лайдетекции (этим термином называют методику применения полиграфов для выявления степени искренности человека при ответах на вопросы).



Впервые метод регистрации неосознаваемых эмоциональных реакций с помощью измерения электрического сопротивления кожи в психотерапию ввел в 1906 г. швейцарский психолог К.Г.Юнг, которому принадлежит сам термин «кожно-гальваническая реакция» (в настоящее время вместо него все шире используется термин «электрическая активность кожи» - ЭАК). Как заявлял К.Юнг, нам не доступно прямое исследование бессознательной области психики, потому что «бессознательное есть бессознательное, и мы, следовательно, не имеем с ним никакой связи». Также К.Г.Юнг проводил своим пациентам оценку их бессознательной области психики при помощи специально разработанных оценочных списков, позволяющим найти в бессознательной области понятия и символы, вызывающие заболевания или неадекватные реакции пациента. В своей книге «Изучения и анализ слов» (1906 г.), К.Г. Юнг описывает методику подсоединения человека, держащего в руках электроды, к прибору, измеряющему изменения в сопротивлении кожи, в то время как ему читаются слова из подготовленного заранее списка. Если слово в этом списке было эмоционально заряжено, происходило изменение в сопротивлении тела, вызывая отклонение стрелки гальванометра. Таким образом, Юнг работал для локализации (определения) и разгрузки отрицательного неосознанного материала. Этот метод исследования, используемый Юнгом, по крайней мере, с начала 1900-ых, снова упоминался в работе М.Коллинз и Дж. Дривера «Экспериментальная Психология» (1926 г.).



Прибор К.Г.Юнга, по измерению КГР

Авторитетные психологи и психофизиологии утверждают, что электрокожное сопротивление наглядно отражает эмоциональные реакции и мысли, в том числе и неосознаваемые самим человеком (бессознательные реакции).

Итак, давайте вернемся к рассмотрению, как работает второй способ управления психикой.

Вам необходимо найти в отделе «-» оперативного банка памяти образ, содержащий события прошлого с болевым воздействием.

Пример. Ребенка, когда ему было 7 лет, укусила за руку собака. В настоящее время, будучи взрослым мужчиной, человек панически боится собак, а также у него возникают жуткие спонтанные боли в правой руке, за которую укусила собака. Для устранения страха перед собаками и болей в руке, необходимо, чтобы данный человек вспомнил событие далекого прошлого, и, переживая его вновь и вновь, тем самым изменил нейронные связи, образовавшиеся в тот момент. Как только нейронные связи будут изменены, на приборе «ИПЭР-1К» будет характерный рисунок, по которому можно точно отследить, что произошла разрядка, которая приведет к исчезновению страхов и спонтанных болей.



Пример. Женщина, заместитель генерального директора, жаловалась на проблему с деньгами: «Деньги как бы обходят меня стороной». При рассказе она держала электрод прибора «ИПЭР-1К». На слове «деньги» на мониторе появился характерный рисунок, являющийся признаком наличия боли или негативной

эмоции связанной с этим словом. Во время разговора выяснилось, что у клиентки, при необходимости брать деньги в руки, возникал необъяснимый страх.

Из-за этого необъяснимого доминирующего посттравматического фактора часто расстраивались сделки, и она теряла клиентов. Используя шаблон коррекции по определению базовых смысловых установок на проблемную зону, ориентируясь на показание прибора «ИПЭР-1К», клиентка осознала, что причина ее страхов связана с событиями в ее детстве. Она вспомнила, что в семь лет она взяла у мамы из кошелька деньги, чтобы купить себе куклу. Мать обнаружила пропажу денег и начала ее бить, при этом говоря: «Если ты еще раз возьмешь деньги, я тебя убью!» (негативная установка). Эта фраза, подкрепленная физической болью и отрицательными эмоциями, в дальнейшем заставляла клиентку чувствовать страх перед деньгами и как следствие – бессознательно избегать денег. После нейронной разрядки, женщина создала новую установку: «Деньги - это просто деньги». Таким образом, устранив из психики образ с негативными эмоциями, клиентка восстановила способность брать деньги.



«Индикатор психо-эмоциональных реакций» (ИПЭР-1К)

Пример. Мужчина (45 лет). Жалоба – проблемы во взаимоотношениях с женщинами: третий брак и снова скандалы в семье, снижение потенции, подавленное настроение, ухудшение работоспособности. При разговоре выяснилось, что у клиента на словах «женщины» прибор «ИПЭР-1К» зарегистрировал признак подавление эмоций, невысказанность. Используя шаблон коррекции и ориентируясь на реакцию прибора, клиент вспомнил случай, когда в детстве у него сильно болел живот, и он был свидетелем скандала родителей. Мать обвиняла отца: «Ты ни на что не способен, ты не мужчина!». Отец в ответ кричал: «Я жалею, что женился на тебе, я никогда не буду счастливым!». Неоднократно вспоминая этот случай и выдавая все подавленные в тот момент эмоции, мужчина начал находить в своей жизни много случаев общения с женщинами, где эти фразы определяли его неуспех, как мужчины и супруга. В результате отключения доминанты (нейронных связей), приводящей к сложным взаимоотношениям с женщинами, клиент уже через три месяца встретил женщину, на которой вскоре женился. Скандалов больше не было, восстановилась потенция, улучшилась работоспособность.



Некоторые люди, не осознающие разницу между психикой и собой, во время диагностики их оперативного банка памяти заявляют, что у них все нормально. При этом они абсолютно не понимают, что у них то может быть и все нормально, а вот психика относится к этому совсем по-другому.

Пример. Руководитель предприятия, у которого я проводил аттестацию персонала с использованием прибора, поставил задачу: «Найти в организации человека, который понижает работоспособность всей компании». При диагностике на приборе, практически у всех сотрудников обнаружилось, что их психика записала секретаря руководителя в отдел «-», хотя практически все говорили, что они очень хорошо относятся к секретарю, и что она очень милая женщина. Но достаточно было убрать эту милую женщину, отправив на десять дней в командировку, как у компании повысился доход на 15%



Патента на способ гармонизации психо-эмоционального состояния человека

Что же происходит в психике, в результате чего человек становится замкнутым, раздраженным, неспособным эффективно действовать, постоянно ощущающим недомогание. И что надо

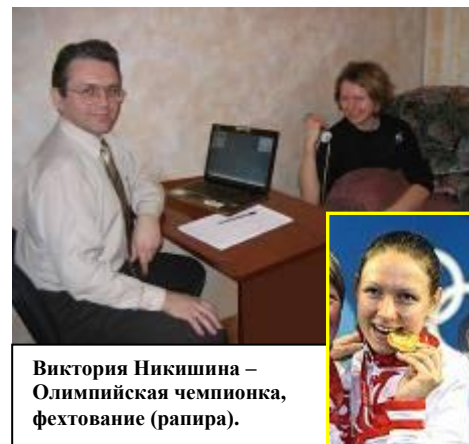
сделать, чтобы человек стал более свободным в достижениях своих целей, менее агрессивен, более разумен, общителен, удачлив, здоров, и т.п.?

Ответ кроется в понимании того, как работает психика.

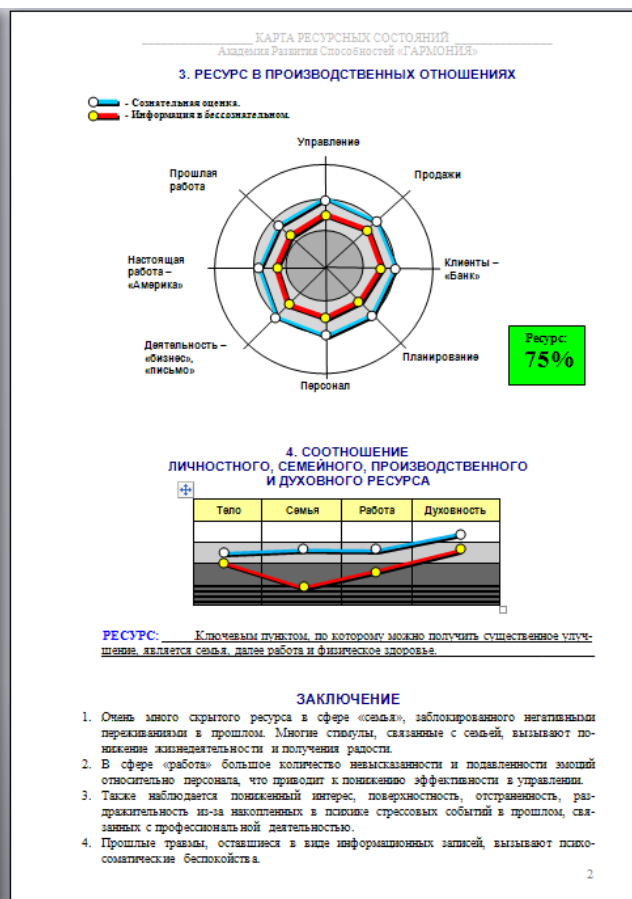
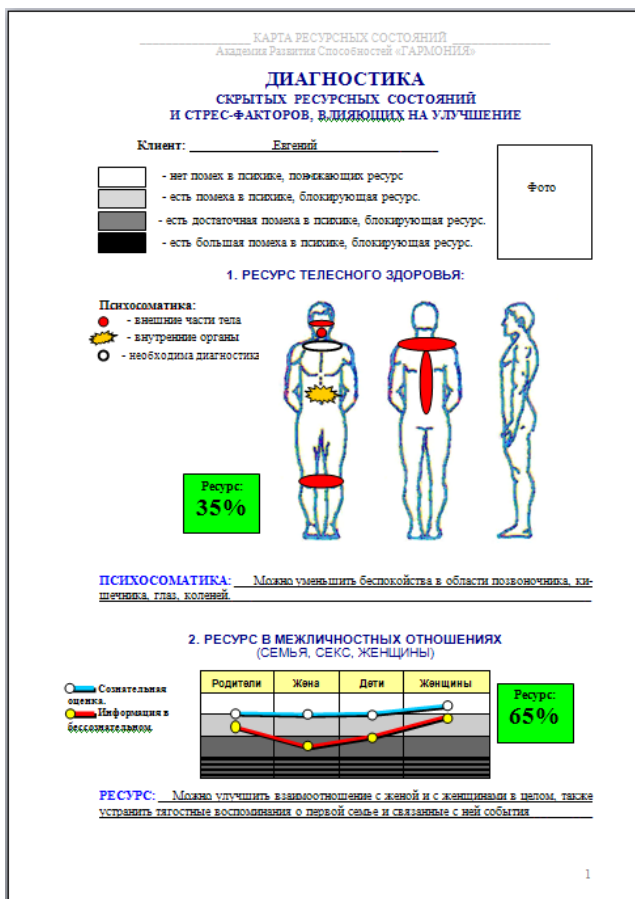
При внешнем раздражении, поступающем через нервные каналы, нейроны головного мозга за счет синапсов образуют нейронные связи (долговременная или кратковременная память зависит от этих связей). Любое изменение нейронных связей приводит к изменению структуры нейронной сети (мозга), а, следовательно, и ее функции. Когда раздражитель продолжительный, или/и подкреплен сильной отрицательной эмоцией или болью, запускаются химические процессы (через медиаторы), приводящие к структурной и функциональной перестройке синапса. Проще говоря, каждый сильный раздражитель, записанный в мозге в виде нейронной связи, в последующем будет приводить к ответной реакции нейронов на подобный раздражитель (смотрите описанный ранее пример с черной собакой).

Если человек решает какую-либо творческую задачу, и при этом представит черную собаку, или просто собаку, – у него появится похожее эмоциональное состояние, какое оно было в прошлом, и даже соматические проявления в руке, там, где его в прошлом укусила собака, что приведет либо к отказу от подобного творческого решения, либо к сложности в воплощении своего решения в жизни. Реакцию нейронных связей на раздражитель можно зафиксировать, используя специальные приборы БОС (КГР, ГРВ, ЭЭГ, и др.)

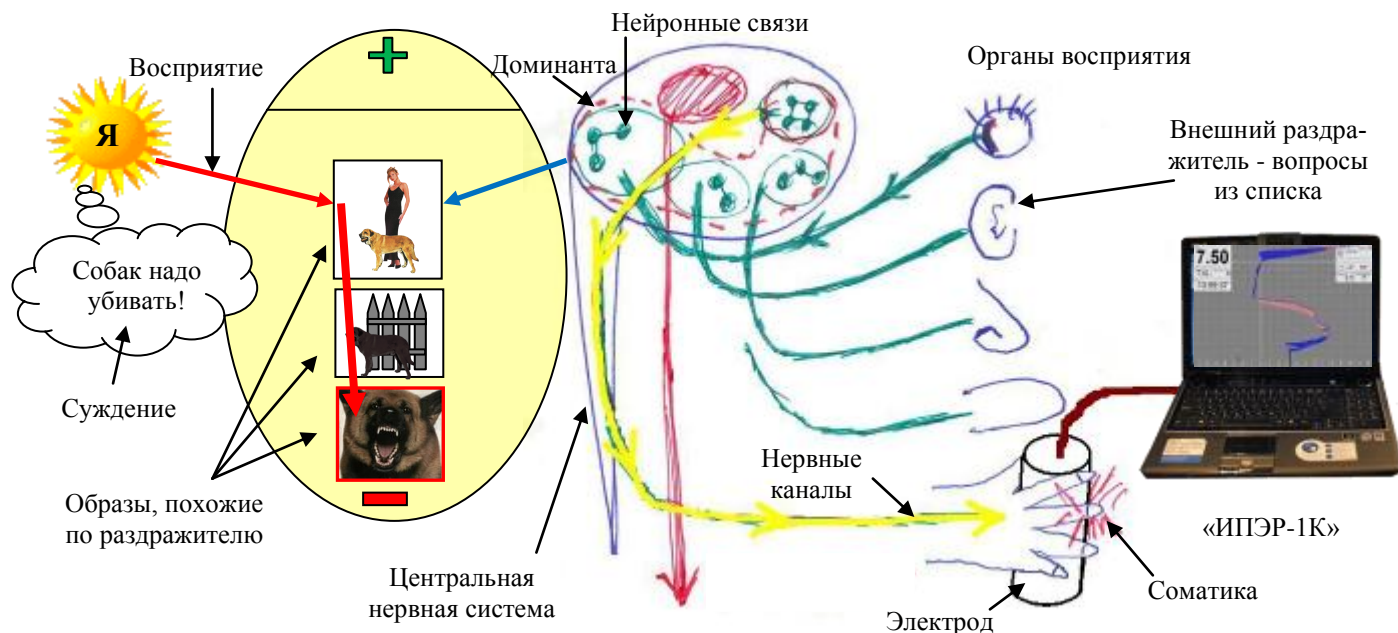
Следовательно, если человеку подавать разные типы раздражителей (видеоряды, звуки, движения, формы, запахи, и т.п.), можно зафиксировать реакцию нейронов и определить, данный тип раздражителя записан как негативный (отдел «-»), или как позитивный (отдел «+»), а также узнать, данный тип раздражителя подавляет активность человека, или усиливает ее. Таким образом составляется Карта негативных и позитивных раздражителей, помогающая находить, что именно подавляет человека, делая его больным и неуспешным, а что наоборот, способствует здоровью, радости и активности. Пример Карты ресурсного состояния:



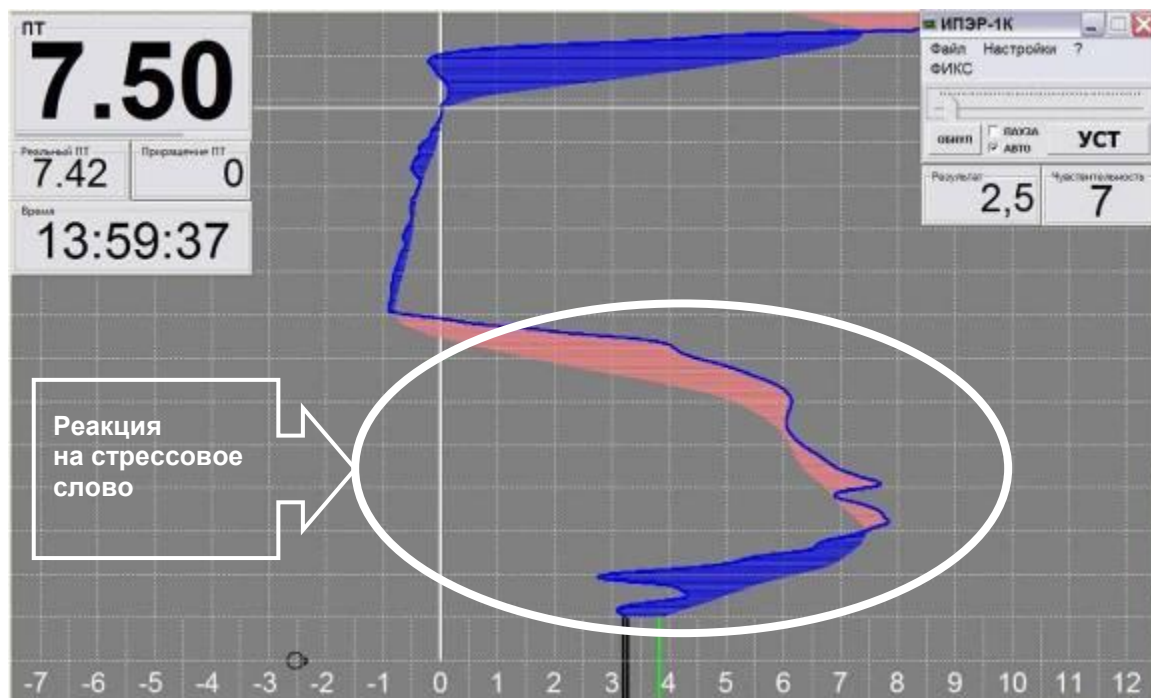
Виктория Никишина – Олимпийская чемпионка, фехтование (рапира).



Если необходимо изменить образовавшиеся нейронные связи, и тем самым устранить негативное влияние информации из отдела «-», требуется раздражать нейроны одним и тем же стимулом (словом, образом, прикосанием к телу, и т.п.), без подкрепления негативными эмоциями или болью, в течении 8-12 раз (по И.П.Павлову). При этом прибор позволяет контролировать происходящий процесс, наблюдая, что в конкретный момент времени происходит в психике человека, что дает возможность направлять внимание «Я» в первый случай, содержащий боль.



Для нахождения влияния отрицательного стимула (стрессового слова, образа, звука, цвета, запаха, движения, и т.п.) специалист наблюдает показания прибора. На рисунке показаны показания, возникающие на отрицательные стимулы.



Каждый раз, когда стимул содержащий боль подкрепляется словом, это слово в дальнейшем становится фактором, понижающим физическую силу и умственную активность.

Для нахождения отрицательных стимулов можно пользоваться мануальным физическим тестом из кинезиологии.

Кинезиология — наука, изучающая движение во всех его проявлениях. Техника оценки силы и тонуса скелетных мышц и техника поиска причины функциональной слабости мышц со-

ставляет основу прикладной кинезиологии. Создателем кинезиологии считается американский исследователь Джордж Гудхард.

Мануальное мышечное тестирование основано на принципе рефлекторной дуги, когда в ответ на внешние стимулы реакция нейронов по нервным каналам передается на мышцы и органы организма.

Процедура: испытуемый вытягивает руку в сторону (горизонтально земли). Далее Вы произносите какое-то слово, которое, по-вашему мнению, является стрессовым, и сразу после этого нажимаете на руку, пытаясь ее опустить к телу испытуемого. Далее Вы просите повторно вытянуть руку, и теперь уже произносите какое-то положительное слово, при этом повторяя попытку опустить руку испытуемого. Вместо слов можно использовать какие-либо фотографии, продукты питания, и пр. Сделав эти две пробы, сравните, на какую из проб Вы приложили больше усилия для опускания руки. Как правило, на стрессовое слово физическая сила испытуемого заметно ниже, чем при положительном слове. Этот же тест Вы можете делать с большим и указательным пальцем (кольцевой тест). Для этого соедините большой и указательный палец левой руки, образуя букву «О». Затем в образовавшееся отверстие вставьте указательный палец правой руки. Далее Вы делаете все также, как описано в тесте с вытянутой рукой, только в кольцевом тесте Вы пытаетесь разорвать полученное соединение из указательного и большого пальца левой руки, своим указательным пальцем правой руки.

По сравнению с мануальным мышечным тестированием, КГР дает более точную возможность видеть какая именно реакция на стрессовое слово присутствует у испытуемого: либо это связано с прошлой физической или эмоциональной травмой, либо это вытеснение и сознательное нежелание выполнять действие, либо это вторичная выгода (когда человеку выгодно иметь болезнь или какую-то неспособность), либо это подавленные эмоции, либо это какое-то утаивание; либо это следствие психосоматического заболевания, и т.п.

Выявив для конкретного человека (будь это ребенок, супруг, руководитель организации, или персонал) отрицательные и положительные стимулы, можно подавая положительные стимулы до 35% повышать двигательную и умственную деятельность. Если же окружать человека негативными стимулами, то можно до 35% понижать двигательную и умственную деятельность. Следовательно, очень важно уметь определять положительные и отрицательные стимулы, чтобы случайно не понизить ресурс человека, после чего усердно искать причины не достижения этим человеком поставленных перед ним задач.

Вопрос от Виктора И.: *«Получается, что если я, как руководитель, буду знать информацию в психике своих подчиненных, то смогу не только ими лучше управлять, но и создавать такие условия, которые помогут получать большие прибыли с минимальными вложениями?»*

Ответ Александра Балыкина: *«Да, Вы правильно поняли. Приведу несколько примеров.*

- 1. Собственник отеля (пять звезд) пригласил продиагностировать коллектив с целью нахождения причины малой наполняемости номерного фонда (35%). Все бизнес-процессы вроде бы выстроены, персонал профессионален, но почему-то наполняемость отеля низкая. Проведя диагностику 30 ведущих специалистов отеля, выяснилось, что у 85% сотрудников имеется негативная установка против богатых людей. Также были выявлены два сотрудника, которые постоянно активировали эту установку у всего ведущего персонала отеля. Выявленным двум сотрудникам была проведена индивидуальная коррекция, а остальным сотрудникам был проведен семинар по психологической гигиене. Результат – после истечения трех месяцев, наполняемость отеля увеличилась до 75%.*
- 2. Директор спа-салона пригласила поучаствовать в аттестации персонала. После аттестации нами было дано заключение, из которого следовало, что в коллективе 95% сотрудников бессознательно отторгают мужчин. Также были указаны двое сотрудниц, которые наиболее негативно относятся к мужчинам. Директор проигнорировала*

наши наблюдения, а через месяц у нее ушел один из ведущих специалистов (мужчина), и увел с собой 300 клиентов. В результате компания начала терять по 1 000 000 рублей ежемесячно.

3. Знакомый предприниматель решил начать новый бизнес, но никак не мог выбрать из двух возможных направлений. При диагностике одно из направлений давало показание, которое интерпретировалось как навязанная цель. При поиске истоков навязывания нашли случай в детстве, когда его дед занимался лошадьми, но конюшня сгорела, а дед долго сожалел о том, что потерял такое хорошее дело. С горя дед начал пить, а через некоторое время умер, замерзнув на улице... Получается, что внук (мой знакомый) на бессознательном уровне стремился быть как дед, и пытался начать достигать цель своего деда. А если бы он полностью начал копировать путь деда, не осознавая того сам, то тоже закончил бы алкоголизмом и смертью на улице.

Вот такие шуточки нашей психики...

Тот, кто обладает информацией – контролирует процесс».

Чтобы управлять психикой, необходимо освоить психологическую гигиену. Мы каждый день чистим зубы и моем руки, так почему же мы не чистим свою психику, которая контролирует происходящие в теле процессы как минимум на 97%?

Чтобы понять влияние психики на «Я», и важности управления психикой, представьте, что «Я» – это наездник, а психика – лошадь, способная перемещаться там, где наездник пройти не может. Получается, что без лошади – «Я», как без ног и без рук. А если эта лошадь перестанет подчиняться наезднику и начнет идти туда, куда она хочет, и когда хочет, то наездник превратится в атрибут лошади, типа украшения на хвосте у осла. В таком случае «Я» станет думать только о еде, о сексе, о сне на мягкой постели, и постоянно озабочиваться своим внешним видом. И когда тело лошади сдохнет, то «Я» будет гнить вместе с бездыханным телом, потому что «Я» считало себя телом... Фу, неприятная картина.

Вопрос от Игоря С.: «А если убрать всю информацию из отдела «-» оперативного банка памяти, то что тогда будет с человеком?»

Ответ Александра Балыкина: «Тогда он перестанет быть «человеком», и станет – осознающим «Я». Рассказывать о том, что в этом состоянии он будет делать и какие способности иметь, не имеет смысла, так как об этом уже много написано в разной литературе. Важно то, что когда Вы этого состояния достигните, то поймете, что всегда в нем были, и что все другие в нем находятся. Просто каждый достигает в этой жизни свою цель, и очень часто надо сделать себя ну очень тупым, чтобы ее достичь.

Итак, для управления психикой необходимо:

1. Понимать, что такое психика.
2. Осознавать принципы работы психики.
3. Обладать методами очистки психики от накопившихся негативных образов.
4. Иметь способности работать с психикой (различать себя и психику, различать образы от реальных физических объектов, удерживать внимание в отделе «-» оперативного банка памяти, находить созданное суждение).
5. Хотеть улучшать свою жизнь и достигать своих целей.

РЕЗЮМЕ

1. «Bios» (психика), – это энергоинформационный механизм, предназначением которого является создание и поддержание наиболее выживательных форм жизни.
2. Психика («Bios») мыслит категорией выживаемости. Признаками не выживаемости являются: отсутствие солнечного света; загрязненный воздух и вода; содержание химических элементов в пище, равно как и недостаток необходимых для организма веществ, и

- употребление разрушающих организм веществ (алкоголь, никотин, наркотики, лекарства, и т.п.); некомфортные температурные условия (жара или холод); отсутствие физического движения; ограниченный или неполноценный сон; опасное окружение (агрессивно настроенные люди, обвинение, страх); физические травмы и боль. Любое событие, содержащее что-то из перечисленного, «Bios» записывает в отдел «-», и в дальнейшем избегает этого, считая его не выживательным.
3. Для психики не существуют таких понятий как мораль, этикет, законы правосудия, и т.п. Для нее есть только один закон – это закон выживания.
 4. Понятие «человек» является совокупностью таких частей, как «Я», «психика» и «тело» (являющееся творением психики («Bios»)).
 5. Если психика запишет событие в отдел «-», то что бы Вы не делали, она всегда будет стремиться от этого уйти всеми доступными ей способами: выработкой определенных гормонов, понижением энергообеспечения тела, включением заболевания, отключением жизненно важных функций, и т.п. Бороться с психикой – это бесполезное занятие, так как она всегда победит, потому что она создатель тела и имеет над ним полный контроль. Борьба же с ней приведет к тому, что она запишет и Вас в отдел «-», а это значит, что теперь Вы в ее «черном списке», и чтобы Вам направлять тело в нужную для Вас точку пространства, Вам придется постоянно прилагать невероятное усилие, чтобы подавить противонамерение вашей соседки – психике («Bios»).
 6. Если Вы хотите, чтобы Ваша психика была более смелой, уберите из отдела «-» оперативного банка памяти образы прошлого, в которых смелость приводила к получению боли. Если же хотите, чтобы у психики сформировалась любовь к определенным действиям, наполняйте отдел «+» образами, в которых это действие выживательно.
 7. Если человек часто будет находиться возле источника невыживательности, или возле чего-то, напоминающего этот источник, то клетки организма адаптируются к определенному типу нейропептида, что приведет в дальнейшем к зависимости клеток от данного нейропептида. Проще говоря, человек станет наркоманом от нейропептида, вызывающего страх, агрессию, горе, апатию, и теперь этот человек будет в своей жизни искать и создавать ситуации, где он мог бы получать эти состояния.
 8. Вы мыслите логикой и целями, а психика мыслит выживанием и прошлым опытом.
 9. При внешнем раздражении, поступающем через органы восприятия, а затем нервные каналы, нейроны головного мозга за счет синапсов образуют нейронные связи. Любое изменение нейронных связей приводит к изменению структуры нейронной сети (мозга), а, следовательно, и ее функции (наша личность – это индивидуальный набор нейронных связей). Когда раздражитель продолжительный, или/и подкреплен сильной отрицательной эмоцией или болью, запускаются химические процессы (через медиаторы), приводящие к структурной и функциональной перестройке синапса. Проще говоря, каждый сильный раздражитель, записанный в мозге в виде нейронной связи, в последующем будет приводить к ответной реакции нейронов на подобный раздражитель. Реакцию нейронных связей на раздражитель можно зафиксировать, используя специальные приборы БОС (КГР, ГРВ, ЭЭГ, и др.).
 10. Если необходимо изменить образовавшиеся нейронные связи, и тем самым устранить негативное влияние информации из отдела «-», требуется раздражать нейроны одним и тем же стимулом (словом, образом, прикосновением к телу, и т.п.), без подкрепления негативными эмоциями или болью, в течении 8-12 раз, что приведет к разрядке нейронных связей, и как следствие, исчезновение нежелательных состояний, беспокойств и психосоматических заболеваний.
 11. Через одни и те же глаза Вашего тела, на мир смотрят двое – Вы, и психика («Bios»). Научитесь жить с ней в мире и согласии.

УПРАЖНЕНИЯ

1. Посмотрите на какой-либо предмет. Затем закройте глаза и представьте этот предмет. Делайте до тех пор, пока не осознаете разницу между образом и предметом.
2. Посмотрите на какой-либо предмет. Затем закройте глаза и представьте этот предмет. Затем задайте себе вопрос, видели ли Вы этот предмет раньше, и вспомните, где Вы его видели. Задавайте себе этот вопрос до тех пор, пока не вспомните самый ранний случай, когда Вы увидели этот предмет (или подобный ему). Делайте это упражнение до тех пор, пока с легкостью не научитесь вспоминать любой предмет из прошлого, когда Вы его увидели в первый раз.
3. Каждый раз перед засыпанием Вы вспоминаете из своего прошлого (отдела «+») что-то положительное. Этот положительный образ включает другие нейронные связи, которые в свою очередь заставляют гипоталамус вырабатывать соответствующие нейропептиды, которые приводят к изменению всего организма. Необходимо вспоминать положительный прошлый опыт, а не придумывать что-то, где Вы можете получить положительные переживания.
4. Проведите с кем-либо из своих знакомых мануальное мышечное тестирование. Опишите полученные результаты.

Дистанционное обучение

Открылся дистанционный курс по теме «Диагностика и раскрытие скрытого личностного потенциала с использованием КГР» - http://www.osoznanie.biz/d_learning/



ПРОГРАММА КУРСА:

1. Изучение теории устройства сознательной и бессознательной области психики.
2. Принципы записи негативной информации в бессознательную часть психики.
3. Основные правила трансформации негативной информации в позитивную.
4. Упражнения по управлению вниманием при работе с прибором «ИПЭР-1К».
5. Конструктивные особенности прибора.
6. Подсоединения оборудования, запуск программы, основные кнопки управления программой, основные функции.
7. Изучение показаний «ИПЭР-1К» (теоретические основы, регистрация показаний, интерпретация, письменное оформление).
8. Шаблон обработки показаний «ИПЭР-1К».
9. Практические упражнения по управлению прибором.
10. Теория ведения индивидуальной коррекции.
11. Проведение сессий другому человеку под присмотром специалиста.

Возможности после обучения - <http://www.osoznanie.biz/services/vamki.htm>

СОЗНАНИЕ, ПОДСОЗНАНИЕ И ОСОЗНАНИЕ

Часть 6

В данной главе рассказано о том, что такое сознание и осознание, об их взаимосвязи, о том, откуда появляется подсознание, которое на 95-99% управляет нашим поведением, и как из подсознания делать помощника в достижении своих целей.

Уважаемые друзья.

Главы 1-6 Вы можете скачать по этой ссылке - <http://www.osoznanie.biz/creation/> (внизу страницы под название «ОСНОВЫ УПРАВЛЕНИЯ»)

Планируемый срок публикации всей книги приблизительно через полгода, и тогда Вы сможете приобрести ее в магазинах, или заказав по почте.

На сегодняшний момент времени я ищу человека (спонсора или инвестора), который мог бы оказать поддержку в публикации в издательстве данной книги. Если у кого-либо из Вас возникнет такое желание, или Вы можете порекомендовать кого-то из Ваших знакомых, я буду рад принять эту помощь.



С уважением,
Александр Балыкин.

Контакты:

тел: 8-916-801-1732

e-mail: b2000s@yandex.ru

www.osoznanie.biz