

Гипноз — сильное оружие, которое издавна используется спецслужбами, в бизнесе и рекламе; каждый из нас ежедневно рискует попасть под его действие. Эта книга научит вас распознавать гипноз и противостоять ему. Освоив современные техники гипноза, вы получите универсальное средство для решения любых житейских проблем и сможете избавиться от вредных привычек, различных заболеваний, стать более успешными на работе и в личных отношениях.

Мгновенный гипноз — эффективный способ изменить вашу жизнь!

[МГНОВЕННЫЙ ГИПНОЗ]

www.ksdbook.ru



9 785991 029629

www.bookclub.ua



9 789661 477031

[МГНОВЕННЫЙ ГИПНОЗ]

Анна АБЕР



Анна АБЕР

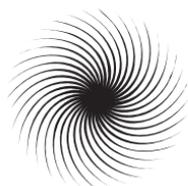
[МГНОВЕННЫЙ ГИПНОЗ]

КАК РАБОТАЕТ СИЛА ВНУШЕНИЯ

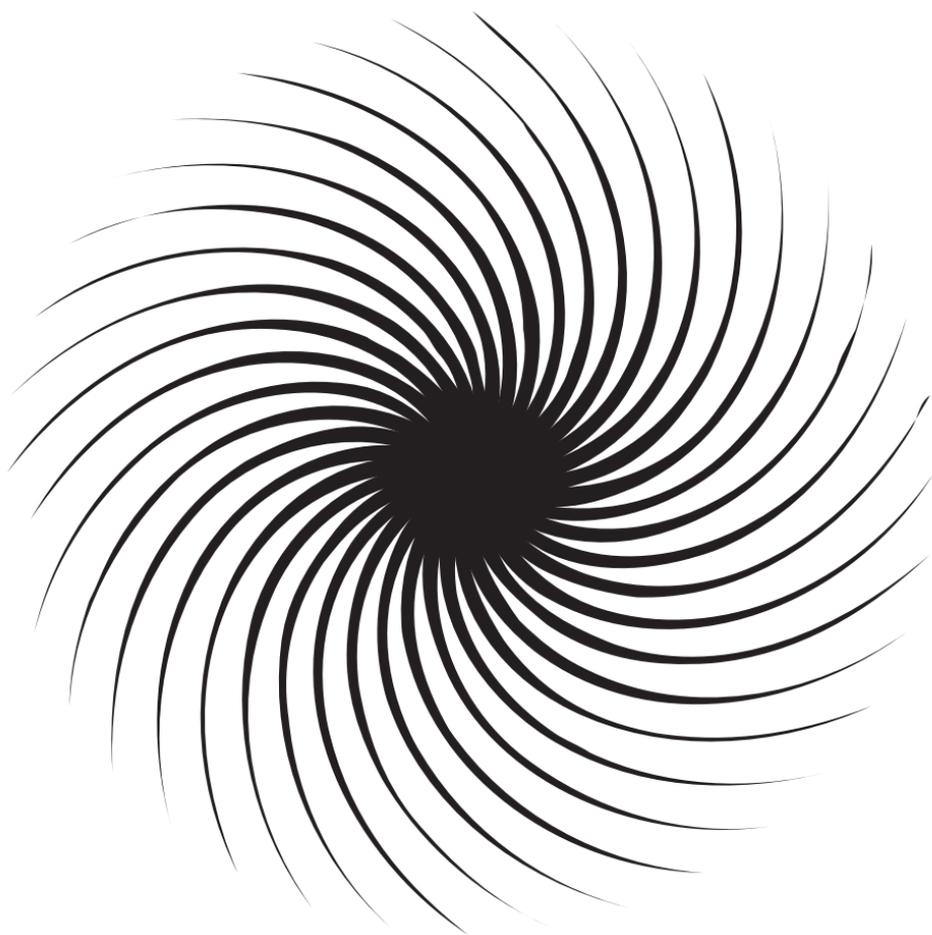
РАЗГОВОРНЫЙ
ТАКТИЛЬНЫЙ
ЗАОЧНЫЙ
ЦЫГАНСКИЙ
ИНДИЙСКИЙ

ПРАКТИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ И ПРИЕМЫ
ИЗ АРСЕНАЛА СПЕЦСЛУЖБ

КЛУБ
СЕМЕЙНОГО
ДОСУГА



**[МГНОВЕННЫЙ
ГИПНОЗ]**



Анна АВЕР

МГНОВЕННЫЙ ГИПНОЗ

КАК РАБОТАЕТ
СИЛА ВНУШЕНИЯ

РАЗГОВОРНЫЙ
ТАКТИЛЬНЫЙ
ЗАОЧНЫЙ
ЦЫГАНСКИЙ
ИНДИЙСКИЙ

ПРАКТИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ И ПРИЕМЫ
ИЗ АРСЕНАЛА СПЕЦСЛУЖБ

ХАРЬКОВ
БЕЛГОРОД
2014



КЛУБ
СЕМЕЙНОГО
ДОСУГА

УДК 159.9
ББК 88.6
А19



Никакая часть данного издания не может быть
скопирована или воспроизведена в любой форме
без письменного разрешения издательства

Дизайнер обложки *Артем Семенюк*

Популярне видання

Популярное издание

АВЕР Анна
Миттевий гіпноз.
Як працює сила навіювання
(російською мовою)

АВЕР Анна
Мгновенный гипноз.
Как работает сила внушения

Головний редактор С. С. Скляр
Завідувач редакції К. В. Новак
Відповідальний за випуск І. Г. Веремій
Редактор І. Г. Близнюкова
Художній редактор С. В. Місяк
Технічний редактор В. Г. Євлахов
Коректор М. В. Бедіна

Главный редактор С. С. Скляр
Заведующий редакцией Е. В. Новак
Ответственный за выпуск И. Г. Веремей
Редактор И. Г. Близнюкова
Художественный редактор С. В. Мисяк
Технический редактор В. Г. Евлахов
Корректор М. В. Бедина

Підписано до друку 29.07.2014.
Формат 84x108/32. Друк офсетний.
Гарнітура «Minion». Ум. друк. арк. 16,8.
Наклад 10000 пр. Зам. №

Подписано в печать 29.07.2014.
Формат 84x108/32. Печать офсетная.
Гарнитура «Minion». Усл. печ. л. 16,8.
Тираж 10000 экз. Зак. №

Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля»
Св. № ДК65 від 26.05.2000
61140, Харків-140, просп. Гагаріна, 20а
E-mail: cor@bookclub.ua

ООО «Книжный клуб «Клуб семейного досуга»»:
308015, г. Белгород, ул. Пушкина, 49А

Віддруковано з готових діапозитивів
у типографії ТОВ «Побутелектротехніка»
61024 м. Харків, вул. Ольмінського, 17
Свідцтво ДК №4526 від 18.04.2013

Отпечатано с готовых диапозитивов
в типографии ТОО «Бытэлектротехника»
61024 г. Харьков, ул. Ольминского, 17
Свидетельство ДК №4526 от 18.04.2013

ISBN 978-966-14-7703-1 (Украина)
ISBN 978-5-9910-2962-9 (Россия)

- © Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», издание на русском языке, 2014
- © Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», художественное оформление, 2014
- © ООО «Книжный клуб «Клуб семейного досуга»», г. Белгород, 2014

ВВЕДЕНИЕ

Гипноз — это микроскоп души.

О. Фохт

Пожалуй, гипноз — это самый загадочный метод лечения. Ни один другой метод так не опутан мифами и легендами, не связан так сильно в сознании людей с колдовством и потусторонними силами.

Гипноз — это то, чего многие боятся и не понимают. Гипноз — это то, что жрецы и целители древности начали использовать много тысячелетий назад.

Однако, несмотря на все предубеждения, гипноз признан методом лечения официальной медициной и практикуется в лечебных учреждениях вот уже на протяжении полутора сотен лет.

Под гипнозом снимаются те защиты, которые выстраивает человек, чтобы не сталкиваться лицом к лицу с неприятными переживаниями и страхами. Но зачастую решить сложную ситуацию можно только в том случае, если пойти ей навстречу. И именно гипноз в состоянии сделать эту встречу максимально безболезненной для человека. С помощью гипноза, вернее с помощью внушения в состоянии гипноза, опытный специалист может за один сеанс не только обнаружить причину проблемы, мучившей вас годами, но и решить ее!

Почему же гипноз является настолько сильным средством? Дело в том, что в гипнотическом состоянии вы отключаетесь практически от всех влияний внешнего мира, максимально расслабляетесь и можете сосредоточиться исключительно на своей проблеме, дабы в результате найти единственно правильное ее решение.

ГИПНОЗ. ЧТО? ГДЕ? КОГДА?

ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ГИПНОЗА

Знакомство с явлениями гипноза с незапамятных времен предопределило тот факт, что исторически из всех методов психологического лечения первой возникла гипнотерапия.

Считалось, что причиной расстройств психики являются демоны, духи умерших, воплотившиеся в зверей, насекомых и т. п., поэтому лечение психических расстройств состояло в изгнании демона из тела больного. С этой целью больных вращали вокруг оси, били розгами. В те далекие времена человек искал способы «умилостивить» тайные силы, посредника между богами и демонами.

В одном древнем папирусе, который египтологи считают копией, сделанной с еще более раннего, утерянного текста, есть такая запись: «Принеси опрятную и начищенную лампу, наполни ее лучшим ароматным маслом и повесь на клин из куска лаврового дерева на стене, расположенной с утренней стороны. Затем поставь перед ней мальчика. Погрузи его в сон твоей рукой и зажги лампу. Произнеси над ним слова заклинаний до семи раз. Разбуди его и спроси так: «Что видел ты?» Ответит он: «Да! Я видел богов вокруг лампы». Тогда будут говорить ему боги все, о чем их будут спрашивать».

Полагают, что слова «погрузи его в сон твоей рукой» и то, что в этом искусственно вызванном сне мальчик обрел возможность «видеть богов» и «разговаривать» с ними, не оставляет никакого сомнения в том, что мальчик был под гипнозом.

В тот период медицина уподоблялась теологии, культуре, магии. Человек не столько боролся с болезнью, сколько пытался «замолить», откупиться от нее с помощью обетов, жертв, ритуалов. Между страдающим больным и богами был только один посредник — жрец как страж души и тела, поэтому на протяжении веков гипнотические феномены были прерогативой мистики и религии. Одновременно с этим возник интерес к гипнозу и у так называемой храмовой медицины — той формы врачевания, которая в античные времена была тесно связана с религиозными представлениями и производилась жрецами Асклепия (Асклепий — бог врачевания в Древней Греции) — асклепиадами. Они лечили больных с помощью молитв и заклинаний не столько для их оздоровления, сколько для того, чтобы явить милосердное могущество того божества, которому призывали верующих поклоняться.

В храме бога-врачевателя Асклепия существовало специальное круглое помещение, в котором жрецы погружали больных в сон. Во время этого сна они внушали больным, что к ним приходит бог Асклепий, расспрашивает о страданиях и освобождает от них. Храм Асклепия представлял собой одновременно и культовое, и лечебное учреждение. Посредине зала находился источник целебной минеральной воды, которую предлагалось пить до погружения в сон и после пробуждения, вознося при этом благодарственные молитвы-заклинания божеству.

Так зародилась широко распространенная в те времена и нашедшая отражение в религиозной литературе всех

времен и народов практика так называемых «чудесных исцелений». По сути, все сводилось к тому, что в состоянии религиозного экстаза с помощью внушения и самовнушения у предрасположенных к истерическим реакциям людей, погружаемых к тому же в глубокое гипнотическое состояние, устранялись такие функциональные нарушения, как истерическая глухота, слепота, потеря речи, способности стоять, ходить, различного рода параличи и другие болезненные симптомы.

В тот период уже достаточно прочно укоренилось и представление о том, что всякого рода психологические, словесные воздействия способны усиливать целебные свойства лекарственных трав, настоев и прочих средств врачевания (опосредованная психотерапия), и наоборот — лекарственные средства способствуют большей эффективности словесных воздействий. В медицинском папирусе Эберса написано: «Помоги! Иди и изгони то, что находится в моем сердце и моих членах! Заклинания благотворны в сопровождении лекарств, и лекарства благотворны в сопровождении заклинаний...»

Уже в Древнем мире хорошо знали приемы, которые приводили к наиболее быстрому и успешному погружению в гипнотическое состояние, и умело пользовались ими. Для гипноза применялись однообразные, монотонные звуковые раздражители, фиксация взгляда на предмете («волшебные зеркала» — блестящие металлические плоскости, кристаллы, сосуды). Друиды, к примеру, для введения в транс приводили молящихся в священные рощи, где беседовали с ними под усыпляющий шум листвы и журчание ручьев. Большое значение придавалось поглаживанию (пассы) и возложению рук — например, уже во II веке в Египте применялись пассы.

В других культурах для вхождения в трансовое состояние широко применялись и наркотические средства.

Древние оракулы, жрецы, прорицатели воли мифического божества, вдыхая наркотические газы растительного происхождения, сибирские колдуны, шаманы, употребляя гриб мухомор, дервиши посредством быстрого кружения на одном месте приходили в экстаз, когда могли наносить себе повреждения, не чувствуя боли: они могли колоть себя, лизать раскаленное железо, обнаженными ложиться на острые предметы...

Фактически, на этом этапе и начинается психотерапия. Пути медицины и богословия, которые вначале составляли одно целое, позже расходятся. Наука отбрасывает теорию о мистическом происхождении болезней, а вместе с ней — необходимость в жертвоприношениях и молитвах. С этого периода врач выступает уже независимо, а вскоре и против жреца.

В эпоху Средневековья все возвратилось на круги своя: многие видные врачи того времени считали, что психические болезни вызываются дьяволом. Душевнобольных называли ведьмами, слугами нечистого, одержимыми дьяволом; их жестоко преследовала и сжигала на кострах инквизиция.

Скудные знания о гипнотических феноменах в Средние века не расширились. Но уже на исходе этого периода возникла магнитно-флюидная теория — из астрологического учения, по которому все земные события, а с ними и человеческая судьба зависят от влияния планет; из сведений о магнетизме.

В тот период доминировали идеи Парацельса (1493—1541), гениального врача, в свое время обвиненного в ереси. Полагая, что мир исполнен магнетической силы, которая вследствие переноса с планет как некая звездная сущность находится также и в человеческом теле, он в своих сочинениях впервые употребил слово «магнетизм». Из его теории следовало, что человек питается

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	5
Гипноз. Что? Где? Когда?	6
История возникновения гипноза	6
Как работает гипноз: характеристики гипноза	19
Гипноз как явление: что такое гипноз?	22
Условия, способствующие гипнозу	30
Законы гипноза.	32
Мифы о гипнозе и гипнотерапии	34
Разновидности гипноза	41
Эриксоновский гипноз	41
Цыганский гипноз	45
Разговорный гипноз	49
Мгновенный (быстрый) гипноз по Фариа	52
Американский быстрый гипноз	53
Регрессивный гипноз и терапия: «индийский» гипноз ..	54
Внушение во время сна	59
Постгипнотическое внушение	73
Мгновенный заочный гипноз	77
Мгновенный самогипноз	78
Гипнотизирование нескольких лиц	84
Гипноз в медицине	86
Возможности и ограничения гипноза в медицинской практике	86
Практическое применение гипноза в медицине	92
Гипнотерапия психосоматических заболеваний	92
Избавление от вредной привычки	96
Здоровый сон, или Как справиться с бессонницей ..	100

Лечение фобии гипнозом	105
Лечение депрессии с помощью гипноза	110
Как справиться с горем с помощью гипноза	114
Избавление от головной боли с помощью гипноза	115
Гипноз как альтернатива обезболивающим средствам	117
Галлюцинации	124
Обострение чувств и памяти при гипнозе	125
Множественность «Я»: расщепление личности	127
Техники расслабления: профилактика здоровья	139
Введение в практику гипноза	144
Общие рекомендации для проведения гипноза	144
Базовые уроки и упражнения в гипнозе	152
Приемы быстрого наведения гипноза	164
Формулы внушения	176
Гипнотехнологии, применяемые при общении	183
Секреты и приемы манипулятивного слушания	183
Стили и приемы манипулятивной критики	193
Механизмы, позволяющие манипулятору избежать конфликтогенов	202
Гипноз и спорт	212
Использование гипноза спецслужбами	218
Защита от гипнотического воздействия	225
Психотехнологии пассивной защиты	232
Психотехнологии активной защиты	237
Интересные факты о гипнозе	240
Гипноз в частной жизни известных людей	240
Известные гипнотизеры	240

Гипнотическая история Третьего рейха	259
Гипноз и кино	286
Заключение	288
Литература и другие источники.	291
Приложение	293
Психогеометрический комплекс	293
Определение степени внушаемости	299
Методика экспертной оценки невербальной коммуникации А. М. Кузнецова.	301
Тест оценки коммуникативных умений	304
Шкала депрессии Э. Бека	307
Исследование тревожности (Ч. Д. Спилбергер, адаптация Ю. Л. Ханина)	311
Шкала ситуативной тревожности (СТ)	312
Шкала личной тревожности (ЛТ)	313

Издательство Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»
www.trade.bookclub.ua

ОПТОВАЯ ТОРГОВЛЯ КНИГАМИ ИЗДАТЕЛЬСТВА

МОСКВА

Бертельсманн Медиа Москва АО

141008 г. Мытищи, ул. Колпакова, д. 26, корп. 2
Тел./факс +7 (495) 984-35-23
e-mail: office@bmm.ru
www.bmm.ru

ХАРЬКОВ

ДП с иностранными инвестициями

«Книжный Клуб

“Клуб Семейного Досуга”»

61140, г. Харьков-140, пр. Гагарина, 20-А
тел/факс +38 (057) 703-44-57
e-mail: trade@bookclub.ua
www.trade.bookclub.ua

Киевский филиал

04073, г. Киев, пр. Московский, 6, комн. 35,
тел. +38 (067) 575-27-55
e-mail: kyiv@bookclub.ua

Одесский филиал

65017, г. Одесса, ул. Малиновского, 16-А, комн. 109
тел. +38 (067) 572-44-28
e-mail: odessa@bookclub.ua

Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»

УКРАИНА

служба работы с клиентами:

тел. +38 (057) 783-88-88
e-mail: support@bookclub.ua
Интернет-магазин: www.bookclub.ua
«Книжный клуб», а/я 84, Харьков, 61001

РОССИЯ

служба работы с клиентами:

тел. +7 (4722) 78-25-25
e-mail: info@ksdbook.ru
Интернет-магазин: www.ksdbook.ru
«Книжный клуб», а/я 4, Белгород, 308961

Якщо ви бажаєте стати більш успішним на роботі, зустріти справжнє кохання або просто позбутися шкідливої звички, що руйнує здоров'я, зверніться до цього ефективного методу. Книга допоможе оволодіти необхідними техніками і прийомами гіпнозу, а також захистити себе від маніпуляторів, які використовують гіпноз із корисливою метою.

Авер А.

A19 Мгновенный гипноз. Как работает сила внушения / Анна Авер. — Харьков : Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга» ; Белгород : ООО «Книжный клуб “Клуб семейного досуга”», 2014. — 320 с.

ISBN 978-966-14-7703-1 (Украина)

ISBN 978-5-9910-2962-9 (Россия)

Если вы желаете стать более успешным на работе, встретить настоящую любовь или просто избавиться от вредной привычки, разрушающей здоровье, обратитесь к этому эффективному методу. Книга поможет овладеть необходимыми техниками и приемами гипноза, а также защитить себя от манипуляторов, использующих гипноз в корыстных целях.

УДК 159.9
ББК 88.6