**Игорь Алимов**: И так, всем привет, дорогие друзья. С вами Игорь Алимов и Василий Шохов.

**Василий Шохов:** От всего сердца вас приветствую, дорогие друзья.

**Игорь Алимов**: И вот, сейчас мы с Василием решили поговорить о такой важной и, без сомнения, важной и актуальной теме, как здоровье. Я думаю, что для многих она актуальна и интересна. Ну, собственно, у нас и у многих на вебинарах постоянно огромное количество вопросов посвящено здоровью, причем самое интересное, что всегда речь идет, наверное, каков был огромный перечень заболеваний и самое, что интересное, каждый человек хочет получить универсальную пилюлю от различного рода заболеваний и сейчас мы узнаем возможно ли это. А скажи, пожалуйста, ты как человек, который в этой теме не просто очень давно, а очень, очень, очень давно: есть ли такая универсальная пилюля для решения всех проблем со здоровьем?

**Василий Шохов**: Смотря что иметь ввиду под пилюлей. Если говорить о пресловутой Кремлевской таблетке, в любом виде, не важно это психологические техники или это реально что то, что можно проглотить, то такой пилюли нет, безусловно нет. Её не существует - это миф.

Но, допустим, с точки зрения основоположников классической медицины, классической психологии и психотерапии, все болезни являются психосоматикой и, если исходить из этой модели, если не рассматривать причины и следствия заболеваний, то, безусловно, такой перегиб 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 самые интересные идеи с психосоматикой, вот почему она мне нравится, когда я переходил к этой теме, мне нравится то, что психосоматика - это универсальная мужская наука, которая по универсальному рассматривает совершенно разные заболевания. Понимаю, что корень их сидит, именно, в либо не выраженных эмоциях, либо, какой-то, грубо говоря, какой-то агрессии, что по сути дела является невыраженными эмоциями или может быть наоборот, слишком открыто выраженные. Вот, я тоже считаю, что, действительно, психосоматика и работа с психосоматикой -  это, действительно, ключ к решению любых болезней. Но, надо понимать следующее: вот, болезнь бывает на двух этапах. Бывает на этапе, когда она еще 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 кидается? Когда уже прихватило конкретно. Вот скажи, насколько актуальны психологические практики, когда реально прихватило?

**Василий Шохов**: Ну что ж, ну вот, в принципе, мы что-то даже, наверное, можем продемонстрировать прямо сейчас из того что работает. На самом деле всё гениальное просто и, когда организм сообщаем 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, то есть тогда мы начинаем понимать, что вот человек образованный, продвинутый, который, видимо, постоянно занимается, он сразу же поймёт, что есть какая -то часть в слепой зоне, которой он не видит, и эта часть ему говорит:” Дорогой, я есть! Если ты будешь продолжать это отрицать, то я тебе сейчас устрою, будет еще больнее.”

То есть эта боль будет продолжаться до тех пор, пока мы её не заметим, пока не обратим на нее внимание и пока, в принципе, можно это считать магией, не магией. Вообще, грань между психотерапией и магией очень иллюзорная. Где заканчивается наука и начинается магия, вам не объяснит, наверное, ни один профессор Академии, поэтому, в принципе, попробуйте просто сказать: я признаю ту часть себя, которая хочет мне сообщить о том, что она есть и даю ей и место, и время. Я вас уверяю, что, если вы произнесете эту волшебную формулу, то любая боль у вас пройдет. Конечно, это не устранит причины вашего заболевания. Ведь понимаете, с точки зрения официальной, заболеванием принято считать то, что проявляется уже на психологическом и клеточном уровне.

**Игорь Алимов**: Да, совершенно не понимают, что есть более глубокая причина, да.

**Василий Шохов**: Вопрос даже не в том, что есть более глубокая причина, вопрос в том, что мы начинаем на это обращать внимание, когда уже поздно становится; да, когда уже есть вот реальные изменения, которые, чтобы на них повлиять, нужно принимать какие-то экстренные меры. Если, извините, возьмем онкологию, механизм онкологии: у вас клетки органов замещаются другими клетками и орган перестает выполнять свою функцию, то поздно уже, 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 выживете, 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 психологических ли техник, с помощью ли простого признания того, что это есть и попытаетесь хотя бы туда посмотреть, вам станет значительно лучше и болезнь отступит. И вот об этом, в общем, можно рассказать очень много чего интересного. За мою многолетнюю практику есть очень интересные кейсы по этому поводу, которые как раз говорят о том, что многие вещи, которые понимаешь, как они происходят, кажутся элементарными, со стороны воспринимаются как чудо.

**Игорь Алимов**: Вот очень хорошую вещь ты подчеркнул насчет боли. Потому что, какая обычная классическая реакция человека на боль? Давайте, на самом деле, признаем, что вы редко задумывались в этот момент, что надо что-то предпринять; наверняка, в этот момент руки сразу тянулись к обезболивающим. То есть получается, что вы, по сути, делаете в этот момент? Убиваете естественную реакцию организма, который пытается сказать: “Мне от тебя что-то нужно, я хочу, чтобы ты меня увидел, увидела, почувствовал”, - а в этот момент, по сути, вместо того, чтобы работать и осознавать психологическую природу этой боли, вы тут же стараетесь её медицински забить. Что, по сути, происходит? Боль, естественно переходит на новый уровень, если она не успевает достучаться таким образом, то есть, что происходит у нас? Допустим, когда мы там в ссоре, пытаемся там что-то другому человеку донести, мы начинаем на него кричать, да? Если человек не слышит, мы начинаем орать еще больше, если он опять не слышит, мы там не знаю, что там, начинаем бить посуду, все остальное. То же самое происходит и в организме, по сути дела. Вот, собственно, сейчас об этом и идет речь.

**Василий Шохов**: Совершенно верно и спасибо, что переводишь меня с русского на русский, вот. Совершенно верно, здесь нужно просто помнить о том, что первое и главное условие для излечения болезней, для простого подхода к этому, простого и понятного подхода к этому - это умение наладить диалог с самим с собой. Умение слушать себя, умение говорить с собой и умение признавать свои ошибки, свои какие-то недочеты, просчеты, умение видеть свои сильные и слабые стороны, то есть адекватно смотреть на себя. Когда это качество есть, тогда вам по силам справиться с любой болезнью. Просто технологии, которые этому способствуют, они, в общем то, достаточно просты и легко усваиваются, но всё, что лежит на поверхности, вы же знаете, да, и ты. Игорь, ты, наверное, знаешь, что, если, сам буквально только что мне об этом говорил, что, если хочешь что-то спрятать, положи это на самое видно место. Да вот, собственно говоря, и здесь происходит то же самое и поэтому специально для вас вот мы с Игорем сейчас разрабатываем курс, который в скором времени, наверное, 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 только простые, но и глубокие, потому что, на самом деле, чтобы понять, что они глубокие, надо глубоко покопаться. Оно, 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, внутри, которые вы успели накопить в 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, попытаться понять, что вообще в вашей жизни происходит. Дело в том, что у вас часто нет видения вашей жизни в целом, 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 специально систему, специальный курс, который позволит вам, действительно, работать со своими болячками, восстанавливать свое здоровье, вам, конечно, стоит понять одну вещь: вы можете годы продолжать страдать от соматических реакций дальше. Более того, никто не говорит, что они там, раз и навсегда по щелчку пальцев исчезнуть, но мы все живем в обществе, как  (обращается к Василию) ты правильно сегодня рассказал, пока мы живем в обществе, что-то будет всегда с вами соматизироваться, 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 но и, как вы понимаете. есть очень серьезные обстоятельства, которые рано или поздно могут к нам в жизни прийти, то есть речь о том, что у всех нас жизнь ограничена. Вопрос в том, что хочется прожить её не просто дольше, но и качественно, а чтобы так было действительно, надо понимать, что есть гораздо более эффективные методы, нежели прими пилюлю и все будет классно. Но после пилюли будет рецидив гораздо более серьезный. Вот, собственно, говоря - это очень важная вещь. Если вы хотите, действительно, глубоко разобраться со своими вопросами, вопросами здоровья, улучшить здоровье, сделать это быстро и качественно, то, соответственно, присоединяйтесь к нашей программе, о которой вы скоро узнаете, и мы с вами сможем сделать действительно серьезный скачок в направлении вашего оздоровления.

**Василий Шохов**: У меня к тебе есть вопрос: ты думал о том, как мы назовем эту программу? Вот мы сегодня с одним коллегой обсуждали похожую тему и мне на ум пришло классное слово, причем, я могу вот объяснить, как бы оно мистически не звучало, слово “расколдовывать”. Вот давайте, дорогие друзья, мы вас научим себя расколдовывать. Почему “расколдовывать”? Потому что, каким бы ни 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 тысячу причин во внешнем мире, не зависящих 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 или там не знаю, наложили на меня заклятие. Поэтому, давайте мы научимся расколдовывать себя и друг друга. Вот такая классная идея пришла мне не зря.

**Игорь Алимов:** Вот прямо по ходу такая созрела. Я думаю, что однозначно поддержу. Надеюсь, что наши слушатели тоже. Вот потому что мы, действительно, будем заниматься с вами не магическими вещами, но результат того, что мы будем делать, действительно, магически отразится на нашу жизнь, поэтому, принимайте решение, присоединяйтесь к нам и совсем скоро в вашей жизни, в вашем здоровье наступит, как мы надеемся, новый расколдованный этап. И так, с вами были Игорь Алимов и Василий Шохов!

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