

НЛП по-русски

2

Базовые техники

Элементы новых психотехнологий

Уникальная методика обучения

Д. В. Воедилов

Дмитрий Воедилов

НЛП по-русски – 2

ABBYY FineReader 11

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=3951705

2009

ISBN 978-5-8183-1533-1

Аннотация

В данном материале приводятся новые понятия, которые помогут читателям распознать подсознательные закономерности, происходящие с ними в повседневной жизни, и использовать их в своих интересах. Представленные здесь поэтапные руководства по применению разнообразных приемов НЛП снабжены вспомогательным материалом – таблицами, формулами и схемами, что способствует наилучшему восприятию информации и наиболее эффективному использованию описанных здесь рекомендаций. Интересные и разнообразные примеры делают книгу еще более эффективным инструментом, незаменимым в любых жизненных ситуациях. В своей новой книге автор продолжает знакомить читателей с базовыми техниками нейролингвистического программирования, а также с элементами новых психотехнологий.

Содержание

Введение	4
Отзывы о книге, опубликованные в интернете и присланные автору по электронной почте	7
Конец ознакомительного фрагмента.	19

Дмитрий Васильевич Воедилов НЛП по-русски – 2

Введение

В этой книге я продолжаю описывать переработанные базовые техники НЛП и новые закономерности работы подсознания.

Из обратной связи, которая поступила после выпуска моей первой книги «НЛП по-русски», я понял, что в целом достиг желаемого.

Выдержки положительного и отрицательного содержания вы можете прочитать сразу после «Введения».

Немного статистики: в период с 2007 по 2008 год разошлось 12 600 экземпляров «НЛП по-русски». Сколько людей скачало ее через интернет – сложно подсчитать. К примеру, на одном из сайтов было около 4000 скачиваний.

Отвечаю на полученные вопросы:

1. Работа над книгой «НЛП по-русски» от момента написания набросков до выхода ее в свет заняла у меня три года.
2. «НЛП по-русски» и книга, которую вы сейчас держите

в руках, — это не художественная литература. Просто читать ее сложно, но можно.

Был смешной случай, когда человек в электричке прочитал книгу за два часа и после этого сказал, что ничего не понял.

Дело в том, что если тебе не нравится книга или ты не понимаешь ее содержания, то обычно бывает достаточно нескольких страниц, чтобы уяснить это. Зачем читать ее целиком?

3. Данные книги описывают принципы работы подсознания. Структуру. Поэтому примеры могут быть совершенно не связаны между собой по своему содержанию.

4. Описанные техники берутся из нашей повседневной жизни. Они не взяты с потолка. Поэтому вам предлагаются рабочие варианты, а не фантазии студента. Знания в этой области спасли жизни многим людям.

Хочу обратить ваше внимание на усовершенствование понимания контрольных точек, стратегии ТОТ.

Техника выхода из тупиковых ситуаций уже принесла свои плоды на деле. Вы можете сравнить ее с другими техниками по решению изобретательских задач.

Многие недовольны тем, что я меняю «классику».

Да, я меняю. И вообще, я против стереотипов и шаблонов.

Такой подход позволяет двигаться дальше.

Приведу смешной пример. Однажды на мои занятия по технике двухшагового изменения привели пятилетнего ре-

бенка. Его не с кем было оставить, и его взяли с собой.

Он вел себя хорошо, я даже толком не обратил на его присутствие внимания.

Через несколько дней его мама во время общения по телефону жалуется мне на своего ребенка и говорит, что в детском саду воспитательницы боятся делать ему замечания, так как получается, что во всех вариантах они в конечном итоге остаются неправы.

После этого я ввел возрастные ограничения на получения данных знаний.

Техниками работы в измененных состояниях могут овладеть люди, не имеющие высшего образования.

За этот год я подготовил более ста человек, которые «превращают» воду в водку, могут путешествовать по возрасту, менять вкусы продуктов, вызывать чувство сытости и так далее.

То есть, они получили знания, с помощью которых они могут решать свои проблемы и помогать другим людям.

В свое время с помощью этих знаний один человек накормил и напоил целый народ. Теперь современные технологии дают данный инструмент в руки всем желающим.

Заходите на мой блог в Интернете. Я туда выставил видеоматериалы, в которых демонстрируются возможности измененных состояний сознания. Есть отрывки из лекций.

Если возникнут вопросы – пишите.

Отзывы о книге, опубликованные в интернете и присланные автору по электронной почте

«Прочитал Вашу замечательную книгу. Действительно, возможности техники производят большое впечатление. К НЛП сейчас, мне кажется, создан какой-то странный негативный настрой – в СМИ техника все больше предстает как метод “съема” молоденьких девушек. На самом деле, поскольку проведение переговоров входит в мои непосредственные обязанности, я попытался проанализировать свое поведение и поведение моих коллег на переговорах, и получается, что эти техники, в большинстве своем неосознанно, применяются постоянно.»

«Только что копался в своей домашней библиотеке и наткнулся на книгу Дмитрия Васильевича Воедилова. Решил написать про нее (хотя читал относительно давно). Почему про нее? Эта книга – яркий пример того, как не надо писать.

Как мы видим на картинке, с первого взгляда обложка многообещающая: наконец-таки российский опыт, новые формулы, уникальная методика. Но ничего подобного за ней нет. Я не увидел никакого российского опыта. Я не увидел ничего нового и оригинального. Да и уникальной методики

я не обнаружил.

В книге прослеживается явная аллергия Дмитрия Васильевича на указывание реальных авторов техник.

Для людей, не знакомых с НЛП, может показаться, что автор книги и является автором техник – это не так. Техники базовые, изложены они ужасно, спутано, хуже, чем в первоначальном варианте (может, это и есть уникальный российский опыт?).

Общего стиля изложения в книге я не обнаружил. Структура спутана. Отдельного внимания заслуживают примеры в книге. Большой нелепицы я в жизни не читал: например, как с помощью НЛП вывезти деньги за границу.

Видимо, Дмитрий Васильевич думал, что частое, хаотичное и нелогичное выделение слов в тексте жирным курсивом усиливает восприятие и осмысление текста. Что ж, лично у меня это вызывало противоположный эффект: постоянно сбивался, приходилось перечитывать.

Но книгу стоит купить хотя бы для того, чтобы понять, как не надо писать, как было сказано выше. Ну и еще дополнительно проверить свою волю. Лично у меня получилось прочитать ее от начала до конца с большим трудом – постоянно хотелось бросить.»

«Купил хорошую книжку, называется “НЛП по-русски”, автор Д. В. Воедилов! Суть слова “по-русски” объясняется в начале! Суть такая, что многие книги НЛП и техники не

адаптированы под русских, то есть тупо перевели книжки и давай использовать! И автор этой книги доходчиво объясняет нам, что и как... Самое интересное, что у него это получилось! Спасибо!

Вкратце ниже, постараюсь доходчиво.

Перед каждым действием мозг делает какие-то операции, и их можно изобразить в модели ТОТЕ:

Test 1 – принимаем информацию,

Operate – обрабатываем ее в мозгах,

Test 2 – понравилась нам информация или нет,

Exit – действие в зависимости от Test 2, т. е. выход с определенным результатом.

Теперь, понимая эту простую модель, т. е. как обрабатывает мозг информацию, перейдем к расшифровке ВАКЕ:

V – визуальная обработка информации,

A – внутренний диалог, в общем, звуковая,

K – кинестетическая.

То есть, идем к другу! И спрашиваем его: “Как ты определяешь, что тебе нравится девушка?”

Допустим, он ведет глазами сначала влево, потом вверх-влево. То есть, сначала он воспользовался внутренним диалогом (A), а потом визуально представил себе информацию (V). Все! Больше от друга нам ничего не надо! Хватает 1–2 ведущих систем! Говорим ему спасибо и идем дальше!

Теперь переносим эту модель на то, как мозги твоего друга обрабатывают информацию по модели ТОТЕ и получается:

Test1	Operate	Test2
A	V	K

Это модель определения и принятия решения твоего друга! Но как этим воспользоваться?

Идем обратно к другу и говорим, протягивая книгу по борьбе с курением: “Привет! Слушай (А), а тебе не кажется (У), что тебе пора *перестать курить*? Я вчера прочитал (А) отличную книжку, увидел (У) ее на витрине магазина и купил! Вчера просто слышал (А) в новостях, как раз показывали (У) репортаж про нее, это хорошая возможность бросить курить! Держи книжку!”

То есть, вы говорите с другом на его языке, используя его *систему принятия решения*! Он охотнее согласится с вами.

Понятно?

Продолжение следует...»

«Здравствуйте, Дмитрий Васильевич!

На обложке Вашей книги дан электронный адрес и предложение высылать вопросы, касающиеся материалов написанной Вами книги и дальнейшего обучения. Вопросов нет, одни эмоции, но я все же воспользуюсь случаем и выскажу все, что хотела, позвольте мне это!

Встреча с книгой “НЛП по-русски” произошла в одну из весенних суббот. Погода была так себе: слякоть, пасмурно, ветрено. И настроение под стать, такое же серое. Дочери, получающей второе высшее, потребовался учебник, и она предложила проехаться с ней по книжным магазинам. Зашли в один из них. Дочь пошла к полкам интересующей ее тематики, а я направилась в раздел “Психология” – а вдруг будет что-то этакое из НЛП? Что-то новенькое и необычное, чего я до сих пор не читала. Обычно в этой серии продают книги “ненашенские”. Одни из них написаны лучше, другие хуже, но, в принципе, все одно и то же. Пожалуй, за последние годы из серии книг по НЛП меня привлекли только две книги россиянина С. В. Ковалева: “Исцеление с помощью НЛП” и “НЛП человеческого совершенства”, прежде всего тем, что даны всевозможные техники в одной книге; и структурой этих книг. А для начинающих – книги А. Бакирова и А. Плигина. Простите, я отошла от темы. Вот стою я, смотрю на книги скучающим взглядом, сдерживая позывы на зевоту: это у меня есть, это я читала в Интернете! И вдруг! И вдруг! Настроение резко изменилось, губы поползли в улыбке до ушей, а гормоны счастья накатили волной, хотелось прыгать, хохотать! **Я**, конечно, сдержалась, чтобы не пугать людей.

Прежде всего взгляд выхватил два слова: НЛП и Д. В. Воедилов. Первые мысли: “Не может быть! Ура! Он наконец-то написал книгу!” Молекула сомнения: “А вдруг это не тот Воедилов?” И тут же внутренний ответ: “Это ТОТ!” Взяла кни-

гу в руки: как все знакомо! А вот и строки о военном прошлом, о среднеазиатской республике! Никаких сомнений!

Небольшая книга послужила мощнейшим якорем: невольно в памяти всплыло начало сентября 1993 года, помните, тогда еще карантин был – то ли холеру, то ли чуму где-то обнаружили. Невольное ощущение молодости (мне был 31 год), счастья! И ощущение какого-то чуда! Чудом были занятия по НЛП, которые проводил в здании детской поликлиники небольшой группке людей некий особист Воедилов Дмитрий Васильевич. Именно на этих занятиях сказка НЛП стала реальностью, а все разрозненные и мало используемые знания стали четко осознаваемыми и приведенными в стройную систему, типа детских разрезных картинок, именуемых нынче “пазлами”, которые вдруг сложились. Тогда же приобретенные знания начисто уничтожили имевшиеся в какой-то мере у меня различнейшие иллюзии в самых разных областях. С тех же занятий стало важным понятие “вторичной выгоды”! За что я Вам премного благодарна. Я не знаю, как сложилась жизнь у посещавших со мной эти занятия, наши пути разошлись; но моя жизнь изменилась, я получила нечто, что помогло мне в моем дальнейшем личностном развитии и развитии и воспитании моей дочери. В жизни многое стало получаться легче. Лишь один “минус”, он же “плюс” – я избавилась от многих посторонних людей в своей жизни. А пальцевые сигналы я использую для общения и с собственным подсознанием – это так удобно в любой

ситуации, а то, бывало, что его мнение с сознательным никак не совпадало.

Тогда, в 1993-ем, когда окончились все занятия, я перелистала свои тетрадки с записями (по возможности, хоть на-меком старалась записать все, о чем говорилось на занятиях, хотя Вы это не поощряли, требовали “практику”). И во время обеденных перерывов, разбирая свои суперсокращения, или кодовые слова, стала все это перепечатывать на листы формата А4 (компьютеры тогда еще были редкостью, и операционки были DOS), только рисунки стратегий пришлось рисовать от руки. С интервалом 1, без полей, с сокращениями получилось 30 листов. На последнем даже координаты для связи на всякий действительно “пожарный” случай: телефон родителей в г. Алматы; в Капчагае ответит “Босфор”, попросить Особый отдел, ответит дневальный (круглосуточно), спросить капитана Воедилова. 8-30 – 10-00 и примерно 19-00 обычно на месте, если нет – передать (слава Богу, меня “пожарные” случаи миновали). Периодически за прошедшие годы я все это перечитывала с удовольствием. Скорее, это был своеобразный ритуал, якорь. Уголки листов обтрепались, и я год назад, чтобы сохранить эти напечатанные листки для своих внуков, даже сделала ксерокопию. За прошедшие годы я читала и другую литературу по НЛП и каждый раз досадовала – все, что было на занятиях коротко, точно, емко, в этих книгах не встречалось. “Эх, – сколько раз думалось мне, – была бы такая книжка, как эти мои распечатки!”

Как я понимаю, подобная мысль была не только у меня. Я предполагаю, что на написание и издание Вашей собственной книги Вас подталкивали не единожды те, кто посещал Ваши занятия – мой поклон этим людям! И вот теперь я держу эту книгу в руках, и за пару месяцев я не раз прибегала к ней как средству поднятия настроения и вообще физического тонуса. И теперь я спокойна за внуков – что бы со мной ни случилось, они смогут получить эту информацию по НЛП!

Невольно книга дала информацию и о Вас: много информации о Вашем военном прошлом, похоже, что с военной профессией Вы расстались, а жаль, если это так, – спецслужбы много потеряли. А вот слушателям Академии народного хозяйства несказанно повезло. Как-то случайно залезла на форум, посвященный НЛП, где участники рассуждали о том, что НЛП и ЭГ – что-то вроде красивой легенды, что после посещения обучающих семинаров они толком-то ничего не могут сделать, хотя вроде бы знания есть. “Их бы к Дмитрию Васильевичу, тогда бы они другое запели”, – подумала я тогда. Как я завидую Вашим сегодняшним ученикам (и за себя рада, что какое-то время побывала Вашей ученицей!), сейчас Вы им даете больше информации хотя бы в виде историй, которыми обогатился Ваш жизненный опыт.

Я Вам очень благодарна за те чудесные занятия по НЛП в сентябре 1993 года и за изданную книгу!

С наилучшими пожеланиями.

Мой TOP книг по гипнотерапии.

На данное время:

- 1) Р. Бендлер, Дж. Гриндер “Наведение транса” (ака Трансформация).
- 2) С. Гиллиган “Терапевтические трансы. Руководство по эриксоновской гипнотерапии”.
- 3) М. Эриксон, Э. Росси, Ш. Росси “Гипнотические реальности. Наведение клинического гипноза и формы косвенного внушения”.
- 4) М. Эриксон, Э. Росси “Человек из февраля. Гипнотерапия и развитие личности”.
- 5) С. Розен “Гипнотические истории Милтона Эриксона для обучения и психотерапии”.
- 6) Ж. Беччио, Э. Росси “Гипноз XXI века”.
- 7) Дж. К. Зейг “Испытание Эриксоном. Личность мастера и его работа”.
- 8) Р. Бендлер, Дж. Гриндер “Из лягушек в принцы”.
- 9) Л. Лекрон “Добрая сила. Самогипноз”.
- 10) Д. В. Воедилов “НЛП по-русски”.

Есть немало и других книг, но, по-моему, эти – лучшие.

P.S. Еще “Пикник на обочине” А. и Б. Стругацких как обобщенная метафора гипнопсихотерапии.»

«Ну вот я создал свой блог. Тут буду писать свои наблюдения, мнения, впечатления.

В общем, заходите, всем буду рад.

А так, сегодня попробовал черный чай с южноафриканским ройбушем и корицей. Очень понравилось. Прекрасный запах и... хм... как бы сказать, пряный вкус.

Кстати, вот на днях прочитал книгу Воедилова “НЛП по-русски”. Было написано, что российский опыт и все такое. Еле прочитал. Просто ужасно, все скомкано, все практики чужие, никакого особого русского опыта нет, а примеры настолько оторванные. Выделение слов из текста сделано тоже ужасно, не там где надо. Куча просто убийственных фраз, вот приведу одну из них: “Наш мозг принимает информацию благодаря системам ее получения”.

Сначала я хотел написать этому автору письмо, разбирая каждый ляп, потом понял, что это будет слишком долго. Решил не писать вообще ничего. Сложилось впечатление, что человек просто захотел по-быстрому заработать денег и написал за неделю, а может и быстрее, эту книгу.»

«Дорогой Дмитрий Васильевич! Я перечитал вашу книгу (“НЛП по-русски”) несколько раз – это поистине фундаментальная книженция. Вы добились своего, я заинтригован и хотел бы более углубленно ознакомиться с методиками, такими как:

1) отрицательные галлюцинации для введения в транс,

обезболивания;

2) искусственное ускорение обработки информации (каюсь, я испробовал ваши методики на людях, в частности, на бабушке 84 лет, она по своей старости забывала выключать свет в ванной комнате, и я подсадил бабулю на сказочный якорь, одним словом, как только ты зайдешь в комнату и увидишь ковер на стене, проверь свет);

3) ввод – вывод в ИСС, стирание и восстановление КФ (более подробно с примерами).

Когда выйдет следующая книжка?

Какую литературу порекомендуете, есть ли у нас в городе Екатеринбурге курсы НЛП?

Заранее огромное спасибо, с уважением...»

«Прочитал Вашу книгу “НЛП по-русски” три раза.

Очень понравилось, уже применял на практике. Работает!

Намерен обучаться данной науке и дальше. Особенно нравится простота стиля написания книги!»

«Честно просмотрел книгу.

Много графического представления, схем (что скорее плюс).

Довольно интересные попытки структурировать информацию и представить её в таком логично-дигитальном ключе. Пошаговые инструкции.

НО!!!

Но при этом куча ошибок и каких-то подгонок. Неправильный TOTE – а у него там полкниги про стратегии, которые он на этой схеме описывает.

У него там ещё точно такой же рисунок для движений глаз (правда, с делением V_s и V_r и тому подобное).

То есть красивость идеи понятна. Такая красивая схема движения глаз – уж очень хочется к ней такую же красивую схему движения рук присобачить. А проверять в жизни лень.

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.