

**Как не
поддаться
гипнозу**



Гипноз

Илья Валерьевич Мельников

Как не поддаться гипнозу

Серия «Гипноз»

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6057384

Аннотация

Тысячи случаев «одурачивания» легковерных, и не очень легковерных людей, исследования цыганского гипноза, дали много неожиданных открытий и способствовали развитию психотерапии и гипноза. Ни одно исследование оккультных наук не дало таких практических результатов. Как противостоять гипнозу, как сделать так, чтобы вас не одурачили? Ответы на эти вопросы вы узнаете из книги «Как не поддаться гипнозу».

Илья Мельников

Как не поддаться гипнозу

Все права защищены. Никакая часть электронной версии этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.

Как говорится, никто не мешает вам попробовать. Но только не следует думать, что это легко.

Тысячи случаев «одурачивания» легковверных, и не очень легковверных людей, Исследования цыганского гипноза, дали много неожиданных открытий и способствовали развитию психотерапии и гипноза. Ни одно исследование оккультных наук не дало таких практических результатов.

Эриксоновский гипноз трансформировался в популярное сегодня НЛП, или нейролингвистическое программирование. Это сегодня то, чему учат на каждом углу. Мы не знаем, подозревал ли Дейл Карнеги о том, что его советы в книге так близки к тем техникам, которые применяют цыгане и гипнотизеры.

Как известно, нейролингвистическое программирование состоит из:

- Оценки объекта
- Подстройки под него, то есть нахождения «общего языка» на невербальном уровне
- Перехода от роли подстраиваемого к роли манипулятора

Дальнейшее воздействие зависит от ваших целей, способностей и подготовки, а также, насколько управляем ваш объект, а также, в не меньшей степени от того, насколько сильна ваша мотивация манипулировать им.

В чем сложности этого процесса? Прежде всего, в вас. Вы должны научиться видеть вещи, как они есть. Вы должны максимально освободиться от стереотипов мышления. Потренируйтесь, представляя себя персонажем научно-фантастического фильма, который попал в мир, о котором ему ничего неизвестно. Ничего не принимайте на веру – помните, что обманывать может все – и глаза, и уши, и осязание.

Как упражнение, можно посоветовать на глаз определить температуру предмета, расстояние до него, возраст человека, его имя. Проверьте, как настроено ваше восприятие. Ощутите на практике, как часто вы ошибаетесь из-за обобщения, стирания и искажения. Эти ловушки используют иллюзионисты для фокусов. Однако и в повседневной жизни таких примеров – множество. И последствия от них могут быть какими угодно. Например, обобщения могут касаться самых разных сторон жизни – мы все группируем и обобщаем – это позволяет нам думать быстрее. Например, боро-

датый мужчина кажется нам старше, а невысокий человек – моложе. Но если мы несколько раз убедимся, что бывает и не так, при обстоятельствах, которые вам запомнятся, то акценты сместятся. Например, молодой человек шел целый квартал за девушкой, которая, обернувшись, оказалась старше лет на тридцать, уже никогда не станет судить о возрасте женщины, когда видит только ее спину, больше того, он постоянно будет опасаться, что печальный опыт повторится. Но и здесь не все однозначно. Возраст можно определить, не видя лица, просто молодой человек был невнимателен – его сбила с толку стройная фигура и прическа.

Стирание – это когда мы убираем то, что заслоняет действительность, дорисовывая невидные части, исходя из своего опыта. Примером этому может служить то, что, если вы «идете на поводу» своего опыта, основанного на статистике, вы можете ошибиться. Например, вы, скорее всего, будете в шоке, если ваш ребенок вдруг неожиданно заговорит басом, или кот заговорит. Бьюсь об заклад, что вы несколько секунд будете в шоке. Вот эти несколько минут есть у иллюзиониста.

Вы не готовы к таким поворотам, а все же пытались подготовиться!

В процессе таких упражнений начинаешь понимать, насколько косно и засорено стереотипами наше мышление.

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.