

ПСИХОЛОГИЯ РУНЕТА

ТАТЬЯНА ТРОФИМЕНКО

#ПСИХОСОМАТИКА

ВСЕМУ ВИННОЙ,
ИЛИ КАК ВЗЯТЬ СВОЮ
ЖИЗНЬ ПОД КОНТРОЛЬ



Издательство АСТ
Москва

УДК 159.9
ББК 88.53
Т 76

*Все права защищены.
Ни одна часть данного издания не может быть воспроизведена
или использована в какой-либо форме, включая электронную,
фотокопирование, магнитную запись или иные способы
хранения и воспроизведения информации, без предварительного
письменного разрешения правообладателя.*

Книга ранее выходила в серии «Книга тренинг»

Трофименко, Татьяна Георгиевна.

Т 76 Психосоматика всему виной, или как взять свою жизнь под контроль / Т. Г. Трофименко. – Москва : Издательство АСТ, 2021. – 224 с. – (Психология Рунета).

ISBN 978-5-17-134898-4

Татьяна Трофименко – автор 26 книг, каждая из которых представляет собой специальным образом сгенерированное информационное воздействие для решения определенного круга задач читателя. Благодаря этим книгам множество людей избавились от тяжелых депрессивных состояний, самых различных зависимостей, повысили свой социальный статус, улучшили состояние здоровья.

Практически все болезни – психосоматические, то есть их причины – психологические и социальные факторы – сложные ситуации, переживания из-за которых и привели к таким последствиям.

Книга поможет вам:

- выйти из психотравмирующей ситуации, которая привела к заболеванию
- предупредить возникновения таких ситуаций в дальнейшем
- снизить (там, где это, в принципе, возможно) амплитуды эмоциональной реакции на психотравмирующие события

Эта книга – информационное воздействие, которое даст вам информационный толчок и сместит вас с мертвой точки пространства-времени, в которой вы проживаете «день сурка»... Она – своеобразный информационный портал, который переместит вас в желаемую вами реальность.

**УДК 159.9
ББК 88.53**

ISBN 978-5-17-134898-4

© Трофименко Т. Г., 2019
© ООО «Издательство АСТ», 2021

СОДЕРЖАНИЕ

Вступление	7
Какими факторами вызваны психосоматические заболевания?	9
Что это за книга и в чем ее отличие от других	15
Почему возможен переход в другую реальность	22
Человек и мир как система взаимного управления	25
Управление сигналами	28
Почему мозг воспринимает искаженную картину мира:	30
Ваше индивидуальное счастье	35
Качественные и количественные аспекты	57
Алгоритмы, по которым мы воспроизводим внешний мир	57
Что же делать?	68

Одиночество	126
Психопаты и взаимодействие с ними	135
Люди, токсичные именно для вас	152
Если кто-то говорит вам гадости	163
Что делать, если вам говорят бестактности, соответствующие реальности?	166
Почему вам так больно и что делать, если не с кем эту боль разделить	171
Острые стрессовые ситуации	180
Разрыв отношений – глава для женщин	209
Разрыв отношений – глава для мужчин	216
Хронический стресс	220
Зачем даются трудности	223

ВСТУПЛЕНИЕ

Практически все болезни — психосоматические, то есть причины болезней — психологические и социальные факторы — сложные ситуации, переживания из-за которых к болезням и привели. А это — информационное воздействие на человека. Следовательно, скорректировать самочувствие можно именно информационным воздействием, в частности, книгой. Результативность такого воздействия доказана уже 26 моими книгами, каждая из которых решает свой класс задач.

Кроме того что сама по себе книга представляет собой информационное воздействие, изменяющее работу вашего мозга так, что меняются свойства Реальности, в которой вы живете, книга содержит специфические информационные практики для избавления от психосоматических заболеваний и любых мучительных ситуаций. Я сама эти практики применяла. Это — своео-

бразный **информационный портал**, который посредством информационного воздействия переместит вас из реальности с нежелательными для вас свойствами в реальность с желаемыми вами свойствами.

С учетом того, что психосоматические заболевания вызваны тяжелыми, слишком напрягающими организм ситуациями, книга не только выводит человека из них, но и настраивает его так, чтобы он в них не попадал или хотя бы снизилась вероятность этого.

Книга написана на основе использования свойств информации и сложных систем. В частности, используется представление о мире как о системе сигналов взаимного управления.

Воздействие книги направлено на:

- ваш выход из психотравмирующей ситуации, которая привела к заболеванию,
- упреждение возникновения таких ситуаций в дальнейшем,
- снижение (там, где это в принципе возможно) амплитуды эмоциональной реакции на психотравмирующие события.

Кроме того, даны **специальные приемы** работы с вашим подсознанием, направленные на ликвидацию непосредственно имеющегося у вас заболевания.

КАКИМИ ФАКТОРАМИ ВЫЗВАНЫ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ?

Они вызваны тяжелыми жизненными ситуациями, в которые человек попадает. Причем ситуации бывают такие тяжелые, такие психотравмирующие, что все разговоры о том, чтобы не реагировать так сильно, бесполезны. Бывают ситуации, не реагировать на которые организму невозможно. Ситуацию надо только убирать. Либо саму ситуацию, если она все еще имеет место, либо ее последствия. И если человек это делает, он выздоравливает. Меняется Реальность этого человека, его мир, меняется и его состояние здоровья. Собственно, и само заболевание — это тоже тяжелая жизненная ситуация.

Чтобы справиться с тяжелыми ситуациями, нужно развить в себе новые качества, новые свойства личности. Если этого не сделать, жизнь может пойти под откос. Такие испытания нам даются для нашего развития через тренировку. А также необходимо изменить алгоритмы, по которым работает мозг (ведь именно работа вашего мозга создает вам ту или иную Реальность). За счет этого поменяется Реальность, которую вы воспринимаете при помощи этих алгоритмов обработки информации. И у новой Реальности уже не будет такого свойства, как надоевшая вам болезнь. Это вполне можно сделать за счет информационного воздействия достаточно большого текстового массива, который не только даст вам новые алгоритмы восприятия Реальности, но и научно обоснует, почему возможно ее изменение. Ни одна из существующих на рынке книг не дает этого настоящего *научного обоснования*, а потому подсознание читателя не может в полной мере принять возможность изменения привычного для него мира при помощи работы мозга. Эта книга — специалиста по информационным технологиям, который на основе свойств информации написал уже 26 книги, каждая из которых по-своему помогла читателям, решая тот или иной класс задач. Эта книга предназначена для *выведения человека из психосоматического заболевания путем коррекции свойств его индивидуальной Реальности, а также для развития личности читателя и стимулирования его мышления для нахождения тех навыков, которые он должен приобрести для выхода из создавшейся ситуации. Да, сюда входит и пресловутое изменение отношения к травмирующей ситуации. Ведь, собственно, именно наши реакции на сложные ситуации*

приводят к тем или иным заболеваниям. Если бы мы спокойно все воспринимали, так и не болели бы. Однако те люди, которые все спокойно воспринимают, находятся или в наркозе, или в гипнозе или в гробу. Всем свойственно нервничать и переживать — вот только порог чувствительности у каждого свой и амплитуда реакций у каждого своя. Есть люди, которые очень сильно реагируют на внешние раздражители, и вот они и склонны к психосоматическим заболеваниям. Существуют информационные способы коррекции работы мозга так, чтобы реакция не была такой зашкаливающей, чтобы развилось так называемое философское отношение к проблемам и, в частности, к болезням, чтобы сформировался как бы взгляд сверху на жизнь и стало понятно, что те или иные события даются человеку не просто так, а с вполне разумными и полезными для его развития целями. Изменение амплитуды реакции на раздражители — тоже фактор, сводящий на нет психосоматические проявления. Но самое главное — это *коррекция жизненной ситуации в целом, что подразумевает и изменение отношения к раздражителям и иной событийный поток. Не будет ситуации, которая стояла за возникновением заболевания, — не будет и самого заболевания.*

Книга как текстовое информационное воздействие поможет выйти из сложной ситуации так, чтобы ваша жизнь качественно изменилась к лучшему — вы приобретете новую Реальность, с новыми свойствами, Реальность, в которой не будет серьезных болезней и материальных затруднений, ощущения безысходности и бессмысленности существования. Ваша жизнь приобретет смысл, и вы поймете свое Предназначение.

Вполне возможно, что оно отличается от всего того, что вы на эту тему думали раньше. Такой переход от одного образа жизни к другому через преодоление выпавших на вашу долю страданий за счет развития новых качеств личности и новых навыков — реально осуществим, и многие люди, в том числе и автор, это сделали. Книга — **информационное воздействие**, которое даст вам информационный толчок и сместит вас с мертвой точки пространства-времени, в которой вы проживаете «день сурка»: каждый день одно и то же, одни и те же проблемы, и вы не знаете, где из этого континуума выход. Вот *эта книга* — ваш выход. Он всегда осуществляется сначала на *информационном уровне* — сначала работой мозга, и только потом — физическими действиями. Поэтому данная книга — своеобразный **информационный портал**, который посредством информационного воздействия переместит вас из реальности с нежелательными для вас свойствами в реальность с желаемыми вами свойствами. Ну, по крайней мере, какими-то из желаемых вами свойств новая реальность обладать будет. Информационные технологии не стоят на месте, и такого рода сильное воздействие не так уж и удивительно, если знать свойства информации и сложных систем. В книге используется представление о мире как о системе сигналов взаимного управления. **Воздействие книги направлено на:**

- ваш выход из психотравмирующей ситуации, которая привела к заболеванию,
- упреждение возникновения таких ситуаций в дальнейшем,
- снижение (там, где это в принципе возможно) амплитуды эмоциональной реакции на психотравмирующие события.

Кроме того, даны **специальные приемы** работы с вашим подсознанием, направленные на ликвидацию непосредственно имеющегося у вас заболевания.

Для эффективной работы данной книги с вашим подсознанием и программирования вас на успех как в излечении болезни, так и в других делах, читать книгу нужно целиком: от начала до конца. Да, возможно, не все описанные в ней психотравмирующие ситуации у вас лично есть, к тому же, может, что-то, свойственное именно вам, я и не описала. Но это не означает, что надо пропускать какие-то фрагменты, которые, как вам может показаться, к вам не относятся. Поймите, что в текст заложены определенные мыслительные ходы, которые являются общими для различных ситуаций, и какая-то ситуация, которую ваш ум считает не свойственной вам, может быть узнана подсознанием как то, что творится в вашей жизни. Каждая из описанных ситуаций — это некая проекция реальности, и эта проекция может получаться не только из описанных ситуаций, но и из других, которые тут не описаны, но могут иметь место. Вы не знаете, что ваше подсознание сочтет подходящим в качестве информационной пищи для себя, и вам не надо вмешиваться в этот процесс. В тексте книги я подробно поясню, как идет редактирование вашей жизненной ситуации при помощи работы с *проекциями* различных объектов вашей реальности. Это требует более длительного разговора, а сейчас я просто хочу пояснить, почему надо читать текст весь: все равно даже сам этот текст — проекция людей и ситуаций, причем преобразование Реальности ведь осуществляется нелинейно, и когда вы прочитаете книгу, вы поймете, что,

даже если вроде бы того или иного описанного здесь события в вашей жизни не было, все равно тут каждый параграф — про вас, про ваши ментальные пути, про работу вашего подсознания, про ваше восприятие реальности. Ваше подсознание найдет нужные ему аналогии между приведенными в книге примерами и событиями вашей жизни. Мои книги всегда работают так, что их надо читать именно от начала до конца. Это — как принять нужную дозу лекарства. Только лекарство в данном случае — информационное.

ЧТО ЭТО ЗА КНИГА И В ЧЕМ ЕЕ ОТЛИЧИЕ ОТ ДРУГИХ

Книга представляет собой эффективные *информационные процессы* для мозга, обеспечивающие управление сознанием, телом и обстоятельствами:

- выздоровление,
- омоложение организма,
- выход из сложной жизненной ситуации, когда кажется, что все двери перед тобой закрыты,
- выход из состояния психотравмы, в том числе связанной с разрывом отношений,
- избавление от душевной боли,
- избавление от психологической зависимости от другого человека,