

Тема: Здоровье. Причины болезней, [психосоматика](#)

Игорь Алимов, Василий Шохов

Игорь Алимов: Итак, всем привет дорогие друзья! С вами Игорь Алимов и Василий Шохов.

Василий Шохов: От всего сердца вас приветствую, дорогие друзья!

Игорь Алимов: Ну, вот сейчас мы с Василием решили поговорить о такой важной, без сомнения, важной актуальной теме, как здоровье. То есть я думаю, что для многих она актуальна, для многих она интересна, но и, собственно, у нас и у меня на вебинарах постоянно огромное количество вопросов посвящено здоровью. Причем, самое что интересное, всегда речь идет там наверно о таком огромном перечне заболеваний, и самое что интересное, каждый человек хочет получить универсальную пилюлю от различного рода заболеваний. И сейчас мы узнаем, возможно ли это?

Скажи пожалуйста, вот ты как человек, который в этой теме не просто давно, а очень, очень, очень давно, скажи пожалуйста, есть ли такая универсальная пилюля для решения проблемы со здоровьем?

Василий Шохов: Смотря, что иметь в виду под пилюлей. Если говорить о пресловутой кремлевской таблетке в любом виде, неважно это психологические техники или это реально что-то, что можно проглотить, то такой пилюли безусловно нет, ее не существует, это миф. Но, допустим, с точки зрения, вот основоположников классической медицины, классической психологии, психотерапии, все болезни являются психосоматикой. И если исходить из этой модели, в ней рассматривать причины и следствия заболеваний, то безусловно такая пилюля есть: это различные способы, различные методы работы над собой. Просто они, чтобы иметь право называться такой пилюлей, должны отвечать определенным критериям.

Игорь Алимов: Вот, в чем самая интересная идея психосоматика, во всяком случае, чем она мне нравится, когда я переходил к этой теме. Мне нравится то, что психосоматика – это универсальная можно сказать наука, которая по универсальному рассматривает совершенно разные заболевания, понимая, что корень в ней сидит именно: в либо невыраженных эмоциях, либо ну в какой-то грубо говоря агрессии, что по сути тоже является невыраженной эмоцией определенно или может быть наоборот слишком активно выраженной.

Вот я тоже считаю, что действительно с психосоматикой работать, с психосоматикой, это действительно ключ к решению любых болезней. Но надо понимать следующее. Вот болезнь всегда бывает на двух этапах: бывает на этапе, когда она сидит еще вот в зачаточном состоянии, а бывает когда она уже вот открылась, она уже появилась на уровне тела, а как же у нас обычно бывает, человек же когда уж кидается, ну когда уже прихватило конкретно. Ну, а вот скажи: Насколько актуальны психологические практики в тот момент, когда реально, блин, прихватило?

Василий Шохов: Ну, что ж в принципе, мы что-то можем даже наверно продемонстрировать прямо сейчас из того, что работает. Ведь на самом деле, все гениально просто, и когда организм сообщает нам что-то с помощью боли, он сообщает нам о том, что мы вытеснили, что мы не хотим замечать, что мы не хотим признавать. Если мы, таким образом игнорируем какую-то часть себя, какую-то часть своей личности, то она не имеет возможности до нас достучаться, кроме как показав нам, что больно. Тогда мы начинаем понимать, что вот, как бы человек образованный, продвинутый, который этим постоянно занимается, он сразу же поймет, что есть какая-то часть в слепой зоне, которую он не видит и эта часть ему говорит: Дорогой я есть, если ты продолжать будешь это отрицать, то я тебе сейчас устрою, будет еще больней.

Эта боль будет продолжаться до тех пор, пока мы ее не заметим, пока не обратим на нее внимание. Поэтому, в принципе, можно это считать магией, не магией, вообще грань между психотерапией и магией очень иллюзорная. Где заканчивается чистая наука и начинается магия вам не объяснит наверно даже ни один профессор-академик. Поэтому, в принципе, попробуйте просто сказать: Я признаю ту часть себя, которая хочет мне сообщить о том, что она есть и даю ей место и время. Я вас уверяю, что если вы произнесете эту волшебную формулу, то любая боль у вас пройдет, конечно это не устранил причину вашего заболевания, ведь понимаете с точки зрения официальной медицины, заболеванием принято считать то, что проявляется уже на физиологическом клеточном уровне.

Игорь Алимов: Да совершенно не понимая, что есть более глубокая причина. Да.

Василий Шохов: Вопрос даже не в том, что есть более глубокая причина, а вопрос в том, что мы начинаем на это обращать внимание, когда уже поздно становится. Когда уже есть реальные изменения, которые ну чтоб на них повлиять, нужно принимать какие-то экстренные меры. Если извините, возьмем онкологию, механизм онкологии, да, у вас клетки органов замещаются другими клетками и орган перестает выполнять свою функцию. То, ну поздно уже да, говорить какие-то волшебные заклинания. Здесь может помочь только одно, но опять же вещь очень простая – желание жить. Если у вас есть огромное желание жить, то вы выживите даже в такой ситуации. Даже если оно вот появится в этот момент, но скажем так, если на это обратить внимание заранее и вот, при первых симптомах, при первой боли, когда вот эта ваша вытесненная часть говорит вам: Дорогой, обрати на меня внимание, я есть. Вы это сделаете с помощью психологической техники, с помощью простого признания того, что это есть и попытаетесь хотя бы туда посмотреть. Вам станет значительно лучше и болезнь отступит.

И вот об этом можно, в общем, можно рассказать очень много чего интересного, за мою многолетнюю практику, есть очень интересные кейсы по этому поводу, которые

вот как раз говорят, о том, что многие вещи, которые когда понимаешь, как они происходят кажутся элементарными, со стороны воспринимаются как чудо.

Игорь Алимов: Вот, очень хорошая вещь, ты подчеркнул насчет боли. Потому что, какая обычно классическая реакция у человека на боль? Человек на самом деле, ну давайте все признаем, что вы редко задумывались в этот момент, что надо что-то принять, наверняка в этот момент руки сразу тянулись к обезболивающему. Получается, что вы, по сути, делаете в этот момент, убиваете естественную реакцию организма, которая пытается сказать: Мне от тебя что-то нужно, я хочу чтобы ты меня увидел, почувствовал.

А в этот момент, по сути, вместо того, чтобы работать и осознавать эту психологическую природу этой боли, вы тут же стараетесь ее медицински забить. Что, по сути, происходит? Естественно, эта боль переходит на новый уровень. Ведь, если она не успевает достучаться таким образом. Ну, что происходит у нас, допустим, когда мы в ссоре пытаемся что-то другому человеку донести? Мы начинаем на него кричать. Допустим, если человек не слышит, мы начинаем орать еще больше, если он опять не слышит, мы там начинаем не знаю бить посуду и все остальное. То же самое происходит и в организме, по сути дела. Вот, собственно, об этом то сейчас идет речь.

Василий Шохов: Совершенно верно. Спасибо, что переводишь меня с русского на русский. Вот.

Василий Шохов: Совершенно верно. Здесь нужно просто помнить о том, что первое и главное условие для излечения болезни и для простого подхода к этому, простого и понятного подхода к этому – это умение наладить диалог с самим собой. Умение слушать себя, умение говорить с собой и умение признавать свои ошибки, свои какие-то недочеты, просчеты, умение видеть свои сильные, слабые стороны, т.е. адекватно смотреть на себя.

Когда это качество есть, тогда вам по силам справиться с любой болезнью. Просто технологии, которые этому способствуют, они вообще достаточно просты и легко усваиваются, но все, что лежит на поверхности, вы же знаете, да. И ты, Игорь, наверное знаешь? Сам буквально мне говорил: Если хочешь что-то спрятать, положи это на самое видное место. Собственно говоря, и здесь происходит то же самое.

И поэтому специально для вас, вот мы с Игорем сейчас разрабатываем курс, который в скором времени, наверно, предложим вашему вниманию, который как раз и позволяет увидеть, осознать и понять эти простые вещи и научиться ими пользоваться.

Игорь Алимов: На самом деле, не просто простые, но и глубокие, потому что на самом деле, чтобы понять, что это просто, надо глубоко покопаться, оно все действительно на виду, но это надо уметь увидеть. И вот к сожалению большому, просто ввиду того, что есть много социальных блоков, есть много ваших личных

блоков, внутренних, которые вы накопили за счет вашей жизни, за счет вашего опыта. Вы часто не видите того, что действительно лежит на поверхности.

И чтобы это действительно сделать, нужно порой глубоко покопаться и понять вот что, вообще, в вашей жизни происходит. Дело в том, что у вас часто нет целостного видения вашей жизни. Когда вы начнете это обретать, тогда начнут ваши заболевания в той или иной мере уходить. И как Василий сказал: Мы действительно сейчас готовим для вас специальную систему, специальный курс, который позволит вам действительно работать со своими болячками и восстанавливать свое здоровье. Вы конечно, вам стоит просто понять одну вещь, вы можете годы продолжать страдать от соматических реакций дальше. Более того, никто не говорит, что они там раз и навсегда, грубо говоря, по щелчку пальцев исчезнут. Мы все живем в обществе, как ты правильно сегодня сказал: Пока мы живем в обществе, что-то будет всегда самотизироваться.

Вопрос в другом: Будете ли вы уметь с этим работать и устранять это по щелчку пальцев сразу, либо вы будете страдать и доходить до каких-то очень серьезных ситуаций. Ну и как вы понимаете, есть неизбежные обстоятельства, которые рано или поздно могут к нам в жизнь прийти, т.е. речь идет о том, что у всех нас жизнь ограничена, но вопрос в том что хочется ее прожить не просто дольше, но прожить ее и качественнее. А чтобы так было, действительно надо понимать, что есть гораздо более эффективные методы, нежели – прими пилюлю и все будет классно.

После пилюли будет рецидив. Рецидив гораздо более серьезно. Вот, собственно говоря, это очень важная вещь. Если вы хотите действительно глубоко разобраться со своими вопросами здоровья, улучшить здоровье, сделать это быстро и качественно, то соответственно присоединяйтесь к нашей программе, в которой вы совсем скоро узнаете и мы с вами сможем сделать действительно серьезной скачок в направлении вашего оздоровления.

Василий Шохов: У меня к тебе есть вопрос: Ты думал, о том как мы назовем эту программу? Мы с одним коллегой обсуждали похожую тему, мне на ум пришло классное слово, причем я могу вот объяснить, как бы оно мистически не звучало – слово “расколдовывать”. Давайте дорогие друзья, мы вас научим себя “расколдовывать”. Почему “расколдовывать”, потому что каким бы не научным и эзотерическим этот термин не казался, но дело в том, что когда вот мы можем задать вам простой вопрос: А в чем причина вашей боли, в чем причина вашей болезни?

Вы найдете 1000 причин во внешнем мире независящих от вас, но очень редко кто скажет: Причина именно во мне. Понимаете, а когда причина лежит во мне, значит меня заколдовали, меня сглазили, меня испортили, там, наложили на меня заклятье. Да, поэтому давайте мы научимся “расколдовывать” себя и друг друга. Вот такая классная идея пришла мне сейчас.

Игорь Алимов: Прямо по ходу такая созрела. Ну, думаю, что однозначно поддержку, надеюсь, что наши слушатели тоже. Вот, потому что мы действительно будем с вами

заниматься не магическими вещами, но результаты того, что мы будем делать, они действительно магически отразятся на вашей жизни. Поэтому принимайте решение, присоединяйтесь к нам и совсем скоро в вашей жизни, в вашем здоровье, ну, наступит как мы надеемся, новый расколдованный этап. С вами был Игорь Алимов и Василий Шохов.

Василий Шохов: Всего доброго дорогие друзья, до новых встреч!

Игорь Алимов: До новых встреч. Удачи!