

Cogito, ergo sum

Мыслю, следовательно, существую

сам
себе
психолог

Станислав Мюллер
Светлана Сергеева

РАЗВИТИЕ СУПЕР памяти и мышления У ДЕТЕЙ

Быть
отличником
просто



ПИТЕР®

Станислав Мюллер

**Развитие суперпамяти и
супермышления у детей.
Быть отличником просто!**

«Питер»

2010

Мюллер С.

Развитие суперпамяти и супермышления у детей. Быть отличником просто! / С. Мюллер — «Питер», 2010

Станислав Мюллер – практикующий психолог, доктор педагогических наук, руководитель центра «Город талантов», главный редактор журнала «УСПЕХ для всех». Перед вами – принципиально новая технология развития памяти и мышления для детей и подростков. Она поможет дошкольникам, школьникам, абитуриентам:– эффективно развивать память, внимание, интеллектуальные способности;– овладеть навыками стрессотерапии;– успешно справляться с экзаменами, контрольными, аттестациями;– поступить в самые престижные школы, гимназии, лицеи, университеты;– быстро и просто осваивать иностранные языки... Научите своих детей учиться!

© Мюллер С., 2010

© Питер, 2010

Содержание

Вместо введения	5
О чем эта книга	7
Часть 1	10
До того как...	10
Зачатие	15
9 месяцев надежды, 9 месяцев любви	16
Конец ознакомительного фрагмента.	18

Станислав Мюллер, Светлана Сергеева

Развитие суперпамяти и супермышления у детей. Быть отличником просто

Вместо введения

Пятилетний Коля никак не мог поверить в себя. В то, что если чего-то очень сильно захотеть, то все получится. А его папа – в свое время он участвовал в одной из экспериментальных программ «Города талантов» – прекрасно знал о силе мысли, о том, что визуализация вкупе с особым внутренним состоянием способна творить чудеса. И о том, что детский разум, еще не обремененный бесчисленным количеством подтверждений пословиц вроде «выше головы не прыгнешь» или «без труда не выловишь рыбку из пруда», обладает несравнимо высокой возможностью в плане сознательного созидания своего будущего.

– Просто поверь в то, что у тебя непременно получится обыграть взрослого в кубики.

Ответ сына не заставил себя ждать:

– Я проиграю!

– Если хочешь, то проиграешь. А если захочешь выиграть, то обязательно выиграешь!

В тот день Коля в первый раз одержал победу над папой.

Теперь Коля просто выкрикивает число на кубике, которое хочет увидеть, бросает кубик и затем с довольным видом показывает его папе. Ему все-таки удалось научиться сильно желать и верить в то, что он хочет сделать...

– Папа, видишь, опять я смог!

У Риты не получалось свободно и красиво сидеть за роялем, а вместо звучных аккордов уши ее невольного слушателя резала какофония. Мама привела ее на курс «Сверхобучаемость в жизни, работе и в учебе», но девочке было сложно заниматься наравне со взрослыми, и ее терпения хватило только на одно занятие.

– Ну-ка, соберись! Скажи себе, что ты великая пианистка!

Девочка зажмурила глаза, мысленно дала себе установку, и ее плечи как бы сами собой расправились, поникшие были руки взлетели над клавишами, и музыка полилась, наполняя комнату узнаваемой мелодией шопеновского вальса...

Теперь Рита вызывает у себя состояние вдохновения уже без напоминания мамы и успешно осваивает не только музыкальные пьесы, но и домашние задания общеобразовательной школы.

* * *

Наталья Михайловна начала заниматься с внуком, как только дочь принесла его из род-дома. За год до этого бабушка сначала освоила сверхобучаемость, а затем и голографическую память. Дальше был экспериментальный курс по развитию мышления на основе голограммы. Нина далеко не всегда могла понять, почему ее сын плачет. А бабушка просто настраивалась на малыша: старалась удерживать безоценочное состояние реальности, тишину в голове и прислушивалась к своим ощущениям. Так приходило осознание, что именно не так у Игорька, что сейчас действительно ему нужно. И время от времени подсказывала дочери:

– Да покорми ты его, он же голодный! Или:

– Ему же неудобно в этих ползунках!

Сейчас мальчик подросток, он прекрасно понимает бабушку, чувствует ее настроение и не только... Иногда внук шокирует Наталью Михайловну тем, что приносит то, что она хотела взять или искала, хотя свои желания она не озвучивала.

* * *

– Маша, вспомни, пожалуйста, что ты делала 5 октября прошлого года в 12 часов дня?

Девочка концентрирует внимание на левом луче воображаемой голограммы памяти и перечисляет свои действия, заметив в конце:

– ...А почему это я дома, а не в школе?

Мы проверяем по календарю и выясняем, что это было воскресенье.

У Маши, которая тогда училась в девятом классе, открылась феноменальная память (умение свободно вспоминать любой день своей жизни) непосредственно во время освоения сразу двух курсов; сверхобучаемости и голографической памяти. О девочке писала пресса, она мелькала на телевидении, а сейчас учится в вузе и на память больше не жалуется.

О чем эта книга

У вас в руках практическое руководство с кратким теоретическим сопровождением по гармоничному развитию основных составляющих разума ребенка – как сознательной, так и бессознательной сфер.

О развитии на уровне сознания написано достаточно много статей и книг, проведено огромное количество исследований, и вполне вероятно, что многие из вас, уважаемые читатели, имеют опыт в этой сфере гораздо больший, чем у авторов этой книги.

Но, как известно, сознание составляет очень небольшую часть от общего объема человеческого разума. Ученые уже давно пришли к выводу, что все, что делает человек, продиктовано глубинными, неосознаваемыми им мотивами. Так что иногда люди понимают, что заставило их совершить тот или иной поступок.

Нашему исследовательскому коллективу очень, просто чрезвычайно повезло. Когда полным ходом шла так называемая перестройка и в воздухе витали идеи о сверхвозможностях и сверхспособностях, которые рекламировались слева и справа, сверху и снизу, мы вышли на действительно уникальную методику, которая не только позволяла получать потрясающие результаты при работе с мышлением, но также была официально проверена и рекомендована к внедрению Госкомтруда, Министерством образования и другими подобными инстанциями. Это «Ключ» – методика Хасая Магомедовича Алиева, выдающегося дагестанского ученого, врача, психолога и философа. В научных кругах известна как «управляемая психофизиологическая саморегуляция по методу Х. М. Алиева». За рубежом этот метод называли «революцией в практической психологии», «российским чудом». Мы начинали именно с метода творческого саморазвития человека на базе психотехники саморегуляции, и через некоторое время создали собственную аналогичную методику быстрого и совершенно безопасного развития разума – сверхобучаемость. (Последнее издание книги с подробным описанием методики: «Разблокируй свой ум: стань гением!» [1].) В отличие от других методик подобного направления, сверхобучаемостью можно овладевать без применения гипноза, ее можно осваивать заочно по книгам и интернет-рассылкам.

Естественно, все сотрудники нашего исследовательского коллектива в совершенстве владеют сверхобучаемостью. И это позволяло и позволяет свободно и за сравнительно небольшой промежуток времени выполнять такие задачи, на решение которых при обычном подходе потребуются десятилетия. Мы создали более десяти тренингов, которые позволяли вести занятия на столь высоком уровне, что конкурирующие фирмы просто свернули аналогичную деятельность в нашем городе. Была создана не имеющая аналогов в мире методика быстрого развития памяти и работы с сознательным и бессознательным разумом – «голографическая память», книги и пособия по которой сейчас есть в каждой солидной интернет- и обычной библиотеке (среди них – «Разблокируй свою память: запомни все!» [2]).

Членов нашего авторского коллектива рады видеть на конференциях и конгрессах по всему миру, книги продаются по всей стране и за рубежом – это то, что бросается в глаза. Но существует и целый комплекс обычных жизненных задач, над которыми работал и продолжает работать наш коллектив. Вот эти чисто практические направления:

- быстрое овладение иностранными языками;
- скорочтение;
- сохранение, улучшение и восстановление здоровья;
- раннее развитие детей;
- трансперсональные техники;
- нахождение своего предназначения и т. п.

За какую бы проблему мы ни брались, почти всегда комплексный подход, включение сознательного и бессознательного элементов разума позволяли выходить на совершенно новый, не имеющий аналогов по эффективности уровень.

Еще один пример. Отдельные сотрудники некоторое время вели тренинги по воспоминанию людьми своего рождения. В разной литературе они называются по-разному: «второе рождение», «альтернативное рождение», «рождение заново», «повторное рождение» и т. п. О том, насколько полезно для здоровья, психики и успешной, гармоничной жизни прохождение подобных тренингов, написано множество книг.

Существует множество способов их проведения – от использования холотропного дыхания до погружения в глубокий гипнотический транс, от мысленного представления этого процесса до буквального ползания по живому коридору из других участников.

Нам же удалось создать тренинг, который позволял людям не только прорабатывать деструктивные моменты из этого периода, но и просматривать помесечно период от зачатия до рождения, корректируя и изменяя жизненные программы, которые были тогда спонтанно заложены в разум.

Перейдем непосредственно к теме этого издания: комплексное, сознательное и подсознательное развитие ребенка.

На страницах книги вы найдете подробные описания упражнений, игр, отзывы, советы, пожелания о том, как можно задействовать и развивать не только бессознательный разум вашего малыша, но и самому быть рядом с ним, как говорится, «на одной волне». Параллельно с чисто практическим подходом к комплексному развитию будет дано теоретическое сопровождение этих упражнений.

Каждый сможет выбрать то, что ему более интересно: кто-то ограничится выполнением простых, но действенных упражнений и заданий, уделяя внимание некоторым, вроде бы незначительным деталям, но в то же время на порядок увеличивающим эффективность развивающего процесса. Или с удовольствием погрузится в хитросплетения взаимоотношений сознательного и бессознательного в человеческом разуме, заодно наверстывая что-то для себя из того, что было упущено в детстве, с удовольствием применяя все это, например, для своих детей.

Не исключено, что достаточно много моментов покажутся кому-то спорными. Мы готовы к дискуссии, но уточним, что в этой книге описываются только проверенные и хорошо изученные нами упражнения. В среднем период от разработки и применения до публикаций в популярной литературе составляет от трех до пяти лет. Поэтому то, что сейчас находится в стадии научных исследований, возможно, станет доступным широкому кругу читателей только лет через пять. А может быть и раньше – через публикации в журнале «Самый настоящий УСПЕХ для всех» [3] или в новостных рубриках нашего сайта www.talencity.ru (на сайте можно также подписаться на рассылки по раннему развитию детей, развитию памяти и т. п.).

Еще раз уточним, что книга рассчитана на работу с детьми любого возраста. Если сыну, дочери, внуку или внучке 10 лет – можно начинать выполнять рекомендации, относящиеся к этому периоду. Если 15 – спешите, вы опаздываете! Если несколько месяцев – еще лучше. И идеально, если у вас будет возможность ознакомиться с нашим взглядом на работу с разумом ребенка не только до его рождения, но и до зачатия. Почему – об этом отдельная глава.

И буквально пару слов о том, кем и как создавалась эта книга. Части книги, которые относятся к архетипам коллективного бессознательного, были написаны Светланой Сергеевой. Остальной текст принадлежит Станиславу Мюллеру.

Мы будем весьма признательны вам за замечания, отзывы, необычные и заурядные интересные примеры, наблюдения и пожелания по затронутой в этой книге теме развития детей. И конечно же, для нас очень большое значение имеет ваш опыт овладения технологиями «Города талантов». Пишите, не стесняйтесь, вот наши электронные адреса:

svetlanasergeeva888@yahoo.com,
101talant@mail.ru.

А сейчас – мы желаем вам приятного чтения этой книги и полезного времяпрепровождения с вашими детьми!

Часть 1

До рождения

До того как...

Моя коллега по «Городу талантов» ведет занятия с подростками-восьмиклассниками в качестве обычного педагога по одному из стандартных учебных предметов. И неожиданно речь переходит к теме супружества, рождения детей. Естественно, она старается донести до молодежи, что дети должны рождаться только по любви. Один из молодых людей, театрально вздохнув, выдает фразу, которую она потом не раз вспоминала – и трагичную и анекдотичную одновременно:

– А мы по залету!

Екатеринбург, 18 сентября 2009 года. Третье занятие курса «Второе рождение». На предыдущих двух занятиях люди вспоминали, как они рождались, ощущали давление на голову, на тело, некоторые после этого еле ходили, словно их побили палками. Когда вспоминали свой первый вдох, половина группы зашлась в кашле – спонтанно включилось состояние первых секунд после рождения и сработало рефлекторное очищение дыхательных путей. Не остался без внимания и период нахождения в утробе матери: осознавались и эмоционально «переписывались» в том числе негативные моменты.

На третьем занятии я принимаю решение отправить участников группы в еще более отдаленные воспоминания – до зачатия. Такие путешествия можно делать только с подготовленными участниками, а поскольку все пришедшие на этот тренинг ранее изучали различные курсы, то я решил рискнуть. И не ошибся.

Что происходит с разумом до зачатия?

Я думаю, что на сознательном уровне окончательного ответа мы так и не получим, так как уровень сознания просто не позволяет охватить всего того грандиозного замысла, который разворачивается во Вселенной на бессознательном уровне. Но, тем не менее, мы можем прикоснуться к этим сокровенным тайнам бытия через моделирование ситуаций в том виде, в котором наш разум может нам это показать.

И наша группа смогла прикоснуться к этой тайне бытия. Кто-то смотрел на свое будущее на Земле, как на трудное, но ответственное и полезное путешествие. Кто-то осознал, что все те тяготы, которые выпали на жизненном пути, оказывается, были запланированы для развития и становления личности, понимания окружающего мира. Кто-то толком ничего не разобрал и предстоящего глобального плана своей жизни не понял, так как ощущал такую огромную тягу, такой сильный зов со стороны будущих родителей, что никаких других ощущений и переживаний вспомнить не удалось.

Вот что интересно: из тех, кто все-таки смог прикоснуться к святой святых – замыслу своей жизни, – исполнились понимания, что их жизнь на Земле – очень важный акт, каждый должен выполнить некую вполне определенную миссию. Кому-то от этого понимания будет легче. А кому-то – труднее, так как заметна стала тяжесть неотработанных задач из более отдаленного прошлого.

И практически все ощущали любовь. Они купались не просто в любви, а в целом океане любви и блаженства.

Для тех читателей, кому удобнее опираться на зарубежные аналоги, я предлагаю ознакомиться с книгой, которую не так давно написал Майкл Талбот: «Голографическая вселенная» [4]. В ней скомпилировано множество отрывков из исследований на тему трансперсо-

нальной психологии – направления, которое официально включено в программу подготовки психологов в нашей стране, но пока что еще остается на уровне факультатива.

Что мы можем взять из этого опыта? Дети появляются в нашей жизни сами, даже если мы не ждем их, и приходят с радостью и любовью, если зовем.

Они могут оказаться какие угодно, если мы заранее не уточняем, какого ребенка мы бы хотели иметь. А если мы относимся к этому вполне осознанно, то и результаты будут соответствующие.

Эрика, сотрудница нашего центра, рассказала, как они с мужем участвовали в семинаре «Духовное зачатие». С ее слов я привожу описание занятия, тем более что будущие родители могут проделать все это самостоятельно.

Упражнение «Духовное зачатие»

Выполняется как в группах, так и самостоятельно. Желательно (но не обязательно), если пара будет выполнять это упражнение вместе. Так сказать, «бок о бок».

Расположитесь поудобнее. Прикройте глаза. Расслабьтесь. Если вы владеете навыками работы с подсознанием, повысьте уровень активности вашего внутреннего разума. (Это может быть вхождение в состояние сверхобучаемости, «Ключа» Алиева, самогипноз, внешний гипноз или внушение и т. п.)

Представьте над собой голубое-голубое небо. Огромное голубое небо. Протяните руки вверх и представьте свои руки на фоне этого голубого неба. На ваших ладонях вы держите ребенка. Можете представить пол, цвет волос, глаз, форму носа, бровей, губ, овал лица... характер, осанку, фигуру, какие-то внутренние, деловые или другие качества.

Кто-то начинает представлять у себя на руках младенца, а затем, когда речь заходит о том, какие черты характера проявляются в более старшем возрасте, видит этого ребенка уже пятилетним или, к примеру, десятилетним. Обязательно почувствуйте, как от вас исходит тепло любви на вашего будущего ребенка.

Параллельно с визуализацией вы очень сильно, очень страстно просите послать вам этого малыша. У кого? Как говорится, кто во что верит. Кто-то просит у Всевышнего, кто-то у ангелов, кто-то у Вселенной, кто-то у космоса, кто-то у этого мира. Сильно верующие люди могут просто молиться об этом соответствующим силам того эгрегора, с которым они взаимодействуют.

«Прожженные атеисты» могут просто помечтать наедине с любимым человеком, любуясь звездным небом или другим спокойным пейзажем, располагающим к раздумьям о вечном или возвышенном.

Заключительный этап – вы представляете, как с любовью и нежностью заботливо подбрасываете ребенка вверх, и он поднимается все выше и выше, превращаясь в белое облачко. Выходите из погружения. Очень важный момент – желание иметь детей, готовность дать им все то, что должны дать ребенку родители, прежде всего – свою любовь и внимание. Даже если ребенка вы ждете не сейчас, а через какое-то время.

Эрика с мужем выполняли это упражнение на семинаре. Заранее они не обсуждали, кого будут представлять. Решили, что девочку, но ничего конкретного не обговаривали. Проходит тренинг, и выясняется, что они представляли все одинаково – и цвет глаз и волос, и форму носа, и стройную фигурку, и даже некоторые черты характера.

Но самое интересное, что через некоторое время именно такая девочка у них и родилась. Сейчас она уже ходит в школу, и все, что родители «заказали» на семинаре духовного зачатия, в точности совпадает.

Когда лучше проделывать это или другие подобные упражнения? Мы рекомендуем – примерно за два месяца до предполагаемой даты зачатия.



А вот что по этому поводу мне ответили на форуме

[http://mama.md /style_emoticons/default /:](http://mama.md/style_emoticons/default/)

Я не загадывала во время беременности каких-либо черт характера или склонностей. У меня должна была родиться дочь, и я про себя повторяла, что она будет красивая «как кукла». Черные ресницы, брови, яркие глазницы, четко очерченные губы, аккуратный носик – новорожденная удалась на все 100 %. Еще любопытная деталь: я очень хотела, чтобы у девочки вились волосы, и подруга рассказала, что у нее тоже была такая мечта и ей во время беременности посоветовали украсть стружку. Она и сделала, спрятала стружку в нагрудный кармашек сарафана, в котором проходила всю беременность. Не знаю, в чем фокус, но локоны у ее дочери – загляденье. Я тоже набила карманы стружкой – и у нас получились локоны!

* * *

А я знаю, что моя мама, будучи беременной, очень хотела девочку, о мальчике даже и мысли не было. Она упорно верила и всем говорила, что девочка будет светленькой, голубоглазенькой, с длинной косичкой, и даже звать ее будут Аленушкой, как героиню русских народных сказок. Вот и получилась:) Несмотря на то, что все, кроме мамы, в семье потемнее будут, а папа и все его родственники вообще темные с темными глазами. Не знаю, совпадение или нет, но отчего-то склоняюсь к тому, что многие желания мамочек в период беременности в последующем могут исполняться. Конечно, только если они явно не идут вразрез с действительностью.



В любом случае, верит ли человек во все то, что описано выше, или нет, можно сказать, что если проделать подобные ритуалы, то хуже точно не будет, никто ничего не теряет. Зато результат может приятно удивить.

Иногда люди хотят, чтобы у них был не ребенок, а «звезда». Не будем подробно останавливаться на духовной подоплеке такой постановки вопроса (кто-то может сказать – на бездуховной...), но сама проблема прихода гениев в этот мир, тем не менее, требует того, чтобы о ней поговорить несколько подробнее. Тем более что с одаренными детьми и с различными проявлениями гениальности сотрудники нашего коллектива «Город талантов» имеют дело постоянно.

Вопрос очень непростой и очень серьезный. Тем, кого интересуют глубокие академические исследования, рекомендуем ознакомиться с книгой В. П. Эфроимсона «Предпосылки гениальности» [5]. Позволим себе привести некоторые выводы, которые делает автор этого труда на основе проделанной серьезной работы в этом направлении. Проявление гениальности определяется прежде всего следующими факторами:

1. Становление в детско-подростково-юношеском периоде твердых ценностных установок.
2. Выбор деятельности в соответствии с индивидуальными дарованиями.
3. Оптимальные условия для развития этих дарований, иногда активно созданные даже вопреки социуму.
4. Наличие благоприятных социальных условий (социального «заказа», спроса) для самореализации.

Если добавить к этому еще и результаты наших исследований одаренности детей и человеческой популяции в целом, то получается, что бездарных практически нет. С врожденными способностями, граничащими с гениальностью, рождаются почти все. Вот только найти себя,

развить и реализоваться в данном месте и в данное время получается у очень и очень немногих.

На наш взгляд, врожденная гениальность в чем-то почти всегда не приносит счастья самому гению, являясь причиной множества проблем. При рождении разум устроен очень гармонично. Всего обычно дается примерно поровну. И если от рождения чего-то было намного больше, то чего-то, соответственно, намного меньше.

Приведем пару убедительных примеров.

Наш соотечественник А. Р. Лурия («Маленькая книжка о большой памяти») описывает журналиста Шерешевского, имевшего от рождения феноменальную память. Он был способен запоминать любое количество бессвязных слов в словесных рядах во время экспериментов в лаборатории (а в дальнейшем и со сцены), но не мог порой сосредоточиться на нити разговора, на скрупулезном выполнении журналистской работы. Вся жизнь его прошла в неустроенности, счастливым человеком он себя никогда (кроме детства) не считал.

В книге «Человек, который принял жену за шляпу» [7] доктор Оливер Сакс рассказывает о различных невероятных с точки зрения обыденной логики случаях из своей психотерапевтической практики. Два брата-близнеца Джон и Майкл, находясь вместе, могли свободно оперировать в уме шести-, семи-, восьмизначными числами. Извлекать из них корни, умножать, находить простые числа, числа Фибоначчи, называть, на какой день недели выпадает любая дата на много лет вперед или назад, и т. п. Но проблема состояла в том, что они были совершенно не приспособлены к обычной жизни. Находясь вместе, они буквально упивались своим обществом, а до всего остального им не было никакого дела. В конце концов их разлучили, чтобы они смогли хоть как-то адаптироваться к жизни и заниматься какой-либо деятельностью. Увы, все, что смогло предложить им общество – это самая простейшая работа, не требующая абсолютно никакой квалификации.

Очень часто гениальность ребенка сочетается с серьезнейшими проблемами со здоровьем. Или, как в случае с некоторыми «детьми индиго» – полной расторможенностью, эмоциональной неуравновешенностью, неспособностью жить в тех рамках, которые устанавливает общество. Подумайте, нужно ли вам такое счастье?

Концепция этого издания предполагает совершенно другой подход к развитию одаренности: через гармонизацию развития и взаимодействия всех составляющих разума, что, в свою очередь, автоматически способствует нахождению и раскрытию тех способностей, посредством развития которых ребенок может прийти к счастливой, успешной жизни. А если будет желание, стремление и совпадение некоторых других факторов – то свободно дойдет и до уровня гениальности.

Может быть, именно «гениального от рождения ребенка» не стоит заказывать, а подумать о чем-то более простом, но надежном? Помните, как в той сказке о Курочке Рябе, которая снесла золотое яичко? Дед бил-бил, не разбил, баба била-била, не разбила. А мышка бежала, хвостиком махнула, яичко покатилося и разбилося. Плачет дед, плачет баба... Сколько в мире таких «золотых» детей, с которыми «бьются» специалисты, и чья судьба порой разбивается при первом же серьезном столкновении с кем-то или чем-то в жизни... Финал сказки, я думаю, можно не пересказывать, вы его помните. И если Курочка Ряба легко могла снести новое яичко, не золотое, а простое, то с рождением детей все обстоит несколько сложнее.

Тем не менее всемирный закон свободы выбора еще никто не отменял. Если вы хотите гениального ребенка от рождения (об одном из таких детей мы еще поговорим чуть позже на страницах этой книги), то это исключительно ваше личное дело. Останется лишь пожелать, чтобы задуманное вами удалось, и данная книга послужила хорошим подспорьем в развитии как «обычных» детей, так и «необычных».

Зачатие

Нет смысла повторять всем известные истины о том, что ребенок должен быть зачат в любви, радости, по взаимному согласию, ему не должна отводиться роль рычага воздействия на кого-либо. Но коснуться некоторых тонкостей, непосредственно связанных с зачатием, все-таки необходимо.

В одной из книг Карлоса Кастанеды говорится о влиянии настроения родителей, их состояния при зачатии на целый ряд особенностей жизни будущего ребенка.

Сильный, здоровый ребенок – результат сильной страсти, взаимного уважения и радости. Апатичный – результат скуки, приевшихся чувств. Остальное – промежуточный спектр.

Совершенно не имеет значения, в богатой или бедной обстановке происходит это таинство. На способности будущего ребенка также не влияет ни время суток, ни ориентация вашей кровати.

Есть мнение, что чем старше возраст отца будущего ребенка, тем более способным он родится. Мы не нашли подтверждения этому. Скорее, здесь играет роль тот фактор, насколько с возрастом мужчина становится мудрее и может более гармонично влиять на развитие, а не одергивать и не предъявлять совершенно неоправданных, порой прямо противоположных требований к своему отпрыску.

– Не шали! Не кричи!

А на следующий день, общаясь со знакомыми:

– Ив кого он такой тихоня? Другие дети такие активные!

Конечно, всем известна пагубность влияния на будущего ребенка алкоголя, сильнодействующих препаратов, наркотических средств.

Некоторых интересуют даже такие нюансы – чем должно быть занято сознание при зачатии и о чем следует думать «в процессе».

Лучше всего отпустить себя полностью, ничем не загружать свою голову. Вы заказ на соответствующего ребенка уже сделали, осталась самая малость – чтобы он пришел к вам, когда вам двоим очень хорошо, комфортно, когда ваши души и тела парят на седьмом небе.

9 месяцев надежды, 9 месяцев любви

Несколько десятков историй внутриутробного развития – возможно, это не такая уж и большая статистика. Но этот багаж знаний позволил нам убедиться в том, что все рассказы и исследования о том, что разум человека помнит и осознает себя еще задолго до рождения, на самом деле отражают реальное положение дел. И то, в какой обстановке и с каким настроением происходит формирование плода в эти девять месяцев, в значительной степени отражается на дальнейшей жизни маленького человечка.

В первые два месяца после зачатия нет какой-то особой необходимости начинать выполнять развивающие упражнения интеллектуального плана. Женщина занимается своим здоровьем. Больше прогулок, хорошего настроения, полезно любоваться красивыми пейзажами, замечать проявление красоты этого мира даже в мелочах. Полезен физический и психоэмоциональный контакт с супругом – объятия, поцелуи, прикосновения. Отец при этом должен осознавать, что разум плода свободно считывает его мысли и понимает его слова в отношении будущего ребенка. А это значит, что следует постоянно следить за тем, какие мысли посещают его голову, отбрасывая весь негатив и раздражение. Да, когда ребенок родится и подрастет, его сознание ничего этого помнить уже не будет. Но подсознание помнит все, и это может отражаться на будущих отношениях.

Для тех, кто точно знает дату зачатия, может быть интересна и полезна информация о том, что зародыш развивается неравномерно. Плавное развитие сменяется резким скачком, далее все повторяется. В дни скачкообразного перехода количественных изменений в качественные, движения на более высокий уровень можно сознательно занять себя чем-то творческим. В такие дни закладка способностей гораздо выше, чем в любые другие.

Начиная с двух месяцев после зачатия полезно уже начинать уделять внимание ежедневному интеллектуальному развитию, причем как будущего человечка, так и собственному. На протяжении всего периода до рождения мамы действия и поступки автоматически отражаются на способностях будущего ребенка.

Чем же желательно заниматься дополнительно к тем программам, которыми вы и так пользуетесь по совету друзей или патронажной сестры?

Упражнение на установление психоэмоционального контакта

Все знают, что с растущим в животике малышом можно и нужно разговаривать. Для начала это установление хорошего, прочного, доброжелательного контакта. Мама может просто комментировать вслух все, что она в это время делает:

- Доброе утро! Мы проснулись! Давай встанем!
- А сейчас мы пойдем в бассейн (душ), поплаваем (ополоснемся).
- Давай сделаем утреннюю зарядку. Потянемся, я разминаю, кисти, локти, плечи...
- Пора завтракать, идем на кухню (в столовую). Так, что у нас сегодня на завтрак? Ты уже отгадал? Ага, у нас вкусная каша, а на десерт...
- Давай мама сядет за работу. Вот, все эти данные надо свести в одну таблицу.

И так далее.

Делитесь радостью, сообщайте новости, рассуждайте вслух. Естественно, стараясь не шокировать своими монологами посторонних людей. Хотя сейчас вид человека, который говорит вроде бы сам с собой, а на самом деле по мобильному телефону с гарнитурой, уже мало кого удивляет.

Сколько можно так общаться? Хоть весь день. Но, как правило, интуиция начинает подсказывать, когда такое общение стоит на время прекратить. Старайтесь прислушиваться

к вашему внутреннему разуму, так как в это время мощностъ (если можно так выразиться) вашего бессознательного составляет уже $1 + 1$, и это никогда не равняется двум, если речь идет о внутреннем разуме.

Начиная с 3–4 месяцев беременности вы можете обращаться к разуму ребенка за советом. Кто-то дожидается ощущения первых телодвижений плода, а кто-то начинает общение, когда возникает необходимость что-то уточнить или выяснить. Хотя многие мамы в этом состоянии просто осознают, что именно требуется. Но если у вас возникают сомнения, я рекомендую достаточно простой способ для активного взаимодействия как с собственным бессознательным разумом, так и с разумом будущего малыша.

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.