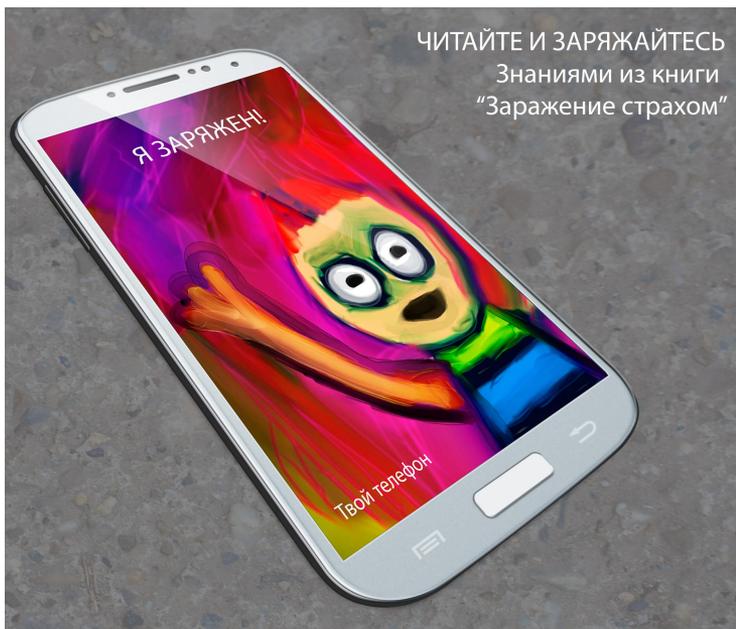


специально для сайта koob.ru
Публикуется с разрешения автора.

Подарочный экземпляр всем читателям
10 января 2021 года



Заражение страхом

Роберт Прайм

Роберт Прайм

ЗАРАЖЕНИЕ СТРАХОМ

причины всех страданий и решение в одной книге

Издание первое, редакция пятая

(с) 2018 год

Все права защищены

Охраняется Законом РФ об авторском праве



<https://vk.com/oasiscorporation>

Анонс

Данная книга расскажет, как устроено зло на планете, как оно появилось, как стало прорастать. И где оно находится. Откуда растут ноги у современных тревог, страхов, и всей человеческой душевной боли.

Книга даст ответы и предложит могущественные и, при этом, очень простые решения.

Но пройдёте ли вы этот путь знания до конца или откажитесь от жизни в очередной раз, вот в чем вопрос.

Книга для сильных духом людей, для тех, кто не сомневается в доброте мира, но всё ещё ищет ответы на то, что же с ними произошло, когда-то очень давно... Что же их сломало.

Вступление

Книга предназначена для вашего ближайшего просветления. Написана, как можно проще и как можно светлее, для того, чтобы указать вам на корень страхов, фобий, и на **замкнутые петли тревог**. Одним махом, если возможно.

При этом, книга написана жёстко, с точки зрения ранимых. И прямолинейно, с точки зрения тех, кто привык лгать. Книга не церемонится - она эти симптомы ликвидирует.

Книга покажет, кто, как, и зачем заразил вас страхом и что с вами случилось; что теперь делать, чтобы вылечиться от страхов, тревог и зловония негатива.

И главное, чтобы не стать героем-самодуром, склонным к бросанию себя на амбразуры.

Нам требуется **здравомыслие**.

PS. В книге я расскажу вам, на самом деле, гораздо больше. Затронем основы несчастий и вы узнаете откуда ноги растут не только у страха. Я расскажу вам также о том, как работает «петля тревог», вы найдёте механику «самосбывающихся прочеств», конечно же страха и вообще всего негативного мышления, а также, вы обнаружите всё сумасшествие, которое нередко бывает у людей, такие как неврозы, психозы и прочие странности, порой очень сильно похожие на сложнейшие заболевания ума.

И вы получите весьма забавные, и при этом могучие решения для всех этих чудовищных проблем.

Схема зла и как защититься

В конце книги приведена специальная иллюстрация №4. Это схема о влиянии негатива.

Я упоминаю о ней ранее, чтобы вы не теряли надежду, если вдруг потеряете. Поэтому, если вы считаете, что вас что-то ломает в процессе чтения, **помните, поддержка есть** и она уже ждёт, когда вы до неё доберётесь.

Не спешите заглядывать в иллюстрацию, просто знайте, что она есть и что она поможет вам разобраться в вопросе больше. Но это случится только тогда, когда вы поймёте материал этой книги.

Часть первая

Первое несовпадение

Я искал ответы на вопросы, также как и вы. Я кричал от негодования: где он сидит, этот страх? Где ты прячешься? Вылезай, я тебя побью. Но он - не выходил. Он лишь исподтишка чинил мне подлости и подкидывал глупости. Внезапно обрушиваясь и не давая мне желаемое, а я не знал, почему так происходит...

Но не всю же жизнь так было. Нет. Это появилось примерно тогда, когда мне было 14 лет... Вот взяло так и появилось, как будто никогда прежде не существовало и не было моим.

Что же это получается? Что страх — мне не родня? А как же убеждения других людей о том, что страх - это есть у всех и это нормально? Может быть, конечно, страх и есть у всех, но я его в себе ранее не обнаруживал. Я не боялся высоты, не боялся ни одного насекомого, ни одного животного. Но что особенно важно — я никогда ранее **не боялся ЛЮДЕЙ**. А потом, где-то после 14 лет, вдруг началось!

Так почему у меня однажды появился страх? Может быть, это проникло в меня из чужого больного ума? Ведь я припоминал случаи, где люди, буквально, как ходячие вирусы, распространяли вокруг себя всемирную панику, бегали туда-сюда, орали что мир обвалится им на голову... А может быть и вовсе просто — мой мозг САМ придумал себе страх?

Что бы там ни было, но эта разница восприятия «ДО 14» и «ПОСЛЕ 14» стала для меня первой зацепкой. В

детстве точно не было страха. Я это знал. И идея о том, что происхождение страха имеет «неприродную» основу, не отпускало меня. Но страх, при этом же, проявлялся и внутри меня, как некая «химия тела», которая набрасывалась на меня и вешала какую-то «плёнку из зла» перед глазами. То есть страх появился в теле. Но как же так? Что-то тут не сходится...

А вдруг это заговор пришельцев? Черт его знает, но предстоит узнать.

А затем — решить.

Опасный мир

Да, я никогда не верил в то, что страх, это что-то внутреннее, что это нечто биологическое. Нет, это было не биологическое. Это было нечто другое. Это было сродни некоему, действительно, вирусному заражению. Вдохнул — и готов, голубчик.

Ведь как только «оно» проникло в меня, именно в тот самый миг и началось настоящее разочарование во всём. А также запустилась знаменитая на весь мир игра, - борьба за деньги. Борьба за выживание. А жизнь, как элегантная, творческая, детская и лёгкая игра, улетела в тартарары. Её попросту не стало. Но вместо этого стали разрастаться фобии и прочие неврозы. Накручивались друг на друга. И даже с утра стали появляться в мыслях. И мой фокус внимания так сузился до банальности, что это можно назвать только одним словом — деньги! А люди - сущее зло! А если денег нет — то люди говорят - умри, сука, голодным или достань и принеси мне деньги, немедленно!

Ого-го. Да тут все виды манипуляций и контроля стали появляться. Газлайтинг, например... Как будто эти «роящиеся мысли негатива», «страхи» оказались очень питательной средой для всех манипуляций вообще. Вообще всех.

И это называют взрослением? Это называют взрослой жизнью? Да вы что, это называется - **выживание**.

И я влип. Жизнью больше не пахло. Но раз так, значит тому была причина. По всей видимости, выживание проникло внутрь, как вирус, буквально, из воздуха.

* * *

Пока я рассуждаю, замечу, что люди привыкли называть такое адовое положение дел - жизнью. Жизнью называют то, что жизнью назвать даже язык не поворачивается. Фобии, беспокойства, страхи, подозрения, паранойя, тревоги каждый день. А стрессы по утрам, дням и вечерам? Это не жизнь, братцы и сестры. И даже не её подобие. Это уровень наинисчайшего пресмыкания, и это только в лучшем случае. Уровень, максимум, одноклеточного организма.

Ведь само по себе выживание - это не более чем парочка инструкций, вроде таких: «**Беги от этого**» и вторая - «**А это сожри**».

То есть, это всего лишь две команды: **беги** или **сожри**.

Даже более сложные инструкции «Бей» или «Нападай» есть далеко не у всех людей... Чаше всего у людей - страх, а значит, это инструкция «Беги!». Это способ спасения, в самом оптимистичном варианте, насекомого. Увидел тень — **беги**. А пока тени нет — **жри** всё, что видишь и прикинься глупым, пока тебя не видят!

Не случайно многие люди себя так и ведут: **прячутся** в своих берлогах, выходя на улицу лишь за тем, чтобы денежку урвать у брата своего (**нападай подло и трусливо**), а затем, снова в берлогу (**беги**) — чтобы плотно набить свой живот (**жри**). А в берлоге можно выполнить ещё одну команду - команду «**размножайся**».

Разве не так?

Почти каждый человек сегодня сидит в берлоге, а оттуда идёт на люто ненавидимую им работу, а затем, - снова берлога и еда. А еда, конечно же, ради работы завтра. А работа завтра - ради еды. А дети ради чего? Я вам сказал бы вам, для чего вам дети, чётко и сочно, но книга, увы, не об этом.

Всех людей сегодня устроит вот такое: сидеть в берлоге и не высовываться в этот «опасный мир». Но, у этой затеи есть одна большая подлянка - **надо** кушать, и для многих людей это становится настоящим проклятием. Придётся выйти в откровенно «опасный мир», не трясясь от страха и чтобы выглядеть позлобнее, урвать себе кусок жратвы, не умереть при этом, и снова - бег в берлогу.

Стоп! Опасный мир? **С чего это вдруг?**

Второе несовпадение

Зря, конечно, я думал, что страх - это не биологическое. Очень зря. Другие люди мне **доказали**, что страх - дело биологическое.

Хотя, при этом же, надо сказать, что страх - это **и не** биологическое. То есть биологическое оно, и сразу же — плюс не биологическое. Страх биологический появляется ведь не просто так, не с бухты-баряхты.

И появившись из ниоткуда, как будто бы «взялся просто так», страх неожиданно и звонко бьёт по струнам именно тела. Не это ли биология и есть? Бьёт разводным ключом. И по мозгу тоже. Чем обрекает к

очень низко-статусному существованию человеческую особь. И приводит к дальнейшему пресмыканию перед всеми остальными в мире, такими же животными, в позиции «полусогнутых ног» и в форме одноклеточной, реактивно-неадекватной формы поведения, можно сказать, с позиции «пресмыкающегося».

Как это так? Вряд ли какой-то однократный испуг смог бы так поменять человека. Испуг вызвал бы страх, но лишь кратковременно. Пусть даже, если это насилие в детстве. Испугался ребёнок. И что? После события страх исчезает. Поэтому, нет, маловероятно, чтобы какая-то «травма» детства имела такое влияние на всю жизнь. Тут явно было нечто большее... Потому, что страх, после событий, не уменьшался, а, напротив, — разрастался. Рос, на дрожжах, после того, как однажды появился! А это противоречит работе биологической системы. С точки зрения тела, при исчезновении опасной ситуации, страх больше НЕ НУЖЕН. Он пропадает.

Но, почему же он усиливается? И усиливается так, что мир меркнет перед глазами.. Да и каждый день, как так?

Что-то в этом всё определённо было чужеродным.

Детектор страха

Начнём мы с вами рассматривать биологический вопрос. И первым, в нашем обсуждении, будет само тело, с его нужными нам для рассмотрения, механизмами.

И нас сразу же заинтересует одна, очень зловредная, штука, которых, на самом деле, аж две. Но нас интересует лишь одна из двух, но не это важно. Так вот, живёт эта штука, поживает себе, ни где-то там в попе. А в вашем мозге!

Да, они живут обе в вашем мозге, прямо внутри, и являются чудовищно примитивными, как палка бабуина. Эти штуки настолько простые, что их можно считать деревянными. И палками тоже. Деревянными палками, как по своей природной тупости, так и потому, что спасая вас они же являются убийцами. Убийцами вас. Находясь и живя ради вас. Внутри вас.

Вот, приветствуйте это «чудо», подарок допотопной эволюции.

И вся в лучах прожекторов, появляется героиня ада на земле. И имя её - Амигдала.

Эта штукovina, амигдала, и есть тот самый ад, который живёт в вашей голове.

Живёт внутри вашего мозга.¹

1 Амигдала - характерная область мозга, играет ключевую роль в формировании эмоций, является частью лимбической системы. Играет важную роль в принятии решений и эмоциональных реакциях. Смотрите также иллюстрации №1 и №2 ниже.

Но на самом деле, эта «героиня», - это круглая идиотка, которых свет ещё не видывал.

И эта самая амигдала, настолько устаревший хлам, что её давно следовало бы выкинуть из голов. Но нет, они есть и по сей день. Однако, это не более чем древние биологические микросхемы. Но они ДО СИХ ПОР находятся в головах. В головах у человека.

Это детектор опасностей, который включается в любой момент, когда ему что-то померещится и выключает «свет» в вашей светлой комнате ума, а затем хватает вас и бросает в чулан, запирает на огромный амбарный замок. Спасает, то есть. Вы ещё не поняли? Это спаситель и есть. Но, правда, очень «больной». И именно эта штука заставляет человека выполнять инструкцию «Беги, детка, беги!».

Находится эта амигдала, кстати, недалеко от висков. Но не надо её выковыривать!

Но что и как даёт такие инструкции амигдале, что заставляет человека бежать без оглядки и заставляет его сидеть в чулане?

Знайте адрес своего врага

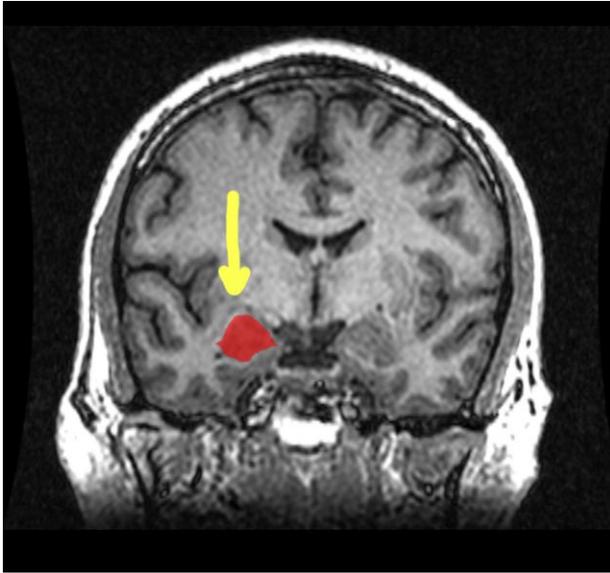


Иллюстрация 1: Выделенная область - одно из ядер. Указано стрелкой.

Изображение прямое, вертикальное, переворачивание книги не требуется.

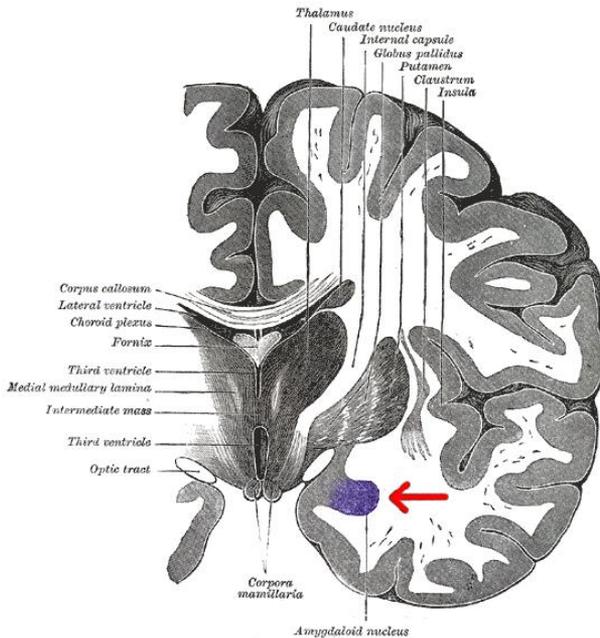


Иллюстрация 2: Миндалевидное тело выделено фиолетовым и указано стрелкой (нижняя часть изображения)

Изображение прямое, поворот книги не требуется.

Так вот. Если вы когда-то искали тех самых инопланетных злодеев, которые поработили землю и захватили умы человечества, то вы их нашли. Они в голове, словно чипы, и стоят. Но это - амигдала.

И, надо сказать, это и есть тот самый найденный враг человечества. То, что делает человека «разумного» идиотом. И живёт сей враг внутри их самих, там же творит невероятные глупости. Но всё это, разумеется, ради их же самих. Но на деле мы видим почти глобальную неадекватность людей. И всё это — из-за неё. Порой, достаточно помахать «небольшой красной тряпкой», чтобы активировать амигдалу. И она немедленно бросается, чтобы спасти человека. И попутно - прикончить его, искалечив его душу и исковеркав его жизнь.

Как это мило. Помогая - убивает. И всё это выглядит так, как будто она на самом деле вас спасает.

Но, увы, её природная глупость не позволяет понять смысл её же деятельности. Она действует, как кувалда.

У вас на голове сидит комар?! Получи, крошка, по голове! И, хрясь, кувалдой по черепу. Комар, в итоге, конечно же, убит, а голова человека превращена в осколки. Вот так, примерно, она и работает.

Был бы полный порядок, если бы люди жили в очень древние времена, когда «надо было» убивать всех и убивать требовалось всегда (кстати - это и есть выживание). Если бы не ещё одно, очень большое «но».

Проблема страха - вид сбоку

Примитивность этой штуковины настолько высока, что она **активируется и на мысли тоже**.

Я ведь не зря ранее рекомендовал вам думать иначе. Потому, что эти две микросхемы, как автоматические ворота, перекрывают путь, как только вы подумали негативное, когда вы подумали о «плохом» или об «опасном».

Вы представьте такую ситуацию, которая пояснит неадекватность людей ещё больше.

Вот вы живёте себе и вдруг подумали, что Вася с соседнего двора - скотина. Потому что... и, бац, датчики засекают потенциально(!) опасную ситуацию. Они сразу же ударили по надпочечникам и, вот, вы уже готовы к нападению или к бегству. И вы уже в стрессе. В мобилизованном состоянии всех систем организма. Это произошло, а вы даже не успели заметить... И, вдруг, этот самый Вася, выходит во двор широко улыбаясь белоснежной улыбкой, но вы увидите Васю, который ржёт, как дикая кобыла и точно издевается над вами всеми возможными способами, потому что он - плохой и негодяй.

Хотя Вася, возможно, улыбался просто потому, что он улыбался, и не более.

Оценили этот маразм? То, как первый негатив в мыслях мгновенно стал реальностью, а? Нет, это не материализация всех мыслей. Это материализация негатива!

И, может быть, вы узнаете в этих моих словах неадекватное поведение людей, да? А своё узнаете, а? Нет? А если правду сказать?

Вот сразу так, с наскоку, вам показана причина.

И это, как вы могли догадаться - это **негативная мысль**, а затем и то, что именно негативная мысль вызывает реакцию. Но у кого или чего она вызывает реакцию? Правильно, у **амигдалы**.

Особая жестокость заключается в том, что мысль вызывает эмоцию и реакцию на тревоги, паники, страх, и, как следствие, вызывает действие - то есть, реакцию «Беги!» И срабатывает это и на несуществующую(!) ситуацию.

То есть **мысль вызывает реакцию на мысль**. Реакцию на саму себя. Таким образом, мы видим, что один из источников тревожности, страхов и негатива - это собственные мысли! Нам этот вывод скоро пригодится.

А амигдала.. А что, амигдала? Она настолько глупа, что не видит никакой разницы между мыслью и реальностью.

Клетка для духа

Разумеется, когда я узнал об этом, первая моя мысль была вот такой - появилось стремление вырезать или химически дезактивировать эти микросхемы в голове. Говоря проще, то я сразу же захотел сломать себе мозг, удалив или уничтожив эти детали мозга.

Но, чтобы вы подумали?? Я тут же, и немедленно, испугался последствий этой идеи. Забавно, правда?

Получается, что врагом нельзя никого считать - иначе эти стражи беспорядка немедленно, и максимально глупо, начинают действовать. Против своего же носителя. А значит и против самих себя. Такого идиотизма ещё не встречалось.... Хотя, нет, именно этот идиотизм идёт сейчас везде и всегда у почти всех людей, но никто из них не захочет признать этот идиотизм. Просто потому, что правота не позволяет. И... собственная важность. Но о важности я скажу позже.

И вот перед нами настоящая клетка для животных и духов. И клетка, как можно доказать, находится именно в голове. Причём - физически. А люди, как нечто иное, но не тело, заперты в ней. А ключик от такой клетки лежит перед вами - в этой книге.

Я повторю. Мысли и амигдала - внутри вас! Ещё точнее - они в голове, прямо в мозге!

А это и есть клетка, в которой вы находитесь «как душа», «как дух», как «разум», если хотите.

Представим, что вы есть «Дух». То есть «Дух» - это вы. И сидите вы, как «дух», в мозге и не можете выйти из

мозга, и жить без него не можете, такая вот у вас с ним крепкая дружба и любовь.

Но в мозге также есть и клетка, тюрьма, то есть.

И состоит она из:

- 1. Мыслей (не физическая, нереальная часть)**
- 2. И амигдалы, как охранника-дикаря (физическая, реальная часть)**

И вы запросто так оказываетесь в ней, в этой клетке. Даже не поняв, как это произошло.

И что смешно и больно одновременно, что визуализации в стиле «Встань и вышагни из своей темницы» - не сработают. «Дух» так и останется в ней.

Не думай по-старому

Но вернёмся к размышлениям.

Если человек **подумал** плохую мысль, то сразу же получил активизированные системы тела. Тело теперь готово для атаки или убегания. А амигдала скажет, если могла бы сказать: мол, всё правильно! Есть опасность, пусть даже потенциальная, я - твоё решение и твой спаситель! Я — умная штука!

Но нет, это тупая штука. Ведь это была всего лишь мысль! Но ей всё равно. Всё равно ей будет и в будущем. Потому что - это примитивная система. Умна не больше, чем камень.

А всё вышесказанное означает, что нам срочно требуется решение.

И самое мощное и результативное решение: **не думать.**

А если завернуть более современно, то: **Не думать плохо.** Не думать, как думают дикари. Вообще. Никогда. Ни о чем.

Страх, как нажива

Думать хорошо и позитивно, это, конечно же, прекрасная мысль. Но, как оказалось, это трудная задача для бесшёрстных двуногих, которых вы знаете под словом «человек». И именно поэтому данную проблему никто не решил за последние тысячи лет.

Но попытки всё же были. Однако, вопреки решая эту задачу, так и не решив её, стадные «люди» начали ею всю пользоваться. И, конечно же, стали пользоваться строго в своих корыстных интересах.

Дикари, не найдя ничего лучше, стали активировать друг другу страхи, чтобы затем продавать им разнообразный мусор. Стали блокировать любое развитие, наживаясь на том, что человеку важно было достичь успеха или результата. А это, хоть и непорядок, но уже было хорошо, для отсталых, по факту, людей. Хотя бы один из всех, но начинал лучше жить. Но это не является полностью адекватным решением. Это является тем, что мы сегодня можем наблюдать среди дикарей этого мира.

И про инопланетян

Важно понять, что живущий в вас враждебный червь, та самая «актриса» цирка кривых зеркал, уже находится внутри вас самих.

Но ведь не закинули же её вам в голову в процессе, скажем, инопланетного похищения? Нет. Ваша милейшая амигдала была внутри и ранее. И она - ваша. Инопланетяне вам эту штуку в голову не совали.

Но зато они сделали нечто более ужасное и намного более подлое. Во время вашего предыдущего похищения на своём корабле они закинули вам кое-что более коварное.

Вам скормили вам червивую, **вирусную мысль**, да так скормили, что вы вздрогнули от ужаса и проглотили её.

И после этой процедуры на вашем уме, вы сами стали активировать свою собственную амигдалу.

И, таким образом, цель ваших похитителей, стала открытой - им нужно было, чтобы вы сломали сами себя, чтобы вы обломили свои ангельские крылья, чтобы вы упали на колени, чтобы вы лишились могущества, которое вы на самом деле имеете.

А как это сделать? Всё оказалось просто. Заразить мозг человека заразной **мыслью**.

А амигдала уже была, поэтому задача стала очень лёгкой. Достаточно было закинуть внутрь человека тёмную мысль и он, как блинчик, начинал поджариваться с корочкой.

А инопланетяне здесь просто выдумка. Но кто-то же был, кто закинул в вас мысленного червя? Он был. Это однозначно и точно.

И та самая вирусная мысль, которая сломала вас, уже давно и очень эффективно ломает **миллиарды** жизней. Миллиарды из каждого поколения. Вы это знаете. Но хуже всего то, что так было на протяжении **всех** предыдущих тысячелетий. И если мы не справимся с этим, то будет точно также и в ближайшие поколения, и это - в лучшем случае, потому что невроты и психозы погубят современных людей рано или поздно. И они озвереют ещё больше.

Хотя, какая разница, что там было и что будет завтра? Этот демон живёт сегодня, причём внутри каждого из нас².

Это тот самый демон, который задерживает человека в форме ЖИВОТНОГО. То есть, это и есть «животный ум», если хотите. Тот самый, который делает из «Духа» пустое, алчное и совершенно бесполезное, для выживания, животное.

Не пора ли это решить?

И, нет, это **не война** против ада. Не шаманизм и не религия! Хотя, наверное, было бы интересно сразиться с демонами. Но, увы, их нет.

2 Здесь изначально было имя демона Мара. Это ночной демон в скандинавской и славянской мифологиях, а также в буддизме - демон, **воплощение гибели духовной жизни**. Но я убрал этот текст, а сноску оставил, вдруг вам понравится такая аналогия, ведь амигдала имеет право быть сравненной с демоном. Ибо это тот самый демон и есть, и при этом, это не так, она - это кусок материи.

Заражение страхом

Роберт Прайм

<https://vk.com/oasiscorporation>

Часть вторая

Виток в развитие или вымирай

То, что я упомянул, это не революция. Это — **эволюция**³. Давайте взглянем на неё.

Принято считать, что в жизни выживает сильнейший. Значит вы - потомок сильнейших? Получается, что так. Но **как** выживали эти самые «сильнейшие»?

Они жрали друг друга, подставляли друг друга, убивали себе подобных и всех остальных - тоже. И часто прятались во мгле, дрожа от страха быть сожранным, и, таким образом, разумеется, они спасли себе жизни.

Но зачем они выжили именно **такими**?

Зачем они вообще **выжили**, если всё, что они сделали — это нападали и боялись и ничего более полезного не совершили в своих жизнях ни для кого вообще, включая - себя?

Этот вопрос я оставлю без ответа.

Но на наше благо, в этом оказался и плюс. Плюс в том, что появились вы, как потомок. Но затмевает этот плюс стратегия предков под названием «выживание», эдакая мина-ловушка из прошлого. И сегодня эта стратегия «выживай!» является способом жизни почти

3 естественный процесс развития живой природы, сопровождающийся изменением генетического состава популяций, формированием адаптаций, видообразованием и вымиранием видов, преобразованием экосистем и биосферы в целом (из википедии)

по всей планете Земля. Выживают так рьяно, как будто до сих пор идёт время братоубийственных войн ради женщины, власти и куска мяса. Разве это идёт до сих пор? А если посмотреть внимательнее? На дворе идёт война дикарей? Нет? .

И ложно думать, что старая стратегия «сожри или тебя сожрут» поможет сегодня. Сегодня, в мире отсутствия реальных опасностей, такая стратегия выживания **является вымиранием**.

Обратите внимание, что я сказал. Стратегия предков «дрожи от страха и выживешь» или «прячься» или «убей всех!» - сегодня является **ВЫМИРАНИЕМ**.

А вымирание и есть деградация. А деградация — это и есть вымирание.

И поведение людей, как животных, вымиранию этому весьма **способствует**. Так как выживания, в прежней манере, больше нет и не будет, то это значит, что у людей будет больше боли и стрессов, если они продолжат выживать. И, конечно же, такая стратегия приведёт к обострению конфликтов похлеще второй мировой войны.

И не думайте, если население земли растёт, то это и есть эволюция. Не думайте, если ваша соседка имеет восемнадцать детей, то это всё сплошь и рядом жизнеспособные особи. Нет. Это банальное **выращивание** тех, кто должен строить дома побольше, а кушать будет, между тем, поменьше. Это, как на плантации, неспособных людей теперь и правда выращивают. Ведь способные особи не пойдут сортиры чистить, даже за деньги, они будут управлять теми, кто будет это делать. Или вообще плюнут на

таких. Что, кстати, и происходит часто-часто. Нежизнеспособные особи, на самом деле, никому более не требуются, если уж по-честному. Но пусть будут, как налогоплательщики, хотя бы, как обслуживающий персонал. Хоть чуть-чуть пользы принесут для блага всего вида. Но эта тема для отдельных бесед.

Итак, выживание по старым стратегиям, есть ничто иное, как выживание примитивных форм жизни, которые **обречены быть рабами**. И у таких форм жизни всего **три** примитивных задачи:

1. **Убегай** от любой опасности, даже если её нет.
2. **Найти и сожри** еду, пока не сдох.
3. **Размножайся**, пока твоя батарейка держит заряд.

Вы наверняка знаете таких людей, кто живёт именно так. И, не исключено, что их - большинство.

Так вот, эта модель есть ничто иное, как самая настоящая эволюция с её дурацкими играми в микробов, которые ползают везде, гадят друг другу, и ищут еду, чтобы выжить.

Но! Это эволюция **старого образца!**

Я заостряю ваше внимание. Это СТАРЫЙ СПОСОБ.

Тот способ выживания, который годен лишь для автоматических форм жизни, под управлением ряда алгоритмов. Таких, как черви, например.

Для людей, и, тем более, в наши дни — это беда. И модель выживания **годна лишь для вымирания всего человечества**.

Однако, всё та же древнейшая эволюция не была полной дурой. Она позаботилась о людях куда больше, чем люди думали. И прилично вложила своей силы и умений.

Она дала вам нечто, что я уже упоминал в ранних книгах, и это нечто совершенно иное - это ваши новые мозги, имя которым - **неокортекс**⁴.

Единственный и неповторимый, способный отделять себя от животной формы выживания, раздел мозга. И, таким образом, способен к самосознанию, отделению себя от других, способен на проектирование нового, не используя старый опыт. Умеет управлять записями мозга, умеет создавать новый опыт и, похоже, что создан он был именно для того, чтобы новая эпоха развития человека всё-таки началась. Хотя бы сегодня.

И новая схема развития, если пользоваться своим мозгом грамотно, более не является борьбой за выживание. Она является созданием жизни и с лихвой перекрывает любые потребности «выживания для тела». Именно эту особенность жизни людям неловко признавать. Не с руки. Потому что обучены «урвать и сбежать» и привыкли к старым стратегиям дикарей.

4 Новая кора (синонимы: неокортекс, изокортекс; лат. neocortex). Новые области коры головного мозга; отвечает за высшие нервные функции — сенсорное восприятие, выполнение моторных команд, осознанное мышление и, у людей, речь (из википедии).

См. Также иллюстрацию №3 ниже

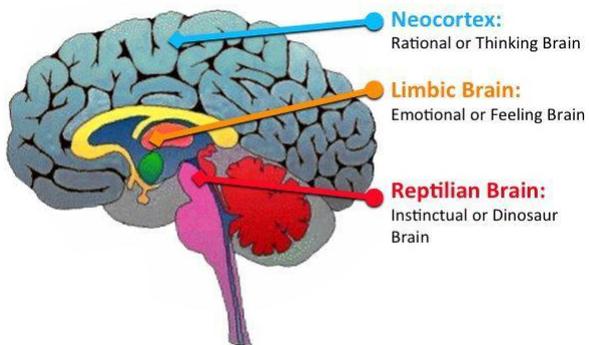


Иллюстрация 3: Трехполушарный мозг, неокортекс показан голубым (верхний указатель)

Изображение прямое, поворачивать книгу не требуется.

Но, выйдя за рамки шаблона «выживи или умри», сдвигается вся ветвь самой эволюции и человека выбрасывает на новый уровень его развития.

А без развития, кстати, невозможно существование **любых** жизненных форм. Без развития вектор выживания будет стремиться к смерти и к исчезновению всего вида и, что неизбежно, достигнет своего исчезновения. Либо начнётся перенаселение, с ограничениями еды и уменьшением пространства, с неизбежным уничтожением в итоге.

То есть, если нет развития, будет деградация. И не важно насколько медленная она, деградация. Среднего попросту не дано.

Развитие необходимо хотя бы потому, что среда проживания может, и будет, меняться. А значит и правила, старые догмы, должны меняться и исчезать в небытие, причём - **не оставляя следа**. То есть полностью исчезать, как выработанное, отработавшее себя. Старое НЕ НУЖНО запоминать, как ценный опыт. А это означает, что и мозг обязан меняться и перестраиваться, а значит и его содержимое, тоже. А это значит, что ваши способы, как и методы вашего мышления, ОБЯЗАНЫ совершенствоваться. Причём, сейчас и, постоянно, в будущем.

И какая может быть польза от старого метода выживания? Ответ — никакой пользы нет. Там есть **только выживание**. А при выживании кто-то обязательно **гибнет**. И часто гибнет именно тот, кто и выживает. Более того, старые методы выживания вовсе не обязаны работать в настоящем и в будущем.

Сложно сказал? Скажу иначе.

Ваши мозги даны вам не для того, чтобы вы выживали на уровне тупых микробов. Они предусмотрительно даны, чтобы вы творили, создавали, жили по-новому. И чтобы захватывали звёзды. Чтобы осваивали их тоже.

И чтобы отправляли в будущее не только свои гены, через особей женского пола, но и через свои творения, которые станут опорой будущим поколениям. Своим же, вашим же(!), поколениям.

То есть, не только через гены и через сперму выживают! Но и посредством всего, что создаётся особью и всем видом - тоже.

Подумайте над этим секунду.

Станете ли сейчас мудрее от мысли, что ваши дела - это и есть ваше продолжение?

Будете ли завтра творить зло, зная, что ваши творения и есть ваше продолжение?

А если ваши творения являются опорой другим? Вы создадите им гнилые опоры, чтобы они упали, а вы, тем временем, соберёте деньги с их трупов, или вы создадите опоры крепкие и заработаете политические баллы, больше денег и проложите дорогу новым поколениям?

А что если ваши дела — это подарок вашим же потомкам? Это подарок не «виду», а именно - вашим потомкам!

Что вы дарите сегодня вашим детям на завтра?
Свои поступки.

Заражение страхом

Роберт Прайм

<https://vk.com/oasiscorporation>

Танцы уродцев

Амигдала, запаянная в людей с далёких древних времён, не приносит больше пользы. Она сегодня, не более, чем, лишняя.

Таким образом, стало очевидно, что от любого успеха и процветания людей отделяет:

- **либо** амигдала,
- **либо** собственные негативные мысли.
- **либо** они вместе, крутясь в танце безумия.

Но у нас всё ещё остаётся нерассмотренным тот самый, впервые заброшенный, вирус. Вирус, который претендует не меньше, чем амигдала, чтобы быть обвиненным в деградации всего человечества...

Как делаются зомби

Предыдущие века, в режиме «выживания», сильно врезались в директивы каждого человеческого мозга. Мозг, разумеется, изменился и адаптировался к ним, веками он это делал. И теперь, в наши дни, обязательно начнёт вспоминать о всех плохих вещах, которые ранее записывал и к которым «готов». Даже если, это были мультфильмы в детстве. Там был страх? Значит это тоже записано.

Такова его особенность. То есть форма и структура нейросетей была заточена под выживание. И, с этой точки зрения, мозг, вроде как, делает хорошо - он заботится о вас, он напоминает, что опасность может быть. Но опасности нет.

Она лишь **МОЖЕТ БЫТЬ**.

Я сейчас заставляю вас понять эти слова.

Как настоящий бабуин, я сейчас тычу в вас палкой и приговариваю: опасность, от которой пытается вас защитить мозг, это просто МЫСЛИ. Мысли о том, что опасность **МОЖЕТ БЫТЬ**. Это не факт, и опасности **МОЖЕТ НЕ БЫТЬ!**⁵

Но фокус внимания усиливается именно на негативной части, потому что мозг изначально был вынужден быть готовым к опасностям и был заточен именно под выживание. А это - вторая мина-ловушка, пришедшая

⁵ Как показывают авторские наблюдения и исследования, все случаи необоснованных страхов и фобий - это выдуманные истории (негативизм, катастрофизация, тревожные мыслительные петли и т.п.).

от предков. Та самая «бомба потомкам, отправленная в их будущее».

И как мы уже знаем - мысли об опасности поднимают, по тревоге, амигдалу, которая, в свою очередь, поднимает всё тело в атаку. Или - в убежание. Чаще всего, конечно, в убежание.

Вы знаете подобные мысли. Они у вас бывали. Это второй привет из тёмных веков прошлого: навык создавать именно «тёмные», мрачные, негативные, утопические, тревожные мысли.

Заряд из прошлого

Нет, ну не дурак ли этот мозг, а? Имея в своей собственной внутренности ржавую боевую гранату, он на неё наступает, затем давит, а затем напоминает ей, чтобы она взорвалась и поджигает её фитиль, улюлюкая от своей неопишуемой крутости.

И, конечно же, когда фитиль подожжён, то взрыв происходит. Раз за разом. Но с каждым разом, когда попытки избавиться от страшных вещей, когда попытки избавиться от опасности, не дают должного результата - тогда петля вокруг шеи становится туже, а земля под ногами уходит ниже. А граната становится больше. И вы удаляетесь от жизни так далеко, что на горизонте начинает мерещиться желание... уйти отсюда... А вот этого не надо бы!

Именно так ваш мозг убивает себя и вас заодно. Это его свойство — помогать выжить. И всё это из-за одного единственного вируса, который вымахал в непролазный лес из темнейшего негатива.

А дальше - больше. Лес этот, в итоге, остановит. А, затем, и верёвку потуже затянет...

И что мы тут увидели?

1. Мозг заточен помнить всё опасное и всё то, что **МОЖЕТ БЫТЬ** таким. И значит, как следствие, он **оперирует негативом, раз его же и хранит.**
2. Негативные мысли из мозга запускают амигдалу.
3. Амигдала готовит тело к атаке или побегу.

4. Усиленный амигдалой и под воздействием химии тела, мозг видит ещё больше поводов избежать мнимой опасности.

5. И всё, пора бежать, детка!

Круг замыкается. И негатив и страхи усиливаются с каждым разом. Потому что, закрепляется в структуре, то есть в самом мозге, как «дорожки» на старых виниловых пластинках.

Осколок из прошлого

Итого, на текущий момент, вы уже должны были понять - амигдала вам не друг.

Но она есть. И она - внутри. Это факт.

Теперь подумайте вот так:

Ну, что же, амигдала, как неразорвавшая граната во мне, как осколок, застрявший в черепе, как сообщение из времён очень далёких войн. Как напоминание о них. Что ж, я приму её в себе, как талисман, который годен для того, чтобы помнить и знать - какой же прекрасный мир сегодня. И как память о том, что я живу здесь и сейчас, а не там и не тогда.

И открытка из прошлого

И не пора ли уже понять, что и негатив вам больше не друг?

Ведь, если честно, то старая стратегия выживания никогда не была вашей. Вы её заимствовали, подсмотрели, украли у других людей. Вы могли были украсть и другую стратегию, но тогда их не было.

Что ж, теперь подумайте вот так:

Выживание - это открытка из прошлых веков, дошедшая до наших дней. Это не более чем, красивая сказка, написанная на её обороте. Это рассказ о том, как люди жили тогда, в очень далёкие времена. Ах уж эти старинные украшения и эмоциональная атмосфера, но всё это не более чем **их** история.

И открытка эта была взята из старого запылённого сундука и должна быть возвращена мною на место. Как книги возвращаются в библиотеку, как и старая открытка, осмотренная мною внимательно, с благодарностью за истории, отправляется в её исходное место - в сундук. Пусть там и лежит все следующие века.

* * *

Очень верю, что ваш выбор был сделан в пользу вашей собственной жизни и её расцвета. Ведь саму жизнь сопровождает именно свет, радость и удовольствие, развитие и успех. А старым историям и осколкам из прошлого место не более чем, в их сундуках или в музеях искусств.

Вы - это вы, а не то, что вы о себе думаете

А теперь скажите вот так, как ниже. И будьте внимательны на каждое слово, проникайте вглубь этих слов, сделайте это так круто, как только можете:

Я - это я. А я - это не мои мысли. Мысли, которые есть у меня, это не я.

Невозможно, чтобы мысль была мной.

Невозможно, что я - это мысль.

Ведь мысли есть именно у меня, не так ли?

Это я их вижу, слышу и даже пугаюсь их, так?

А это значит, что Я - это не мои мысли!

А раз Я - это **не мои мысли**, то это означает, что все мысли, которые есть у меня, это всего-лишь навсего мысли. И это - **МОИ мысли**.

А раз мысли - они **МОИ**, то **мысли - это ТОЧНО НЕ Я** и никак этого быть не могло и быть не может.

Мои мысли - это мои «говорилки», «свистелки» и «пыхтелки». Но мысли мои - это **НЕ Я**.

Новое отношение к своим мыслям

Теперь смотрите на свои мысли, как на облачка со словами.

Примерно такие же «облачка», какие вылетают в чатах в вашем телефоне, когда вам пишет кто-то из людей.

Смотрите на эти мысли и можете отметить: «О, мысль на меня кричит и хочет мне что-то негативное сказать!». Как это мило. Сигнал отмечен, письмо пришло. Но тут же, мгновенно, принимайте следующее решение: Да, я прочитаю! Так и быть! Но посмотрю сообщения - завтра! А пока не отвечаю.

И пусть мысль вам пишет, шлёт аудио, видосы кидает



и картинки высылает тоннами! И всё это вы посмотрите, конечно. Ведь это вы - **ВЛАДЕЛЕЦ** своих мыслей.

Но посмотрите вы эти сообщения от мыслей - **ЗАВТРА!** **А сегодня - вы заняты!** И тут самое время переключиться на то, что вам действительно нравится и хочется сделать. И сделайте это.

А мысли пусть пишут и дальше, что хотят.

Вы просто отмечаете себе «Мысль написала», «Мысль прокричала», «Мысль пугает», «Мысль ругает», «Мысль шлёт картинку мне на экран». И так далее.

Вы, как бы, отметочки себе ставите, что, мол, ага, сообщения приходят, «почта работает», мысли копошатся. Отлично.

Но просмотр сообщений из этого «мысле-чата», анализ самих мыслей, размышления о мыслях в мыслях же, все ваши аудио-мысли и мысли-видосы, вы не смотрите сразу. Вы откладываете это на завтра. И сделаете это, посмотрите и почитаете, но - завтра!

Это ваше новое правило общения с мыслями, ок?

Нет, вы точно увидели текст, что это теперь - ваше НОВОЕ правило отношения с мыслями?

Как докажете?

Удовольствия и желания

И когда вы, шаг за шагом, прозреваете, что опасности «которые могут быть» на самом деле иллюзорны, тогда ваша амигдала «скажет» нечто в духе «Это мысли! Это **не важно**. Зачем напрягаться, если опасности нет?» и реагировать не будет.

И мозг, конечно, заметит пользу от того, что вы начали любить себя больше, благодаря этим методам, что вы уже попробовали.

И как только вы осознали и сделали, что я написал, тогда ваш мозг сам пойдёт искать удовольствия. И найдёт их все, которые только найдутся. Потому что удовольствия именно вашему мозгу и нравятся.

И, вот, именно так вы получите всё, что когда-то желали, но получить не могли. Даже оптом можно.

Уже нащупывается полное решение проблем, да?

Но ещё нет, это ещё не всё. Мы скоро добавим сюда целый океан здравомыслия. Готовьтесь, скоро взятие новых высот.

Но пользоваться техниками, да, уже можно и даже нужно.

Часть третья

Важность

Получается, что амигдала реагирует на сигнал, под названием **ВАЖНОСТЬ?**

Да. Но не совсем чтобы реагирует, но именно важность влияет на амигдалу, значительно увеличивая масштабы катастроф. И это требует отдельного пояснения. Это именно то, что ранее упускалось из виду и всячески игнорировалось. И это - важность. Важность - это умножитель всех бед и несчастий в разы и вполне даже и в тысячи раз.

Расскажу об этом метафорой.

Представьте, что важность, это, своего рода, горячее жидкое масло. И масло это, почти кипящее, не капает, а льётся тонкой струйкой откуда-то сверху и попадает на ваши ноги... Вы скажете: Ааааааа!!! И резко уберёте ноги, так? И спустя секунду вы захотите убить того, кто так поступил, наказать нужно? И уровень вашего желания покалечить того, кто причинил вам боль, будет зависеть от того, как сильно обожгло ноги и сколько страданий принесло. Так?

Вот точно также, как льётся масло на ноги, на амигдалу льётся... ВАЖНОСТЬ.

Но ногу-то вы сможете убрать из-под горячего масла, но вот важность, увы, она обжигает амигдалу постоянно и амигдала не может выйти из вашего черепа, чтобы сбежать от вашей важности подальше. Она теперь получает сигнал и учитывает его, как умноженную опасность. И так продолжается до тех пор, пока «не выключат» источник горячего масла, то

есть, пока не перестанут лить на амигдалу жгучую и горячую важность.

Это ясно?

То есть важность, для амигдалы, это умножитель поводов для её скорейшего и сильнейшего срабатывания. Ровно также, как вы убираете ногу из под струи масла, амигдала жаждет(!) избежать обжигающей её важности.

Теперь каждая опасность будет умножаться и зависит теперь это от силы, от жара и от напора той самой ВАЖНОСТИ, которая льётся на неё.

Можно сказать, что каждый грамм важности вызывает удвоение ожогов от «обивания» её «маслом». А каждый десятый грамм увеличивает её ожоги и боль - в сто раз.

Ясно?

Именно так лишь крупица потерянного золота становится поводом для разводов.

Заметно преувеличение? А почему оно появилось? Потому, что тут есть важность. И даже не одна.

Вот так, примерно:

Потеря золота = это важность золота как способа получить другую ценность (другие люди за золото могут дать нечто нужное), умноженная на общую угрозу для выживания (можно было золото обменять на еду), умноженная на затраты силы, чтобы достать

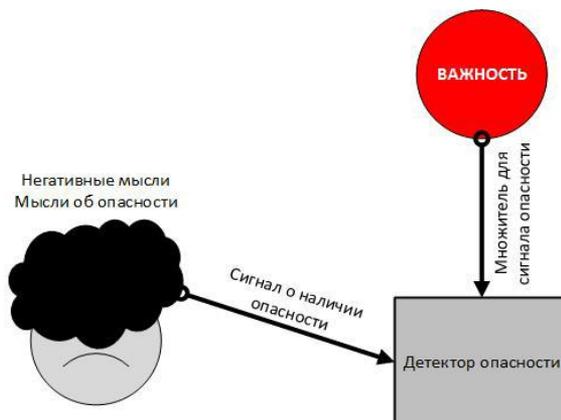
новое золото (важность времени, важность ресурсов, важность себя). И так далее.

Это тоже ясно?

То есть важность является **УМНОЖИТЕЛЕМ** уровня **причиняемой** опасности. Даже если опасность мнимая.

Именно так пять украденных рублей вызывают гонки на полицейских машинах, стрельбу, трупы, а затем и суды, с приговорами с расстрелами.

И везде, в каждой подобной ситуации, взводит до предела нашу штуковину-амигдалу - именно важность. Важность для неё - это невероятная боль!



Роберт ПРАЙМ, книга "Заражение страхом"
иллюстрация-схема "Важность влияет на детектор опасности"

А без важности будет свет

И что же мы получим, если повлияем на шунтирующий амигдалу сигнал важности?

Если мы **снимем важность**, например, с негативной мысли, то такая мысль **немедленно утратит** свой **заряженный** потенциал. Потому, что степень «обжигания» такой негативной мысли, мгновенно снизится. Да не чуть-чуть снизится, а почти до полного нуля.

Не ноль просто потому, что всё ещё есть та самая негативная мысль. То есть, всё ещё есть масло, но теперь оно расценивается как холодное и лёт оно далеко в сторону. Долетает лишь незначимый шум от падающей на землю жидкости.

А после снятия важности, как вы уже должны были понять, отключается и амигдала. Боль ушла. Сигнал от негативной мысли всё ещё есть, но он недостаточен, чтобы ввязываться в мировую войну ради неё. И теперь нет никакого великого повода спастись.

И после этого, и только после этого, появляется творчество, улыбки, исполняются все мечты, и именно в этот момент в ваше лицо начнут светить настоящие солнечные лучи.

Пусть даже, если пока это всего-лишь только одна, из сотен имеемых у вас, струек горячего, жгучего, и даже кипящего масла.

И всё вышесказанное значит ровно то, что процессом реакции амигдалы можно управлять. Управлять

регулируя важность того или иного образа, мысли или даже предмета.

То есть, регулируя своё отношение к чему-либо или к кому-либо, амигидала внезапно и стремительно прекращает убивать всё вокруг себя.

Потому что, **больше нет боли**. Нет раскалённого раздражителя, имя которому - важность.

* * *

Как вы уже могли отметить для себя - именно **негатив расценивается мозгом** особо важным. И именно поэтому он записывается в головах у людей надолго. Как якобы нечто ценное и важное для выживания. Какой идиотизм. Записывать негатив, чтобы выжить?! С дубу рухнули, что ли? Но так сложилось. Увы.

А это значит, на всё **не** важное, включая маркировку самого выживания, например как «дешёвая игра», как «это какая-то ерунда», как «это нереальная история», - амигдалу активировать не будет. Это её даже расслабит!

Но и это ещё не всё. Спираль негатива, как это ни странно, может и умеет работать в обратном направлении - вверх, к расцвету, к жизни!

Новый формат мышления, где негатив обесценивается и ему не придаётся важность, не будет вызывать срабатывание стража беспорядка. А значит и жизнь всё будет лучше и лучше... А зло начнёт таять, как тает случайно выпавший снег в тёплую летнюю погоду.

Сочный лайфхак

Радость и удовольствие, это любимая вкусняшка мозга.

Считайте, что мозг — это наркот, падший на вкусненькие эмоции типа радости.

Пока он не занят грубым выживанием, он может поглощать радость тоннами. **И будет это делать.** Но только, когда негатив не активирует амигдалу.

Помните про второй «ус», вторую амигдалу - детектор еды? Похоже, это фишка оттуда. Я не особо разобрался в этом, потому что этот «ус» приятно использовать на полную катушку.

Скажу в лоб: вам нужно обязательно, просто жизненно необходимо, получать удовольствие!

Конечно же, речь идёт об адекватном способе получать удовольствие, а не о мазохизме и не о подобных вещах.

Например, получать удовольствие от достижения своих целей, исполнения своих желаний и от их результатов - тоже. И причём - очень много удовольствия. А целей таких сочных и вкусных нужно сотни две. И чтобы одна другой была краше.

Разряжаем прошлый негатив

Когда-то давно, не ясно когда, но некоему «злу» была дана значимость и повышенная важность.

Для примера возьмём: когда то давно, некто испугался собаки. Тем самым, он получил идею о возможной опасности от собаки. И он счёл это событие, как важное для его жизни. Мозг хорошенько записал эту информацию. И дальше, по жизни, он будет напоминать об этой «угрозе», снова и снова отправлять негативные воспоминания амигдале, и, тем самым, вызывать убежание. Если важности не было дано, то человек будет избегать встреч с собаками не так явно. И вполне сможет даже трогать их и удивляться, почему у него есть страх относительно собак?

То есть, эта странная способность мозга помнить именно «важное» и «опасное», создаёт большую пробоину в корпусе корабля под именем человек. Куда и затекает остальное, пока его не потопит.

Так как избавиться от этого?

Вы уже знаете: нужно «снять заряд» с негатива - снять **напряжение**, а это важности и значимости, превратив негативные мысли в нечто бессмысленное и бесполезное, в пустое место. Затем обвеситься нямками и вкусняшками, по самую свою макушку и по настоящему прыгнуть в них и начать с ними возиться, точно также, как дитя плещется в тазике с тёплой водой, играя своими игрушками.

О страхе

И со страха тоже стоит снять важность. Хотя бы потому, что страх - это результат активированной амигдалы. И не более того.

Это пустышка, этот ваш страх. Это просто фантазии и мысли, которые активируют глупую систему охраны.

Или же, это страшилки от других людей, которым коммерчески выгоден ваш страх. И заложником вы были не страха, а вы застряли в замкнутом круге из **мнимых** опасностей, которые и порождают страх, а страх - усиливает их.

Перестать бояться? Пойти на встречу своему страху?

Что за фигня. Обнимите свой страх. Это же ваш личный клоун. Посмейтесь над тем, как страх заставляет вас написать в свои штаны целую лужу, и как забавно вы корчитесь, когда вас напугал ваш же мысле-бот в вашем же ментальном чате с ним. Но он, этот мысле-бот, не более чем облачко в вашей, несуществующей в реальности, мыслительной деятельности.

Важность удовольствий запрещается

Но, помните, что удовольствия не должны быть важными. Иначе тупой принцип выживания приложится и к ним! А значит, эта самая важность, разрушит удовольствия защищая от них же.

Вот такая вот хитрая штука получается. Удовольствие есть и будет, но оно не важно. Даже просто потому, что всё важное превращает жизнь в ад.

Как сделать что-то неважным

Так как сделать важное - неважным?

Посмеяться над этим. Это один из самых простых и эффективных способов. Но смеяться нужно не с угрозой. Не с ярим подвохом.

А просто умышленно вызывать у себя радость и удовольствие в ответ на страхи и на мнимые опасности.

Пусть даже, если радость будет фальшивая. У вас получится. Это дело нескольких недель ежедневной практики. И мозг начнёт адаптироваться.

Попробуйте вот так.

«Командую! Мозг, теперь и до момента получения результата, и даже после, ты, мой мозг, на любую опасную и на любую негативную мысль вызывай у меня улыбку и прилив радости, даже если это тебе сейчас не нравится! Это эксперимент и его важно провести до конца, чтобы узнать результат и сделать выводы о том, поможет мне это лучше жить или нет! А вот думать и размышлять об этом эксперименте, будем мы потом! После того, как он завершится. Понял, да?»

И попробуйте этот эксперимент недели две.

Но! Контролируйте осознанно выполнение вашего распоряжения мозгу. Намеренно улыбаясь, например, негативным мыслям. Тренируйте мозги.

Можно даже так: «Ой, боженьки! Какая чудесная мысль пролетела об атомной войне и о всемирном голоде всех бедняг на свете. Какая картинка! В музей её надо бы! Яркая! Ой, а теперь она полетела куда-то. Пока-пока, зайка, уходи, ахаха, пока-пока»

Или так: «Какая я смешная, когда ржу над мыслями, а мысли все такие грозные и серьёзные! Это прикольно и нерационально вообще нифига. Это занятно, когда мысли строят свои грозные морды и печалются о чём-то своём, пытаюсь напугать меня, а когда у них не получается мною командовать, они тухнут, как свет от свечи, ахахах, какой славный дым остаётся от них, какая славная иллюзия, проходи давай, целую в щёчки, чмоки-поки».

Говоря упрощенно - это нерационально весёлое думание о собственных негативных мыслях.

Оцените это ещё раз. О негативных мыслях вы думаете намеренно нерационально весело.

Нерационально это будет с точки зрения зрения вашего состояния сегодня. А через месяца два-три негативный бред мозга пойдёт на спад и мозг начнёт втыкать в суть происходящего и начнёт быстро меняться, то есть адаптироваться, выкидывая негатив из жизни вообще.

И именно в эти мгновения лучи света вернутся обратно, в вашу жизнь.

* * *

Смех в своих мыслях над собственными же негативными мыслями.

Это разорвёт негативную «петлю» из тревог о мнимых опасностях. И вообще разорвёт привычные реакции у парочки «мысль <-> амигдала». И, конечно же, это обесценивает, снижает важность негативных мыслей и отпускает амигдалу в долгосрочный отпуск.

* * *

Более того, способ **высмеивания** можно применять к негативным мыслям о себе, к любым убеждениям, которые выскакивают, как черти, и к мыслям, которые угрожают и пугают. И к мыслям-предсказаниям. И к любым мыслям вообще. Ко всем и любым.

И к образам тоже. И, собственно, к страху - тоже.

Страх, правда, может вызвать сильную реакцию тела, в виде, например, выброса адреналина в кровь. Ну и что?

Скажите вот так: «Я сижу и дрожу, как осенний лист, как это забавно. Впервые сижу, дрожу и ржу!».

В общем, это **вы теперь глумитесь над негативом**, а не он над вами.

Реальные события

Вы уже догадались, что изначальное назначение стражи в мозгах состоит как раз в спасении тела? И это спасение **работает нормально только** в условиях дикой среды, где все друг другу враги? Там, где каждый жрёт каждого? Это понятно?

И это значит, что страж ваш очень хорошо работает в РЕАЛЬНОЙ ситуации спасения, когда происходит реальное событие, а не в ситуациях из вымысла!

Попробуйте, например, сесть на здоровенную канцелярскую кнопку, которая грозным остриём вонзится в вашу пятую точку по самые внутренности. Именно амигдала поднимет ваш зад так высоко к потолку, да сделает это так шустро, что вы не успеете осознать, как это было сделало.

Поэтому мы не будем «хирургически» ничего удалять, чтобы древний страж имел шанс вытащить вас из «приключений», если вы в них угодите по воле случая.

А до тех пор, пока не нашлось решение получше, чем амигдала, **не раздражайте её**.

Попутно **обесценьте весь негатив**.

И сразу же **займитесь тем, что вам действительно нравится**. Да так сильно этим займитесь, чтобы слюни от вашего удовольствия разлетались во все стороны, и чтобы ваши желания и ваши дела сделали ваши трусишки очень даже такими... эээ, мокрыми от удовольствия...

Два разных слоя людей

Как вы уже могли понять, всё, что не так на этой земле с людьми, это ранее неуловимое их разделение на две группы:

1. Есть те, кто выживает. Созданные своим таким же точно заражённым окружением для того, чтобы паразитировать на них и использовать их такими - выживающими. Это место, где всё скопление страхов, всего негатива и всех тревог. Это - дикость выживания. Это животный мир, состоящий почти всегда из идиотских поступков. Это место, где горят и варятся в котлах. И место такое, как и его население, токсично в принципе. Это ад, яд, и беда.

2. Есть те, кто живут. Как хотят. И делают всё, что им хочется. Да так, как им хочется. И, конечно же, этот слой разумен и поэтому они не ведут себя, как дикие животные. Нет нужды. И это - рай, тепло и уют, счастье и изобилие всего.

Кто вы есть в этом списке?

А теперь замрите и приготовьтесь к сложному вопросу:

Когда вы родились на этой Земле, когда вы пришли в эту Жизнь, то что вы получили в дар от самой Жизни?

Выживание вы получили или её саму? Её саму? То есть, вы получили Жизнь, да?

Тогда скажите мне, если вам дана была только жизнь, то как вы смеее выживать?

Заражение

А теперь о вас и о тех, кто попался в невидимую, токсичную и заразную западню из негатива.

Вероятно, когда-то давно, ещё в детстве, вы были очень радостны и предельно открыты. Радовались всему и не видели нигде негатива.

И вот, в одну подобную минуту радости вас заметил «злой человек». И эта самая секунда стала для вас началом судного дня. В тот самый момент вам крупно не повезло, ведь вас уже заметили и нанесли на ваш лоб крупную мишень. Но всё, цель была выбрана и в один «прекрасный» миг это случилось: вам закидывают подлую идейку в голову, что что-то бывает плохим.

Вам убедительно сказали нечто очень плохое о вас, например. Или повели себя так, чтобы вы сами сразу же решили, что это - плохое поведение.

И в ту же минуту заражение проникает внутрь. Именно тогда, когда вы убеждаетесь, что зло - вот оно, оно есть. А если вы по какой-то причине не верили, что плохое бывает, то вам постучали дубиной по голове, доказывая усиленно, что ад - есть, и зло - тоже есть. А если вы не верите и сейчас, то вам ломают что-нибудь. Челюсть, например. Вот. Зло прямо перед вами стоит. И всё, дело сделано.

Теперь зло ЕСТЬ и, значит, **МОЖЕТ** снова произойти с вами. А амигдала этого как раз позволить не может. И свистопляска начнётся очень скоро.

* * *

Вот по такой нехитрой схеме происходит заражение ЗЛОМ. Проникновение негатива. Страха.

Вам лишь показывают, намекают, или говорят нечто, что МОЖЕТ быть плохим. Для убедительности - совершают действие, которое, по замыслу, будет трактовано вами, как именно «злое». Например, с теми вещами, которые вы любили, поступают жестоко. Хотя бы, как провокация, без особого вреда. Хотя бы, как отрывают руку вашей любимой игрушке. И удар немедленно наносится по вашей болевой точке. **По важности** этой игрушки для вас. Что незамедлительно демонстрирует зло других людей. А также, что не менее опасно, вызывает у вас приступы ненависти, негодования и несправедливости.

И всё, теперь можно смело сказать, что вы сами плохой человек, раз так плохо стали думать и раз такие негативные эмоции испытываете в отношении таких замечательных людях, которые всего-лишь навсего играли с вами.

Выглядит как ловкие махинации, да?

Но не в хитростях дело. Теперь мозг начинает сам себя накручивать идеями «ВОЗМОЖНО, ЧТО ЭТО ЗЛО СЛУЧИТСЯ СО МНОЙ ВНОВЬ». «Это плохо и нельзя снова это допустить». «Люди - плохие». «Мир - тоже плохой, раз допустил это», «Я - неудачник, раз не смог распознать это зло».

Кажется, это так и есть? Но! Человек вечно упускал из виду ещё одно, кое-что, главное.

До удара, с помощью провокации, человеку было нечто очень ВАЖНО.

Это было что-то такое, что человек не просто любил, а именно ВОЗЖЕЛАЛ ИМЕТЬ. То есть, обладание этим было ВАЖНО для человека.

И именно в это «важное» атакуют провокаторы. И получение убеждения «зло есть» - гарантировано.

Почему? Да потому, что амигдалу, как вы помните, обжигает именно на то, что ВАЖНО!

Заметьте насколько дикий этот вид глупости и что произошло бы, если не важность: если бы игрушка не была важной, она бы не пострадала! Потому, что бессмысленно бить в то, что вам не важно. Это не вызовет, так необходимой провокатору, вашей реакции и вашего падения с небес на дно болота.

Кстати, а в фильмах что, разве не так? Там всегда борьба за важное, нытьё из-за потери важного, и спасение «важной жертвы» террористов. И так далее.

То есть, **важность, которую человек САМ придаёт** чему-то или кому-то - **это и есть тот самый, искомый нами, вирус!**

А заражает себя этим вирусом человек сам!

Два входящих сигнала

Здесь сработает простая формула: опасность, умноженная на важность.

Сигнал «опасность»

Это входящий сигнал, поступающий либо от мыслей, либо от реальности, что предстоит действовать немедленно, так как обнаружена угроза.

Содержит в себе уровень опасности, как её определённая детекторами, потенциальная степень причинения вреда.

Например, опасность - это пчела. Изучаем, как работает важность. Запишем придуманные нами цифры ради эксперимента:

Летающая пчела в кино, в среднем, вызывает уровень угрозы 0 единиц.

Летающая рядом с телом пчела - вызывает уровень угрозы, в среднем, в 20 единиц.

А севшая на шею пчела - уровень угрозы укуса и причинения боли или даже смерти - уровень в 70 единиц.

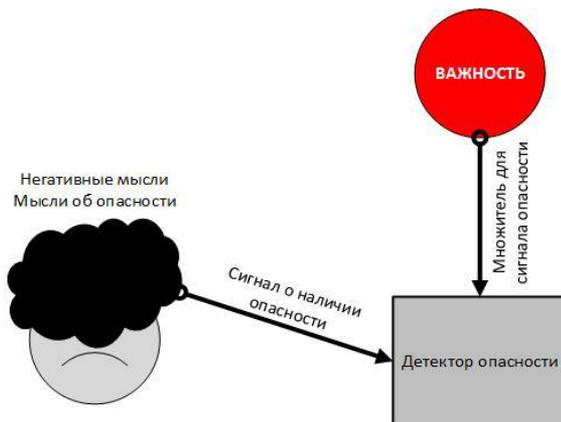
Максимальным уровнем угрозы признаем условные 100 единиц. Что равно смерти от укуса пчелы.

Сигнал «Важность».

Это сигнал-множитель входящего негатива и всех угроз, которые были зафиксированы, в том числе и тех, которые были с микроскопической вероятностью

опасности. То есть всё входящее по каналу «Опасность» умножается каналом «Важность».

Повторю схему:



Роберт ПРАЙМ, книга "Заражение страхом"
иллюстрация-схема "Важность влияет на детектор опасности"

Эксперимент с пчёлами

Возьмём двух условных подопытных. Человека «А» - эталон спокойствия к пчёлам. И человека «В» - нервный тип, который считает пчёл опасными для его жизни.

Допустим, человек «А» считает важность пчёл равной цифре 0. Ну есть и есть. И ладно. Если укусит - то, как он считает, пчела не причиняет ему никакого вреда. Это - эталонное, для нашего эксперимента, отношение.

А человек «В» считает, что он - это святое божество и ценный посланник для мира. Не имеет права умереть, не выполнив свою великую миссию спасения людей. И смерть для этого человека, как и уровень угрозы от возможной пчелы, допустим, уровня 5.

И тогда мы получаем, что у человека «В», любая летящая пчела в кино вызывает ощущение чего-то неладного вокруг, но опасного. Меняет его мысли и он стремится найти более уютное положение для себя. Потому что, опасности вроде нет, но она ГДЕ-ТО РЯДОМ есть.

Летящая, рядом с человеком «В», пчела поднимет уровень угрозы с 20 до 100 (20*5). Что вызовет открытый приступ паники и желания бегства, вплоть до реализации этого желания.

А севшая на шею пчела человеку «В» вздёрнет уровень угрозы с 70 до 350 мгновенно. А это вызовет такие глубокие приступы агрессии, паники и ужаса, что все его действия станут иррациональны почти абсолютно.

Укус же пчелы у человека «В» вызовет, вероятно, его мгновенную смерть. Но почему, спросите вы? А потому, что уровень опасности в 350 ($70 \cdot 5$) на амигдалу не может ничего, кроме как доказать человеку «В», что он мёртв уже три с половиной раза. Опасный объект достиг его и вошёл в него своим смертельным оружием, а это значит, что он уже убит. Поражение. Миссия провалена.

При этом человек «А», прошедший эти же этапы, будет иметь реакцию устойчиво ровную. Колебания его уровня опасности будут, но не значительны. В пределах 1-2 делений из 100 возможных.

Можно сравнить вышесказанное с напряжением тока в электропроводке и с его силой тока.

Как становится понятным: большое напряжение (уровень опасности в закритической отметке), и высокий уровень силы тока (параметр важности) убивает держателя таких голых проводов мгновенно.

Ловушка с деньгами

Давайте, для ещё одного примера, возьмём «заряженный» объект - деньги.

Не сегодня ли идёт всемирная буча за деньги? Почему люди страдают, когда теряют деньги или когда им не платят денег? Потому что, деньги - ВАЖНЫ. Всё вокруг людей просто бурлит важностью денег. Они их крадут, обманывают ради них, и не дают никому, зарывая их в землю.

А раз много важности, то это значит, что и денег будет МАЛО! А чем меньше денег - тем важнее деньги. А амигидала хочет, чтобы вы выжили. А деньги, как важное, раздражает её даже при малой степени опасности.

Амигидала избавится от денег полностью, если «увидит» насколько дикий мир вокруг неё. Всем нужны, мать за ногу, только деньги! И деньги ИМ тоже важны! Жизненно важны! И их так мало для всех и все воюют за деньги! А это значит, что деньги важны! А раз они важны - то и опасность становится выше, раз уж все за ними гоняются.

И амигидала сделает денег ноль в жизни человека, когда обнаружит, что ради денег ведётся настоящая внутривидовая война с невероятным уровнем важности, которое превышает многократно все её пороги реагирования.

Вывод - денег не будет. Их ценность при этом будет наивысочайшая. А опасность их иметь - наивысшая.

Хитрая ловушка нехватки

Таким образом, ловушка известная как «нехватка денег», в её более детальном представлении, устроена вот так.

1. Появляется идея, что что-то важно. Например, как идея со стороны, что деньги - важны. Что деньги **ВАЖНЫ ДЛЯ ЖИЗНИ**.
2. Нехватка этой важности для столь хорошей вещи, как жизнь, теперь повышает важность денег.
3. Важность вызывает срабатывание амигдалы, даже если опасности нет. Стресс, напряжения.
4. Опасность найдётся или придумывается. Или продемонстрируется другими заражёнными.
5. Амигдала сработает путём убегания от всего, что есть вокруг, даже если опасность была мнимая. Слишком важно!
6. Кто-то докажет, что люди - зло и деньги - важны.
7. Спасение и убегание усиливается.
8. Денег становится меньше. Важность увеличивается. Тревога усиливается. Люди становятся врагами. Амигдала ещё круче закручивает гайки.
9. Мозг омрачается и выдумывает способы как выжить. При этом находится всегда в негативе. Кругом - враги. Денег - нет. Но они важны. При этом выйти в такой мир - нельзя, потому что все вокруг хотят только денег.

10. Выживание и ситуация нехватки в перемешку с важностью включает тревогу и стратегию «выживи или умри», активирует бой с другими или спасение в берлоге, если враг сильнее.

11. Денег становится ещё меньше. Тревога усиливается. Важность поднимается. Амигидала усиливает своё спасение. А мозг этому помогает своими негативными мыслями и накручивает варианты побед и поражений.

И так далее, навсегда.

В этом примере деньги становятся всё ЦЕННЕЕ и всё ВАЖНЕЕ. И чем меньше их становится - тем всё больше и больше накала страстей и тем больше вырастает уровень нищеты. А жизнь, соответственно, будет уменьшаться.

И вот так, к слову, запирается современная золотая клетка вокруг «духа» человека. Когда деньги вроде есть везде и всегда, но их нет, как убедительно доказывают заражённые проказой под названием «важность». Они так важны, что ставят жизнь у порога завершения её существования.

Узнайте, о своём отношении к деньгам больше прямо сейчас, просто ответив вот на этот вопрос: ДЕНЬГИ ВАЖНЫ?

Если ответ да - вы в игре, во всемирной потасовке всех, где каждый считает деньги нечто чрезвычайно важным. Но эту игру не выиграть по старым правилам.

А разве это важно?

Чтобы ещё прогладить эту тему, просто подумайте, а может ли быть что-то важным вообще?

Вот когда вы умрёте, разве важно ваше выживание? А когда вы богаты и в неисчерпаемом изобилии, разве важны вам будут деньги? Ответы - нет.

Поэтому, зачем вы лжёте себе, что что-то важно?

Хотя сегодня мы говорим не о деньгах, вы можете применять этот способ для того, чтобы облегчать запредельно горячую важность.

Эпидемия

В те секунды, когда в вас проникло заражение, когда была провокация или когда ваше «нечто важное» у вас отобрали, то в то же мгновение весь мир, для вас, разделился на две части. На чёрное и белое.

Беда даже не в этом. А в том, что после заражения, человек начинает заражать своим негативом и страхом ВСЕХ ОСТАЛЬНЫХ.

И каждый заражённый сегодня демонстрирует своего вируса. Он ходит и ноет, ходит и рассказывает ужасные истории. Он так делает, чтобы вытряхнуть из себя, на самом деле, полученного им вируса. Но, как вы уже догадались, происходит не избавление, а распространение заражения. Потому, что сбрасывается на других ничто иное, как идея о том, что зло - есть. Вот оно! Наглядная жертва зла - ходит и ноет от боли в своей душе! Значит зло - есть, раз он такой!

Лишь однажды решив, что зло есть - зло реализуется.

Не делайте и добро важным

На фоне важности зла и на фоне размеров зла, может случиться, что человек теряет веру в добро. И тогда.. Тогда вырастает ВАЖНОСТЬ ДОБРА!

Следуя принципу ловушки о нехватке, ценность добра растёт, когда количество его - уменьшается!

О, боже, спаси таких людей. Непременно, рано или поздно, добро превратится в настоящую боль! И некоторые люди, которые, как упоротые, всем помогают совершая добрые поступки, не дадут мне соврать, как добро приносит им разочарования и огромную боль.

Будущее

Заглядывая далеко в будущее, можно сказать, что амигдала не должна существовать с теми способами реагирования, которыми она оперирует сегодня.

Но природа слишком медленная, чтобы быстро менять мозги. Но этих изменений требует текущий прогресс и скорость развития человечества.

А это значит, что пора научиться и начать ею, этой амигдалой, управлять. А заодно - и своими мыслями. Особенно, в части важности и в части негатива.

Говоря коротко. Пока переделывать мозг с помощью мозга.

Не поджигай старую гранату

К этому мгновению вы уже должны были понять и вбить в свою голову, что фобии и прочие тревожности, компульсивные деяния, «мысленные жвачки» и прочее мысленное барахло - это производное старейшего в природе механизма - амигдалы. И от самого мозга, который был палками обучен засекаать именно опасности и предсказывать их, чтобы ваши предки - выжили.

И, конечно же, ваш мозг и амигдала - это результаты старого топорного способа выживания. Это уровень выживания диких племён. Но тех угроз сегодня уже нет. И не будет точно таких же уже никогда. А вот реагирующий механизм — всё ещё есть.

Но! Нам нужно жить уже сегодня! Значит и решение нужно применимое именно сегодня, а не завтра.

Так вот же оно: имея сегодня внутри себя гранату, стоит это учитывать и не активировать её в себе. Хотя бы — в себе, не заставляя себя выживать. Зачем вам причинять себе боль, а?

Просто помните, что внутри у вас есть очень старая боевая граната и её нельзя пинать.

И не стоит заигрывать со взрывоопасным предметом угрожая ему горящими спичками.

В старом барахле всё ещё есть польза

А сейчас пришло время, чтобы ещё разок огорошить вас.

И я огорошу тем, что скажу, что наличие вот такой старой гранаты, внутри черепа человека, в наше-то переходное время, может оказаться очень полезным устройством! Если смотреть немного по-другому.

Удивлены такому повороту?

Вот, смотрите. Когда вы знаете, как работает амигдала и «петли страха», «петли тревог» и что мозг им в этом тоже помогает, и тот факт, что предмет активности нельзя вытащить из своей головы, то амигдала становится **сдерживающим** механизмом.

Тем самым механизмом, который предостерегает от совершения глупостей более низкого порядка, она теперь останавливает и предупреждает преступления, **заставляя подумать** иначе. Подумать иначе **прежде**, чем начать реагировать и прежде чем начать реактивно действовать.

Сегодня, буквально, наличие амигдалы заставляет думать по-новому, **запрещая думать по-старому!**

И думать теперь придётся в позитиве или, хотя бы, никак не думать. Если жить хочется, разумеется.

Так что, думайте в позитиве, как минимум, о себе. А затем - и обо всём остальном подумаете, если захочется. Ведь именно так и должно было быть, причём - изначально. Потому, что никогда не было

никакого зла. Всё зло, это не более чем способ выживания диких и тупых.

И в текущем обществе, содержащим всё ещё некоторое количество диких зомби, наличие амигдалы будет очень даже полезно.

Теперь старая граната добавляет безопасности всем тем, кто не дикарь! Потому, что она сдерживает «больных» от ещё большего вреда, хотя сама же и активировала их когда-то прежде.

А вот адекватному и разумному существу, который знает как это работает против него, уже не страшны старые гранаты в его голове. Потому, что помыслы и деяния его и, отныне, ваши тоже - чисты. А это значит, что взрываться в голове ничего не будет. Верно же?

А как дезактивировать собственные негативные мысли, вы уже поняли.

Думайте иначе.

Обесценьте и высмеивайте негатив, снимайте важность со всего того, что как либо нагревает вашу старую гранату. **Не беспокойте амигдалу** веря в то, что вам доносят ментальные чат-боты или что разносят зомби на улицах.

Усиьте удовольствия ото всего того, что вам действительно нравится. Ведь именно от этого появляются новые украшения жизни. Такие украшения, как человек разумный.

Это всё было сказано про вас?
Тогда добро пожаловать в реальный мир.

Общая Схема

Как устроено всё зло и как его решить сегодня

Я нарисовал для вас общую схему того, как устроена активация амигдалы от внешних и внутренних источников негатива, а также указал на то, что есть ещё один, ранее всегда упускаемый сигнал, это сигнал - ВАЖНОСТИ. И рядом с этой схемой есть Вы.

Важность здесь изображена «ударом молнии» и подчеркнута знаками восклицания.

Обратите внимание на стрелочки на схеме, это направление движения сигналов. На этой схеме все «тревожные» сигналы всегда идут строго в сторону Амигдалы, а также в сторону «важности», чтобы усилить эту самую важность. При этом, двумя тонкими стрелками, идущими от объекта справа в сторону амигдалы, указан вектор распространения негатива и важности.

Таким образом, при внимательном рассмотрении схемы, вы поймёте, что у амигдалы есть управляющий ею сигнал. Это, своего рода, усилитель тревожности (изображено молнией). То есть, «важность» является шунтом («весом», «силой», «усилителем», «поводом»), для срабатывания амигдалы. Понизьте важность и повод для срабатывания резко уменьшится.

На схеме также отображено решение. Слева сверху - это вы, который посылает «лучи добра», «высмеивает», «радуется» и тем самым гасит весь негатив и важность.

Также можно заметить, что «Вы», на этой схеме, находитесь «как будто» за пределами системы мозга.

Что, частично, подтверждает полезность метафоры о намеренной диссассоциации от негатива, от дурных мыслей. Так называемая «Третья позиция» или даже «Четвёртая позиция» - позиция бытия «Вне системы».

На схеме также указаны постоянные двусторонние взаимодействия между мыслями, по факту, мозгом, и его частью - амигдалой.

Вы сможете обнаружить, что условный удар негативом и важностью идёт с двух сторон:

1. с внешнего источника и
2. изнутри (от мыслей и записей мозга, способов мышления).

На схеме, между тем, не было указано множество мелких деталей, таких как, «Как срабатывает амигдала», «как она влияет на запись негатива» и прочие, не важные для нашей беседы, подробности.

Если у вас черно-белое изображение этой книги, пожалуйста, получите также её цветную копию. (можно получить с сайта автора vnot.ru, раздел «Книги»).

Схема представлена на следующей странице.

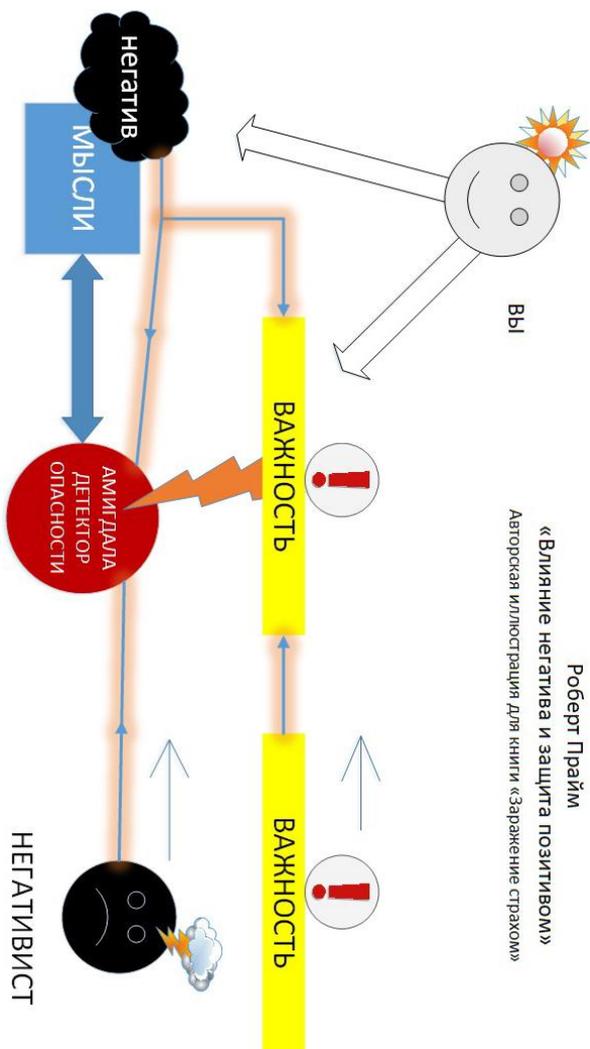


Иллюстрация 4: Схема влияния негативом и важностью
Переверните книгу против часовой стрелки на 90 градусов

Почти окончание

Книга оказалась шире, чем она была в рабочем варианте, так как широта, рассматриваемых в книге тем, более необходима для современного «выживания», чем какой-то там малюсенький страх с его большими красивыми глазками.

И вы это уже поняли, как я очень надеюсь.

Обращение к читателю

Пишите ваши позитивные отклики на страницах книги и в группах.

Помогите людям из вашего окружения стать лучше. Пусть они получают себе их копию книги, но только если, они хотят жить. Но не настаивайте, если не хотят.

А если у вас есть вопросы по существу или предложения к автору, то пишите их по нашим контактам. Или даже по телефону.

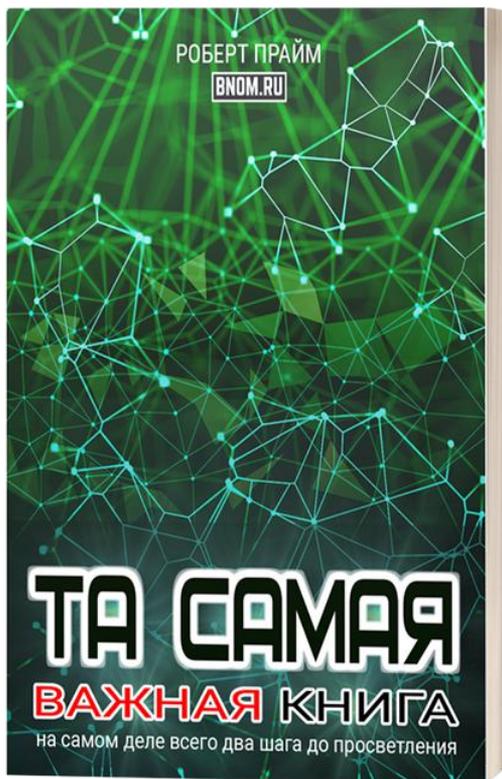
И не забудьте пройти наши совершенно бесплатные, вдохновляющие, ремонтирующие жизнь, тренинги и курсы.

Всё это доступно на сайте Автора, также как и книги.

ЧТОБЫ ЗНАТЬ БОЛЬШЕ

Читайте Ту Самую Важную Книгу, книгу о том, кто вы есть такой на самом деле и где же вы находитесь.

Вопросы о поиске «духа» и его нахождении на земле, теперь решены.



АВТОРСКОЕ ПРАВО

Эта книга, в том числе и любая её часть, защищена авторским правом и не может быть воспроизведена, передана или быть перепродана без письменного разрешения автора.

Благодарим, что Вы с уважением относитесь к работе Автора.

Охраняется Законом РФ об авторском праве.

КООРДИНАТЫ

ЗАРАЖЕНИЕ СТРАХОМ

Основа страдания и вакцина от всех несчастий

Издание 1, октябрь 2018 год

Авторское право: Алексей Никитин (Robert Prime)

Дополнение от 10 января 2021 года:

ОБ АВТОРЕ

Об авторе можно прочитать на его сайте.

<https://vk.com/oasiscorporation>

<https://vk.com/oasiscorporation>

ИЛЛЮСТРАЦИИ

Иллюстрация №1:

MRI coronal view of the amygdala

Авторы: Amber Rieder, Jenna Traynor, Geoffrey B Hall, 2011

Нанесены маркеры для указания на объект исследования

Иллюстрация №2:

Сечение мозга на уровне третьего желудочка.

Показано миндалевидное тело

Автор: Henry Vandyke Carter - Henry Gray (1918) Anatomy of the Human Body

Использован фрагмент иллюстрации

Иллюстрация №3:

Отобрана модель «Триединый мозг».

Иллюстрация неизвестного автора, народное достояние, из открытых источников

Иллюстрации №4

иллюстрация в тексте «негативные мысли в облачках»,

иллюстрация в тексте «важность влияет на детектор опасности»,

Роберт Прайм, 2018

Иллюстрация для главной страницы предоставлена пользователем Prawny и используется по лицензии «Бесплатно для коммерческого использования, указание авторства не требуется».