

КАК СТАТЬ ШАМАНОМ ЗА ПЯТЬ МИНУТ

ФИЛИАЛ
ФОНДУ **БОГАЧЕВ**

ШАМАН

В БОЛЬШОМ
ГОРОДЕ



Филипп Богачев

Шаман в большом городе

«Богачев Филипп Олегович»

2006

Богачев Ф. О.

Шаман в большом городе / Ф. О. Богачев — «Богачев Филипп Олегович», 2006

ISBN 5-98435-569-8

«Однажды, несколько десятков месяцев назад от окончания работы над этой книгой, ко мне на прием пришла женщина. Выбрала она меня в качестве консультанта потому, что я ей был представлен как человек, занимающийся понятием сект и создающий секты. Я с удивлением в очередной раз узнал про себя много нового и стал слушать женщину. Она рассказала мне, что ее сын верит в то, что попал в тяжелую психическую зависимость от черного мага, к которому обратился в попытке приворожить (вернуть) любимую женщину. В итоге маг приворожил самого этого парня. Эта женщина мне сказала, что разрушить зависимость может только «светлый» маг более «высокого уровня». Лично мне в голову пришли смутные воспоминания из школьного курса физики, раздел «разность потенциалов»... Текст публикуется в авторской редакции.

ISBN 5-98435-569-8

© Богачев Ф. О., 2006

© Богачев Филипп Олегович, 2006

Содержание

Об авторе	5
Предисловие ко второму изданию	7
Вступление	8
Благодарности	10
Часть первая	11
Глава 1. Предпосылки к работе Шамана	12
Глава 2. Общая структура работы Шамана, или немного про базовые навыки	16
Важный, критически важный навык для работы	17
Глава 3. Понятие транса	19
История гипноза или краткая справка о том, что многим известно	19
Понятие транса	19
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Филипп Богачев

Шаман в большом городе

или

Книга о приготовлении быстрорастворимой магии

Развитая технология неотличима от магии.

Третий закон Артура Кларка

Блаженны нищие духом.

Библия

Метко брошенный дятел летит не менее 30 метров, втыкается по пояс и висит два часа.

Научные изыскания

Вернейший способ быть обманутым – считать себя умнее других.

Ларошфуко

На прихоти у нас всегда найдутся деньги, мы скупимся только на затраты полезные и необходимые.

Бальзак

Вера состоит в том, что мы верим тому, чего не видим; а наградой за веру является возможность увидеть то, во что мы верим.

Блаженный Августин

Кто чего хочет, тот в то и верит.

Демосфен

Если человек всего за три пенса берется продемонстрировать, как опустить раскаленную кочергу в бочонок с порохом так, чтобы порох не взорвался, он едва ли соберет много зрителей.

Джонатан Свифт

Эта книга посвящается всем, кто смог научиться на своих ошибках. Возможно, ты вступишь в их число. Надеюсь, что после этой книги войдешь точно.

Об авторе

Эриксоновским гипнозом Филипп занимается с прошлого века, активно интересуясь этой темой. За эти долгие годы им было проведено больше ста семинаров на тему гипноза, обучены тысячи студентов. Кроме этого, более десяти лет Филипп Богачев работает над исследованием психотехнологий новой волны, которые позволяют делать множество интересных и загадочных вещей, открывая скрытые возможности человека и позволяя достигать любых целей. При этом все открытия и модели рано или поздно публикуются в печати. На данный

момент Филипп Богачев – автор уже семи книг на совершенно разные темы, общий тираж которых превышает 300.000 экземпляров.

Филипп Богачев – признанный эксперт по поведению людей, исследующий взаимоотношения, поведение и коммуникации в обществе. Нельзя сказать, что Филипп является светилом мирового масштаба, – просто предоставим несколько фактов. Например, его постоянно зовут выступать на телевидение, и общее количество телевизионных эфиров давно превысило рамки простого человека. Про Филиппа снимали передачи «Намедни», «Большая стирка», «Профессия – репортер», «Чего хочет женщина», «Зеркало жизни», «Сексуальная революция», многочисленные новостные программы. Количество статей о деятельности Филиппа исчисляется десятками.

На протяжении уже более чем десяти лет Филипп является практикующим гипнотерапевтом, основным инструментом которого является эриксоновский гипноз, изучению которого были посвящены многие годы. Гипнозу он учился у признанных мастеров своего дела: Бетти Элис Эриксон (США), Жана Беккио (Франция), Фрэнка Фаррелли (США), Михаила Гинзбурга (ИГИСП) и многих других замечательных людей.

Филипп – один из лучших специалистов по нейролингвистическому программированию (НЛП) в России, мастер эриксоновского гипноза и волшебник провокативной терапии. Кроме этого, Филипп разработал уникальную модель эффективного достижения результата с помощью языка, которая так и называется: «Куннилингвистика или Фокусы языком». Основы этой модели в сочетании с трансовыми приемами и рождают то, что практически неотличимо от настоящей магии, которой все равно не существует.

Предисловие ко второму изданию

Первая версия книги была сдана мной в печать в начале 2005 года. За это время книга вышла тремя тиражами, почти в полсотни тысяч экземпляров. О чем это говорит? О том, что тема интересна и востребована, и книга сама по себе очень даже ничего.

Сейчас на дворе 2010 год, и я сдаю в издательство вторую версию. В чем разница? Я добавил несколько глав, особое внимание уделил пониманию того, что и почему работает, немного переработал структуру книги. Кроме этого, добавил немного больше информации о принципах действия шаманских ритуалов, исправил несколько неточностей и добавил ссылок на источники информации. Время идет, всегда есть что улучшить, даже в хорошей работе.

Кроме этого, с развитием социальных сетей и хорошим скачком качества интернет-каналов, я уже разместил множество примеров того, что тут показывается, в открытом (ну, почти) доступе для моих читателей. То есть практически к каждому примеру того, о чем идет речь в этой книге, я выложил видео-пособие, которое можно смотреть и учиться на примерах. Как получить доступ к этому видео – в конце книги, в разделе «Координаты и связь с автором».

Так что второе издание – это тот же «Шаман в большом городе», просто на другом уровне иллюстраций и пособий. Желаю приятного просмотра, то есть прочтения. И успехов в практике!

Вступление

Однажды, несколько десятков месяцев назад от окончания работы над этой книгой, ко мне на прием пришла женщина. Выбрала она меня в качестве консультанта потому, что я ей был представлен как человек, занимающийся понятием сект и создающий секты. Я с удивлением в очередной раз узнал про себя много нового и стал слушать женщину.

Она рассказала мне, что ее сын верит в то, что попал в тяжелую психическую зависимость от черного мага, к которому обратился в попытке приворожить (вернуть) любимую женщину. В итоге маг приворожил самого этого парня. Эта женщина мне сказала, что разрушить зависимость может только «светлый» маг более «высокого уровня». Лично мне в голову пришли смутные воспоминания из школьного курса физики, раздел «разность потенциалов».

Вам еще нужны подробности? О`кей. Меня попросили стать этим самым магом или сыграть его роль, то есть провести ритуал избавления. И ведь вы знаете – провел. Взял за основу старую и проверенную технику избавления от зависимостей¹, добавил щедро транса и разбавил внушениями. Сработало. Надеюсь, что, когда тот парень эту книгу прочитает, пройдет достаточно много времени для выработки критичной оценки моих и своих действий, и он сможет с улыбкой вспомнить наш «ритуал».

Если бы на этом все закончилось, то и писать было бы не о чем. Я подумал, что раз такой случай был один раз, то их может быть больше, и лучше всего – «быть в теме», то есть понимать, о чем говорить, когда и зачем. Пользоваться нужными словами и знать их смысл. Я стал исследовать разные шаманские ритуалы, даже ездил на съезды шаманов. Моя книжная полка пополнилась двумя метрами книг про Вуду, Викку, Таро, ...мантию, ...логию, ...софию. А про мою многострадальную голову, которая вынуждена была фильтровать тонны бреда, я даже упоминать не буду.

И тут наступила черед удивительных и совершенно неожиданных открытий. Я понял для себя одну вещь: ритуалы – это отличный инструмент. Даже не так. Моим главным открытием было то, что шаманский ритуал – это форма психотерапии и форма гипноза. Содержание терапевтического сеанса что у Шамана в Курул-Елбюте, что у гипнотерапевта в Санкт-Петербурге совершенно одинаковое – лечение. Вернее даже сказать, что людям внушают *возможность* этого самого излечения. Все болезни от головы, как это давно известно. Лечение у Шамана и гипнотерапевта просто отличается внешним видом, то есть формой.

Про эту самую форму и будет моя книга. В ней я собрал и обобщил множество «магических» техник. Моей задачей было написать книгу, по прочтении которой любой человек может стать Шаманом. Или сумеет обратить свои мысли в новую форму. Форму, которой верят, которую считают интересной, форму, которой тысячи лет. Я не призываю тебя бороться с предрассудками, я говорю тебе, что можно их использовать.

Еще один вопрос, который я хочу затронуть до начала книги, – очень простой. Мне часто говорили слова в стиле: «А что будет, если эту книгу прочитает человек, который решит стать очередным Шаманом и обманывать людей?». Мой ответ – да то же самое, что, если книгу про боевое самбо прочитает маленький мальчик, который решит наподдать всем вокруг людям. То есть ничего. Прочтение книги не делает тебя магом. Магом делает тебя практика. Тупой не

¹ Аткинсон, «Избавление от зависимостей».

способен сделать, а тот, кто делает, – уже достаточно умен. Умные люди так или иначе все равно найдут эту информацию.

Я не беспокоюсь о последствиях. Просто потому, что все будет хорошо. Я, великий Бодхисатва, так сказал, и так будет.

Благодарности

Прежде чем мы начнем, я хочу выразить множество благодарностей людям и нелюдям, которые помогли создать эту книгу.

Первая благодарность приходится на долю Меира Литмановича (*dwarkin*). Благодаря тебе почти полностью написана глава про каббалу. Наверное, ты тоже принадлежишь к всемирному сионистскому заговору, целью которого является поставить на колени весь мир. Хотя что с тебя взять – ты Шаббат соблюдаешь и живешь в Израиле.

Вторая благодарность – нашим «эзотерическим» издательствам. За то, что издаете макулатуру и поддерживаете в людях веру в сверхъестественное. Если бы вас не было, вас стоило бы создать для поддержки бизнеса мошенников.

Третья благодарность – моему издательству. За то, что согласилось издать ни фиги не популярную книгу с откровенно издевательским содержанием.

Четвертая благодарность – Сереже Горину. За гадания на астральном информационном канале и модели ритуалов.

Крайняя благодарность – алфавиту. За как всегда.

Часть первая Жутко теоретическая

*Тот истинно благороден, кто легко прощает заблуждения людей
и в то же время
так боится сделать что-нибудь дурное, как будто он никогда
никого не прощал.
Плиний Младший.*

В этой части книги я объясняю основные моменты шаманских ритуалов вообще и даю понять, почему оно работает.

Моя задача – рассказать базовые механизмы убеждения людей, рассказать основы понимания измененных состояний сознания, и вообще – дать тебе еще один инструмент работы с убеждениями других людей, если хочешь.

Глава 1. Предпосылки к работе Шамана

Подчас внушение и прививка идей играет гораздо более видную роль, чем логическое убеждение.

Всякий общавшийся с народом знает это хорошо по собственному опыту.

Владимир Михайлович Бехтерев.

Если можешь, будь умнее других, но не показывай этого.

Филип Дормер Стэнхоуп Честерфилд

Ты знаешь, дорогой читатель, для меня работа с этим материалом была не такой уж и простой. В свое время я долго думал и прикидывал варианты работы, что и как давать. Что включать в работу, что нет, и так далее. Можно сказать, что мое восприятие этой книги полностью перекликается с моим восприятием самих шаманских процессов как таковых.

Как это было вначале? Сначала я честно, как человек с техническим, а потом немного и с психологическим образованием, думал, что шаманство – это адская ересь, театр абсурда, лохотрон и разводняк, что это не может работать. В борьбе с этими ветряными мельницами было сломано много копий, а популярность Ванги или там Нострадамуса где была, так там и осталась.

В конце концов, у них репутация, проверенная временем, и кто я такой по сравнению с их проверенными веками (годами) словами, исполненными мудростью веков и нашептанными непосредственно духами предков в их тщательно оттопыренный третий глаз?

Так, хорошо, – подумал я. Если практически каждый из моих собеседников с пеной у рта доказывает мне, что троюродная бабушка его внучатого племянника по материнской линии свекра его жены полностью излечилась с помощью древнего заговора от дикого недуга ОРЗ всего за месяц, то давайте думать.

Что происходит? Я, честно и откровенно говоря, поступал строго в рамках психологической парадигмы. Или парадигм, если на то пошло. Что я имею в виду? Есть множество психологических школ, каждая из которых создала свою картину мира. Совершенно не важно, что происходит с клиентом – его начинают для начала диагностировать, чтобы понять, где его потом закапывать в случае неудачного лечения, и на что списать это прискорбный случай.

И происходящий у человека в чердаке кавардак могут подписать подо что угодно – лишь бы было потом понятно терапевту, что делать. Это могут назвать недостаточной ретрофлексией, или эскалацией конфликта внутреннего Ребенка с явной агрессией не менее внутреннего Родителя, или подавленными воспоминаниями из глубин бессознательного, или так далее, или туда подобное.

Я ничего против этих теорий не имею, за исключением одного заметного факта: в эту «ересь» зачастую не верит сам пациент. А если ваш человек в это не верит, то вы ему хоть импринтинг *per anus* железным ломом устраивайте, эта великолепная психотехнология работать не будет* (сноска: возможно, конечно, что дело в недостаточном нагреве рабочего инструмента).

Давайте на пару страниц прервемся и почитаем несколько поучительных историй.

Первую историю я услышал от великого эриксоновского терапевта Михаила Романовича Гинзбурга, у которого имел честь учиться. Возможно, что ему эту историю рассказал Жан Беккио, но утверждать не буду. Как бы то ни было, начнем.

... В XVII столетии во Франции жил знаменитый врач – Амбруаз Паре. Это был великий врач и великий диагност. Было известно, что если Амбруаз Паре поставил человеку диагноз, то он его вылечит. И вот в одной парижской больнице умирал молодой человек. Он умирал от неизвестной болезни, никто не мог поставить ему диагноз. Его лечащие врачи сказали ему: «У тебя есть один-единственный шанс. Очень маленький, но есть. Завтра у нас в больнице будет с обходом великий Амбруаз Паре. Если ты доживешь, если он тебя осмотрит и если он тебе поставит диагноз, – вот тогда ты «спасен»».

Молодой человек собирает волю в кулак, доживает до рассвета, до обхода – и вот торжественный момент: в палату входит великий Амбруаз Паре со свитой. Амбруаз Паре тщательно осматривает больного и произносит свой диагноз. Здесь надо сказать, что языком образованных людей – врачей в том числе – была латынь, а простой французский народ ее не понимал. Итак, Амбруаз Паре осматривает больного и произносит только одно слово: «muribondus» – «при смерти». Вся процессия выходит из палаты, и, начиная с этого момента, молодой человек резко идет на поправку и выздоравливает – потому что великий Амбруаз Паре поставил ему диагноз. * (сноска: Взято из книги М.Р. Гинзбург, Е.Л. Яковлева «Эриксоновский гипноз: систематический курс», страницы 12–13)

Сказка? Фантастика? Вот две очень похожие истории, которые рассказаны от первого лица двумя крайне заслуживающими доверия врачами.

... Знаменитый когда-то в Германии профессор А.Форель, автор книг «Половой вопрос», «Гипноз и внушение», рассказывал о поразившем его случае. Обследуя обратившуюся к нему больную, он убедился в безнадежности ее состояния и неизбежном летальном (смертельном) исходе болезни. Однако успокоил больную и долго убеждал ее (внушал ей), что она будет чувствовать себя все лучше, появится желание много гулять, пройдет слабость, усилится аппетит, улучшится и станет совсем хорошим настроение, после чего она полностью выздоровеет.

При этом он выписал ей какое-то индифферентное лекарство, кажется, жжёную магнезию. Больная, успокоившись, ушла, а Форель с печалью подумал о том, что она, ещё молодая женщина, вскоре уйдет из жизни, так как туберкулез легких в этой стадии болезни неизлечим. Каково же было его удивление, когда через год он встретил красивую, пышущую здоровьем женщину и узнал в ней свою больную. Она рассказала, что точно соблюдала его рекомендации, аккуратно принимала порошки, и все сбылось, как он предсказал – она выздоровела.

О другом подобном случае в своей лекции сообщил С.И. Спасокукоцкий. Вот его рассказ:

... Однажды, когда я, задумавшись, шел по Калужской улице, ко мне с другой ее стороны подбежал человек лет сорока. Он схватил и стал трясти мою руку, говоря, что я десять лет назад спас ему жизнь. Вспомнить этого больного я не мог, но слова его меня заинтересовали, и я попросил подробнее напомнить о себе. Оказалось, что лечение, назначенное после моей консультации, вскоре помогло, и он выздоровел.

Больной хорошо запомнил названный мною врачом диагноз его болезни, обозначавшийся одним словом – «морибундус». Бывший пациент не заметил моего смущения, а связано оно было с тем, что по латыни «морибундус» означает «долженствующий умереть». Таким образом, диагноз мой был убийственен для больного, но он понял иначе и, вопреки здравому смыслу, выздоровел... «Такова сила веры больного в слово, сказанное врачом», – заключил Сергей Иванович.

Казалось бы, что тут интересного? Вроде бы, всего три случая, и очень похожих... Если внимательно почитать литературу, то можно найти много похожего – уже набирается статистическая выборка. Что эти случаи объединяет? Только одно – вера во врача и его метод лечения. Точка.

Это так же точно, как исследования Дэна Ариэли из Университета Дюка в США и Зива Кармона из INSEAD, которые доказали: дорогостоящие поддельные медицинские препараты более эффективны, чем поддельные препараты меньшей стоимости. * (сноска: лауреаты Шнобелевской премии по медицине 2008 года)

Логично представить, что если вам будут верить, а вашему способу лечения верить безгранично, то дело в шляпе? Не совсем. Я думаю, что у вас авторитет слегка поменьше, чем у Спаре или Фореля. Да и на лавры Павлова в компании с Сеченовым каждый из нас не особенно готов потянуть. Значит, такого уровня доверия к нам может не быть, остается доверие к методу.

Я не говорю, что вам доверять не должны, это одно из ключевых аспектов успешной помощи или излечения. Я говорю, что эгрегор вашей харизмы недостаточно велик, и баланс кармы недостаточен. Плюс в том, что это все, скорее всего, «пока» – моя книга полностью построена над механизмом развития мифотворчества вашей скромной персоны. И, разумеется, над тем, чтобы использовать верования человека в то, что навязывают нам Средства Мозгового Истощения.

Почему я настроен на то, чтобы верования использовать? Просто потому, что на процесс создания новой реальности может уйти достаточно большое время. Что я имею в виду? Для начала, вам придется долго объяснять человеку, в чем его *неверность* мышления. А потом на месте разрушенного мира построить свой, чтобы ваш клиент мог с вами говорить на одном языке. Легко понять, что на этот процесс может уйти куча сил и времени, за время которого терапию можно провести еще с десятком человек. Успешную, замечу.

То есть я пропагандирую этой книгой не только издевательство и черный юмор (при всей моей любви к этим замечательным процессам), но и работу во внутреннем мире клиента, используя его собственный язык и его логику причинно-следственных связей. Да, навесить на нормально человека ярлык «болен» только потому, что он видит ангелов, гораздо проще, чем понимать причины этих позитивных галлюцинаций и принимать их как равноценный способ общения бессознательного. Шизофрения звучит проще, электрошоковая терапия – совсем просто. Как включенный тостер в ванной с водой.

Так что я выступаю в этой книге за одно – за понимание между людьми. Особенно когда за этот навык ваши клиенты готовы вас щедро благодарить в свободно-конвертируемой валюте. Шучу, вы будете делать это бесплатно, из любви к искусству и ради блага всего человечества. И

я даже не буду упоминать о том, что магические ритуалы просто в пять раз сокращают дорогу от знакомства до постели – это серьезная книга, елы-палы.

Глава 2. Общая структура работы Шамана, или немного про базовые навыки

*Помоги мне, Оби-Ван Кеноби, ты моя единственная надежда.
Звездные войны, эпизод 4.*

После прочтения предыдущей главы, дорогой читатель, ты уже начинаешь потихоньку понимать главный принцип работы Шамана – это исцеление словом. Для успешной работы не требуется ни фиксация пациента, лоботомия тоже не нужна. Медикаменты могут стоять на полке или покурить в углу вашего двора, затянувшись у православного газенвагена.

Шаман делает одно – он разрешает человеку воспользоваться своими скрытыми способностями к исцелению. Мешать в этом может только одно: человек сам не верит в то, что это возможно, и эта вера его убивает. Да, я не шучу, были случаи, когда совершенно здоровому человеку ставили диагноз неизлечимой болезни и определяли срок жизни – и человек именно в этот промежуток времени отправлялся гулять по Чистилищу, беседуя с гуриями о смысле парадокса всемогущества.

Давай посмотрим, что лежит в основе успешной терапии. Можно сказать, что за успешным исцелением обычно стоит четыре простых шага.

1. Клиент находится в состоянии беспомощности. То есть он осознал свою проблему, он по этому поводу сильно думает, он находится в эмоциональной нестабильности.
2. Клиент приходит к уважаемому и авторитетному врачу (Шаману).
3. Шаман (или врач) дают установку на излечение, это можно замаскировать под рутинное ежедневное действие. Например, втирание крови бородавочника в левую пятку каждую полночь. Или две таблетки вот этого сразу после еды.
4. Пациент выполняет ритуалы, и постепенно излечивается.

Все ли пункты обязательны и необходимы? Давай вместе подумаем.

Если человек не осознал всей сложности ситуации, он может на терапию не явиться. Заниматься самолечением, читать форумы. Мне это, конечно, напоминает сверление больного зуба электродрелью с перфоратором у зеркала, держа в поле зрения книжку «стоматология для чайников», но бывают разные личности. Как говорится в хорошей поговорке, русский приходит ко врачу за три дня до смерти, еврей – за три дня до болезни.

Точно так же, если состояние вашего пациента эмоционально стабильно, то это рождает одну небольшую проблему – у него высокий порог внушаемости. То есть он не поверит вашему методу лечения. С другой стороны, этот порог полностью обходится с помощью недирективного или эриксоновского гипноза, про который я пишу в книге немного ниже. В медицине традиционной говорят, что лоботомия работает независимо от того, веришь ты в нее или нет.

Нужен ли авторитет у лечащего врача? Конечно да. Если авторитета будет мало, то лечение не будет закончено, и результата это не принесет. В случае с Шаманом это означает, что его действия будут постоянно подвергаться критической оценке, что тоже ничем хорошим не оканчивается.

Нужна ли установка на излечение? Комментировать не буду.

Нужны ли ритуалы? Да, мало кто верит в моментальный эффект, поэтому нужно время.

Так что моя задача в написании книги в итоге сводится к тому, чтобы дать описание создания состояния внушаемости, создать тебе репутацию шамана и научить тебя делать ритуалы с внушениями. Этим мы и займемся.

Важный, критически важный навык для работы

Ты должен сделать добро из зла, потому что его больше не из чего сделать.

Роберт Пенн Уоррен

Кстати, в работе Шамана, особенно поначалу, есть одна подводная скала, которая может навсегда утопить «Титаник» твоего профессионализма. Это простая, физиологическая, невероятная потребность заржать, когда ты вещаешь полную ахинею. Заржать в голос, как конь, утирая слезы, согнувшись пополам в конвульсиях и с трудом набирая воздух в рот, чтобы на протяжном выдохе снова попытаться начать работу.

Да, в моей практике были именно подобные случаи. Один раз я в буквальном смысле стекал по стене, прикусывая руку, чтобы не «выбить» человека из состояния транса. Хорошо, что на той демонстрации были Петро и Гремлин (кто знает и помнит Интенсив 2004, тот поймет), и они помогли мне с честью завершить этот ритуал, дав отойти в сторонку. Я думаю, не всегда у тебя на подхвате будет такая команда, так что давай поговорим о том, как избежать этого парадоксального недоразумения.

Начнем немного издалека. Возможно, ты уже знаешь, что люди очень хорошо замечают фальшь и вообще неплохо видят, когда им лукавят. И если во время ваших разговоров, а что еще хуже, во время ритуалов, он заметит улыбку, то что тогда будет? В лучшем случае, он прекратит тебе доверять и верить, и, таким образом, ты сам своими действиями полностью похерить* всю свою предыдущую работу. (сноска: в русском языке буква «Х» называлась «Херь», и «похерить» – это перечеркнуть крест-накрест). В худшем случае, он совершенно обоснованно подумает, что над ним издеваются, и даст тебе пару порций обратной связи прямо твоему невербальнику.

Надеюсь, что тебе понятна вся сложность такой ситуации, при этом и серьезно говорить особенно не получается. И тут на сцену под барабанную дробь выходит один из главных навыков в нашей шаманской практике. Представляю твоему вниманию МОРДУ ЛОПАТОЙ. Можно также ввести синоним – «шаманская маска».

Представь себе, что на твоём лице надета деревянная маска шамана из Африки. Или его индейского коллеги. Что ты можешь прочитать в этой маске? Ничего и даже еще немного меньше. Наша задача – научиться делать такое лицо, то есть не выражающее никаких эмоций, в повседневной шаманской работе. Это лицо может говорить ртом, видеть глазами, но не может показывать эмоций. Для того, чтобы это состояние у тебя начало получаться на автомате, я рекомендую тебе несколько простых упражнений. Обычно их делают мои студенты на семинарах для разминки* (сноска: навык «морда лопатой» также пригождается во многих других контекстах, например, в продажах).

Первое упражнение крайне простое – научись говорить анекдоты без улыбок. Освой «английский юмор», то есть когда шутка понятна без кривляний, только из контекста.

Второе упражнение: научись проповедовать. С серьезным лицом доказывай людям верность и незыблемость Чайника Рассела, проповедуй заповеди Летающего Макаронного Монстра, отстаивай существование Невидимого Розового Единорога. Краткая информация по теософии этих религий есть на Википедии. Главная цель – убедить людей, которые до этого не веровали, отвергнуть ересь и принять истинную веру в свое сердце, в качестве доказательства преданности отдав тебе одну почку (зачем ему две, на самом деле?).

Третье упражнение: научись на публике делать вещи за гранью адекватности. Например, можно заваривать в вагоне метро чай по старинной китайской чайной церемонии гун-фу-ча. Или там же тщательно ковыряться в пупке на протяжении десяти минут, отыскивая с лупой новые формы жизни. В голове вертится идея закутаться в шкуры и на Арбате гадать на внутренностях животных для развития навыков, но предложить это тебе на полном серьезе пока не могу. Твоя задача – научиться все это делать с одним выражением лица, выражением полной сосредоточенности и осознания важности происходящего события.

Критерием того, что с мордой лопатой у тебя полный черенок... В смысле, навык полностью готов, будет простой тест. Я предлагаю тебе зайти без документов и пропусков в любое режимное учреждение. Прокуратура идеально подходит. Выйти, кстати, тоже надо, и это также часть задания.

Глава 3. Понятие транса

В этой главе я кратко рассказываю историю возникновения транса, отвечаю на самые часто встречающиеся вопросы и просто рассказываю необходимые основы. Если тебя интересует тема именно транса подробнее, то есть смысл сходить на специализированный тренинг, где тебе все расскажут и покажут опытные тренеры, или подробно почитать тематическую литературу.

У меня не было задачи писать еще один учебник по трансу и подробно разжевывать очевидные понятия, поэтому многие вещи я даю в достаточно сжатом, то есть кратком изложении.

История гипноза или краткая справка о том, что многим известно

*Давным-давно, в далекой-далекой галактике...
«Звездные войны»*

Давным-давно... Так, стоп, это уже было. Начнем с другого. В конце то ли семнадцатого, то ли восемнадцатого века появились первые гипнотизеры. Они, правда, называли свою школу «природным магнетизмом», но это не суть важно. Это было долго и продолжается сейчас, эволюционировав в эстрадный гипноз, который часто любят показывать по телевизору. Типичный представитель этой школы – Кашпировский. Или там Чумак.

Этот вид гипноза называют «директивным», и первую очередь потому, что он основан на прямых командах. Часто можно услышать такую речь: «Спать! Ваши глаза закрываются! Вы в трансе!». Всем бы этот метод хорош, кроме одного: не все люди подвержены директивному гипнозу, то есть около трети точно негипнабельны, треть сильно гипнабельна, а еще треть людей умеренно гипнабельна. Цифры усредненные. Кроме этого, от гипнотизера в таком случае требуется создание специфического антуража – например, на арене цирка.

В середине двадцатого века появилась школа гипноза Милтона Эриксона. Эриксон был уникальным человеком: полуслепой, полуглухой паралитик, который с помощью одного только голоса творил с людьми чудеса. Основа его метода – недирективность, то есть работа с человеком такими методами, которые не вызывают сопротивления при вхождении внутрь трансового состояния. Эриксон умер в 1980 году, но его дело живет и процветает, а ученики «Чародея из Феникса» создали каждый по своему направлению ЭГ (эриксоновского гипноза, или эриксоновской гипнотерапии). Чем хорош ЭГ, так это тем, что нет явного гипноза, нет явного гипнотизера. Есть человек, который разговаривает с другим человеком, и все. Этому учу и я.

В этой книге мы будем говорить о замаскированном влиянии, о непрямом гипнозе и незаметных воздействиях на бессознательное другого человека.

Понятие транса

*– Ты где?
– В трансе, блин.*

Из разговоров по мобильному телефону

Что такое транс? По определению Милтона Эриксона, **транс представляет собой сконцентрированное внимание, направленное внутрь человека**. То есть можно назвать трансом глубокую задумчивость, медитацию, молитву, состояние вроде «ушел в себя, вернусь не скоро». Если хочешь увидеть транс у человека, обрати внимание на среднее лицо человека в **транспорте**.

Транс часто демонизируют, то есть приписывают ему чудеса и всякие другие вещи, услышанные в желтой прессе, ровно между статьями о трехголовых верблюдах-убийцах и прогнозом погоды. Я точно могу сказать: в транс люди не всегда выглядят, как потерявшие сознание зомби. Люди в транс могут ходить, говорить, они часто вполне себе могут думать, просто в транс работает наше главное правило – измененное состояние сознания. Для примера транс я выложил у себя «в контакте» специальный пример с жизненными трансами.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.