

Дмитрий Брилов

---

# **АнтиТренинг «Правильный выбор: Начало»**

**Дмитрий Брилов**  
**АнтиТренинг «Правильный  
выбор: Начало»**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=31508407](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=31508407)  
ISBN 9785449065315*

**Аннотация**

«Правильный выбор: Начало» – убийца псевдонаучных тренингов по отношениям, трезвый взгляд без восточной эзотерики и метафизики, разрушение мифов и системный подход со ссылками на исследования учёных. ВНИМАНИЕ: это пробная версия книги.

# Содержание

Презентация	6
Глава 1 «Вводная»	8
1. НАША ИСТОРИЯ	10
2. ТРИЕДИНЫЙ МОЗГ	11
Конец ознакомительного фрагмента.	12

# АнтиТренинг «Правильный выбор: Начало»

**Дмитрий Брилов**

© Дмитрий Брилов, 2018

ISBN 978-5-4490-6531-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

1. Для прочтения книги Вам должно быть не менее 18 лет.

2. **«Правильный выбор»** – убийца псевдонаучных тренингов по отношениям, трезвый взгляд без восточной эзотерики и метафизики, разрушение мифов и системный подход со ссылками на исследования учёных.

3. Все авторские права принадлежат Минченко Илье Игоревичу, Дмитрий Брилов – псевдоним. Любое использование текста, изображений и иных объектов авторских прав возможно только с письменного разрешения автора.

**Контакты для связи:**

1. Официальная страница автора – [vk.com/d.brilov](https://vk.com/d.brilov)

2. Сайт автора – [www.brilov.ru](http://www.brilov.ru)

3. Электронная почта: [d.brilov@mail.ru](mailto:d.brilov@mail.ru)

# Презентация

Приветствую. Рад представить **АнтиТренинг «Правильный выбор»**:

## 1. ЧТО ЭТО?

Убийца псевдонаучных тренингов по отношениям, трезвый взгляд без восточной эзотерики и метафизики, разрушение мифов и системный подход со ссылками на исследования учёных. Минимум воды, максимум конкретики!

**АнтиТренинг** потому, что в отличие от «техник и навыков соблазнения» тренировать в искусственных условиях отношения между мужчиной и женщиной, подразумевающие искренность и взаимность, невозможно.

**Цель «Правильного выбора»** – не тренировать, а дать системные знания, рабочие алгоритмы и практические советы, которые читатель сможет применить в реальных отношениях.

Настоящая тренировка – это жизнь!

## 2. ДЛЯ КОГО?

Для всех, кто хочет быть счастливым в отношениях, без ис-

ключения!

### **3. ЧЕМ ПОЛЕЗЕН?**

В отличие от других авторов я не обещаю, что после прочтения книги ваша жизнь гарантировано изменится. Делать так – значит обманывать читателей, верить в такие обещания – обманываться. АнтиТренинг – инструмент, воспользуетесь вы им или нет – зависит только от вас.

**Если хотите разобраться в вопросе отношений, правильно выбрать спутника жизни и обрести счастье, «Правильный выбор» может в этом помочь. Всё в ваших руках!**

# Глава 1 «Вводная»

За шесть тысяч лет своего существования человеческая цивилизация смогла освоить всю планету и даже выйти за пределы земной атмосферы – в космос. Научные открытия позволили людям коренным образом изменить уклад жизни. Человек – единственное из всех животных, научившееся адаптировать окружающую среду под свои нужды и потребности, в то время как остальные адаптируются под неё. Неудивительно, что формируя представления о мире, люди рассматривали себя в качестве венца эволюции, и создали «миф о человеке».

Подавляющее большинство из нас живёт в этом мифе: мы наивно убеждены, что всё на планете создано под нас и для нас, мы кажемся себе разумными и рациональными, имеем мнение по любому вопросу, спешим его высказать и редко сомневаемся в своей правоте, ведь нам всегда всё ясно и понятно. Но это лишь иллюзия!

Мы ничуть не лучше жителей Средневековья, веривших, что Земля плоская и Солнце вращается вокруг неё. Наши головы набиты смесью невероятных глупостей, суеверий, ненаучных домыслов и устаревших «истин», полученных из массовой культуры без критической оценки на актуальность и достоверность.

В 50-70-ые годы XX века в нейробиологии произошли от-



крытия, полностью перевернувшие представления о мозге и мышлении, но многие просто не знают об этом и продолжают жить в «старом мире», с его неверными установками.

Наглядный пример – популярность фигуры Фрейда в интернете. Подавляющее большинство слышало о нём и даже может воспроизвести некоторые из его знаменитых цитат и утверждений (например, «оговорка по Фрейду»), а кто-то всерьёз пытается «изучать психологию», читая работы по психоанализу, большая часть положений которого давно признана ненаучной. Вины австрийского психолога в этом нет, он лишь выдвигал гипотезы и строил теории, которые просто не мог проверить при существовавшем в его годы уровне науки. Но вот мы, люди современности, бессмысленно повторяющие эти глупости, выглядим смешно и жалко.

Поэтому АнтиТренинг начинается не с отношений, а с базовых особенностей человеческого мозга и мышления. Чтобы научиться выстраивать отношения, мы должны понимать, как мыслим, воспринимаем и оцениваем других людей.

В данной главе я собрал и представил в доступной форме наиболее значительные открытия нейробиологии, без знания которых невозможно понимание фундаментальных аспектов отношения между мужчинами и женщинами. В последующих главах мы ещё не раз будем возвращаться к ним, иллюстрируя конкретными примерами.

# 1. НАША ИСТОРИЯ

**116 – 85 миллионов лет назад (примерно)** возник один из наиболее прогрессивных отрядов млекопитающих – ПРИМАТЫ.

**7 миллионов лет назад (примерно)** в отряде приматов появилось семейство – ГОМИНИДЫ.

**2,5 – 2,8 миллиона лет назад (примерно)** в семействе гоминид появился род – ЛЮДИ (лат. Номо).

**300 000 лет назад (примерно)** в роде Люди появился вид – Человек разумный (лат. Номо sapiens), мы с вами.

**6000 лет назад (примерно)** наши предки основали первые цивилизации-государства Древнего мира и начали создавать миф о человеке...

## 2. ТРИЕДИНЫЙ МОЗГ

В 1950-ых годах американский ученый Пол Д. Маклин<sup>1</sup> предложил концепцию триединого мозга: **древний мозг**

---

<sup>1</sup> Пол Д. Маклин (1 мая 1913 г. – 26 декабря 2007 г.) – американский врач и нейробиолог, создатель теории «триединого мозга».

# 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.