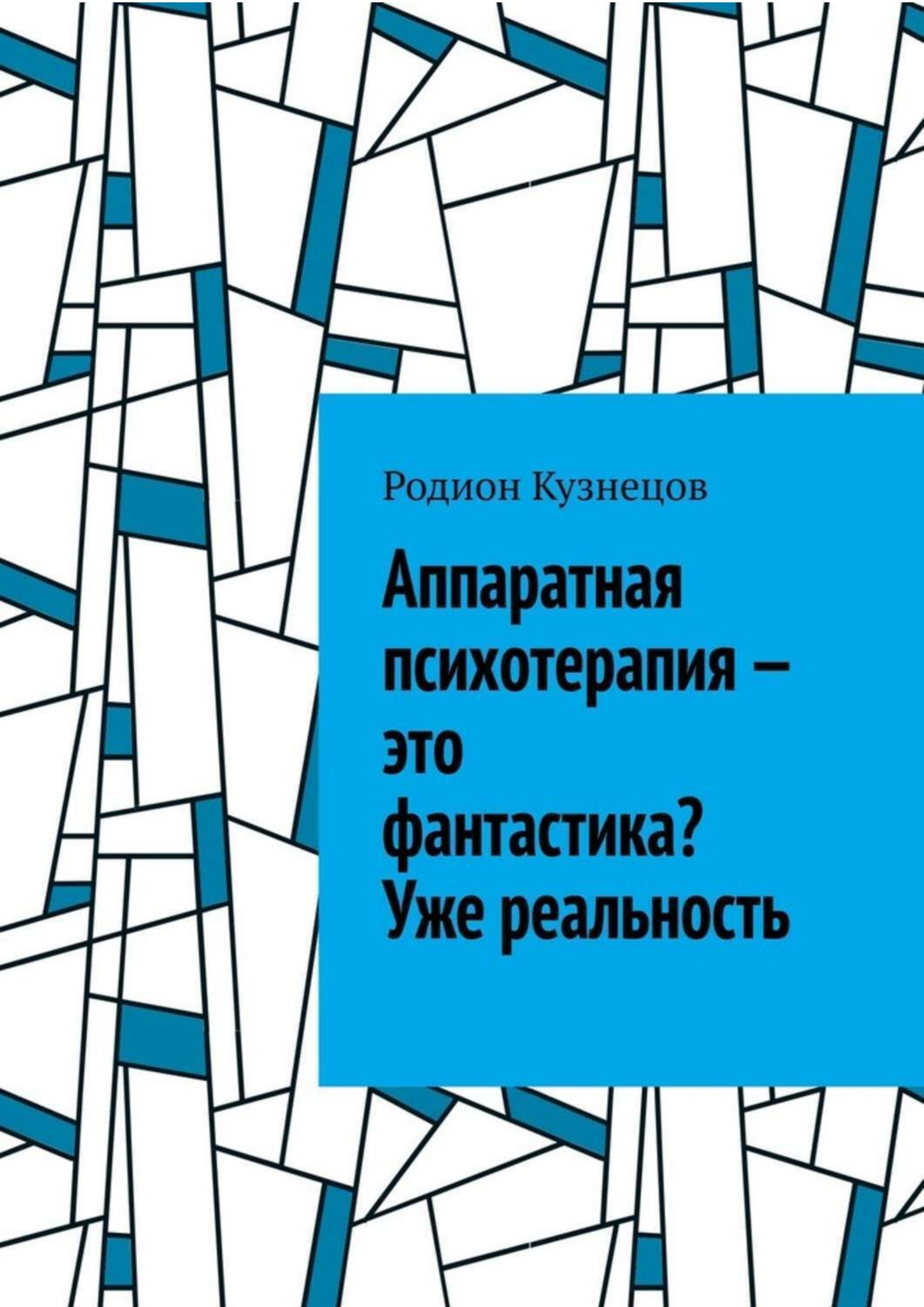




Родион Кузнецов

**Аппаратная
психотерапия –
это
фантастика?
Уже реальность**

Родион Кузнецов

**Аппаратная психотерапия – это
фантастика? Уже реальность**

«Издательские решения»

Кузнецов Р.

Аппаратная психотерапия – это фантастика? Уже реальность /
Р. Кузнецов — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-968726-5

НЕЗАКОННОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ,
ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ, ИХ АНАЛОГОВ ПРИЧИНЯЕТ ВРЕД
ЗДОРОВЬЮ, ИХ НЕЗАКОННЫЙ ОБОРОТ ЗАПРЕЩЕН И ВЛЕЧЕТ
УСТАНОВЛЕННУЮ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВОМ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ. В
мозге не существует слов, образов, запахов, звуков. Есть только генерирование
и передача электрических сигналов. Слова на любом языке, с любой
интонацией будут превращены в мозге в электрический сигнал. Вот тот
единый субстрат, который един у всех без исключения людей. Значит,
нужно просто найти закономерность, с какой он распространяется по
нервной системе. Результатом найденной закономерности стало создание
аппаратной психотерапии «Аудиокатарсис». Книга рассчитана на широкий
круг читателей.

ISBN 978-5-44-968726-5

© Кузнецов Р.
© Издательские решения

Содержание

Введение	6
Откуда мы берем энергию для жизни	7
Теория рефлексов. Новое прочтение	9
Теория рефлексов и высшая нервная деятельность	12
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Аппаратная психотерапия – это фантастика? Уже реальность

Родион Кузнецов

© Родион Кузнецов, 2019

ISBN 978-5-4496-8726-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

Здравствуйтесь, мои дорогие читатели. Автор книги врач с огромным опытом практической работы. Каждый медик может рассказать вам множество случаев из своей практики, воспринимаемых как чудо, объяснений для которого у него нет. Но абсолютное большинство медиков и не пытаются объяснить это. Отделяются словами «мы мало знаем об организме». Их вполне устраивает официальная доктрина. С ней спокойнее. Попытка пересмотра догматов веры простите, медицины, ведет к неконтролируемой агрессии со стороны «первосвященников». 20 лет назад я тоже столкнулся с таким чудом. После обычного укола парализованная больная встала и пошла. Почти 10 лет ушло у меня, чтобы объяснить этот феномен и запатентовать его как способ лечения. Исследования привели к появлению математической модели нервной системы. Использование этой модели применительно к высшей нервной деятельности стало причиной создания аппаратной психотерапии, «Аудиокатарсиса». В мозге не существует образов или звуков. Есть только электрические импульсы. Понимание принципов распределения электрического тока в нервной ткани сделало возможным восстановление поврежденных нервных путей, что в свою очередь восстанавливает наше душевное и физическое здоровье.

Откуда мы берем энергию для жизни

В этой главе мы с вами обсудим очень важный вопрос. Откуда мы берем энергию для жизни? Большинство скажут: «С пищи». И будут неправы. Любая женщина, сидевшая на диете, скажет, что 3000 ккал это очень много для пищи. Но этого достаточно только для однократного переноса через клеточную мембрану ионов водорода, содержащегося в стакане воды. На большее этой энергии не хватит. Это ни какая-то новая информация. Это вы сами можете прочитать в любом учебнике химии с основами термодинамики. В организме проходит намного больше химических процессов, намного больше энергии вырабатывается. Очень часто мне приходится слышать об энергетической функции митохондрий. Так часто, что даже ты, мой дорогой читатель, запомнил, что АТФ это источник энергии для организма. Обратимся к цифрам. За сутки человек массой 70 кг вырабатывает около 1 моля АТФ. Что в свою очередь дает 40 кДж или **9,5 ккал**. Теперь, глядя на эту цифру, докажите мне, что АТФ это основной источник энергии. Я не знаю, какие функции, на самом деле, несут митохондрии и АТФ, но функция энергообмена точно не на первом месте. Я бы эту ситуацию пояснил следующим примером. Представьте, что слепому дали лампочку и попросили объяснить, зачем этот прибор нужен. Единственно логичный ответ был бы, что это нагревательный прибор. Со своей стороны он абсолютно прав. Может быть, мы, говоря о митохондриях, впадаем в такое же заблуждение. И так ли важно считать калории, когда мы говорим об энергии в организме?

Так откуда берется энергия? Посмотрим на этот вопрос с другой стороны. В нашем организме есть такая структура, которая называется рецептором. Рецепторы бывают зрительные, слуховые, тактильные, обонятельные, барорецепторы, волюморецепторы и т. д. При всем своем разнообразии, это микрогенераторы, превращающие все существующие виды энергии, в электрический сигнал. Мощность одного рецептора крайне мала, около 10^{-9} Вт. Но учитывая их количество и производительность, речь идет о мегаваттах. Если приведем в сравнимые величины по калориям, то это до 4,5 вагонов глюкозы в сутки. Даже если организм использует не более 1% этой энергии, и то цифры поражают. Даже эта цифра показывает, что пища дает только малую толику всей энергии, используемой организмом. Очевидно, что пища это не источник энергии, для организма, а источник строительного материала. Считать пищу в калориях также неправильно, как считать в калориях углерод. Тогда ценность алмаза и ценность графита будет одинаковая. Поэтому подсчет калорий очень грубый механизм, которым нельзя оценивать пищу.

Для чего такие огромные цифры электроэнергии. Нервная система это около 70 километров нервов, играющих роль проводников и сотни миллионов синапсов, выполняющих функции реле. Общее сопротивление этих путей огромно. А что такое мозг? Это огромная концентрация нервных волокон и синапсов. Количество электроэнергии, требующейся для работы всей этой структуры, просто колоссально. Мы не учитываем, что между другими, не нервными, клетками тоже идет обмен электрическими импульсами, например, мышечная ткань. Сокращение мышц происходит только под действием электрического сигнала. При этом единственным источником электроэнергии в организме является рецептор.

Самое большое количество энергии уходит туда, где больше нервных волокон и синапсов. В мозг. Умственная деятельность требует намного больше энергии, чем физическая. Может быть, поэтому люди умственного труда ценятся больше и встречаются реже. Проведем аналогию между мозгом и телевизором. Телевизор будет прекрасно работать при 220 В, в пол накала при 180 В и сгорит при 280 В. Есть некоторый промежуток, в границах которого телевизор будет работать. Так же и мозг человека будет работать в неких пределах, при снижении которых, человек впадет в кому, а при повышении – в болевой шок. Еще в 50—60 х годах прошлого столетия в институте космической медицины проводились следующие эксперименты.

Испытуемого помещали в условия, исключая любые внешние раздражители. Вода в бассейне температуры человеческого тела, плотностью человеческого тела. Темная комната без всяких звуков. Через несколько минут человек засыпал, в течение 40 минут впадал в кому. Очень показательный эксперимент. Мозг не получал энергии, он отключался. Таким образом, нервная система несет не только информационную функцию, как принято полагать, а энергетически-информационную. И энергия, которую нервная система вырабатывает, просто поражает воображение. Однажды задав вопрос: «Где мы берем энергию для жизни?», я услышал потрясающий ответ «Из воды, еды и впечатлений». Невероятно образно и достаточно верно. В большей степени «из впечатлений».

В следующей главе мы разберем, как расходуется это колоссальное количество «впечатлений».

Теория рефлексов. Новое прочтение

Следующий вопрос, требующий объяснений, почему нервные пути формируются именно так, а не иначе? Что это за божественный закон, определяющий, по какому нерву пойдет электрический ток? Такой закон действительно есть, и его формулировку знают все. Даже если больше ничего из курса физики электрического тока мы не помним. Это закон Ома, согласно которому, наибольший ток идет по пути наименьшего сопротивления. Этого вполне достаточно для понимания механизма формирования нервных путей.

Нервные отростки различных нервных клеток соединяются между собой на всех уровнях. Есть соединения дендро-дендритные, дендро-аксональные и есть аксо-аксональные. Дендриты это отростки, которые идут от рецептора к нервной клетке. Аксоны – отростки, идущие от нервной клетки к органам. Рецепторы генерируют электрический ток. От каждого рецептора идет волокно к нервной клетке. На одном дендрите может быть очень много рецепторов, они действительно напоминают ветви деревьев (дендрос (греч.) – дерево). Благодаря связям между дендритами, сигналы с рецепторов могут передаваться сразу нескольким нервным клеткам. И вот здесь срабатывает закон Ома. Сформировавшись на нескольких рецепторах, электрический импульс пойдет по тем волокнам, которые обладают наименьшим сопротивлением. Чем меньшее количество волокон будет участвовать в проведении импульса, тем меньшее сопротивление будет у электрической цепи.

Эффективность любой динамической системы зависит от минимизации затрат на получение и транспорт энергии. Что такое рефлексы с точки зрения электрофизиологии нервной системы? Это комплексы, состоящие из всех структур нервной системы, и выполняющие функцию генерации, транспорта и использования электроэнергии в организме. Поэтому при всех равных условиях предпочтение будет отдано тому рефлексу, который доставит максимальное количество энергии мозгу при минимальной генерации его рецепторами. По сути, мы говорим о коэффициенте полезного действия рефлексов.

Самая трудно повреждаемая часть нервной системы это рецепторный аппарат. Повредить его может разве, что только прямое травмирующее действие внешних факторов. Учитывая общее количество рецепторов в организме, даже это мало скажется на всех нервной системе. Поэтому, думаю можно утверждать, что генерация электрических импульсов в сложном рефлексе, это самый стабильный фактор.

С точки зрения физики нервные волокна различаются по скорости проведения импульсов и частотным характеристикам. Чем более миелинизировано нервное волокно, тем меньше сопротивление электрического тока и выше мощность тока, которую может пропустить нерв. Значит, чем больше в сложном рефлексе задействовано миелинизированных волокон, тем ниже потери при доставке электрического тока в ЦНС. От рождения нам даны только безусловные рефлексы. Все остальные рефлексы, обуславливающие нашу жизнь, вырабатываются, позже. Я думаю, не будет крамолы, допустить, что условные рефлексы вырабатываются с момента формирования нервной системы. С четырех недель внутриутробного развития. Чем больше органов чувств участвует в формировании сложного рефлекса, тем больше энергии вырабатывается различными рецепторами, тем больше энергии несет в себе рефлекс.

Как формируется рефлекс. При генерации электрических сигналов рецепторами, электрический ток идет по тем нервным волокнам, которым принадлежат эти рецепторы. Так как существуют связи между чувствительными волокнами, то и сигнал может пойти по любому из них. Ток идет по пути наименьшего сопротивления. Поэтому исходно, сигнал будет проходить по максимально миелинизированному волокну. Так достигается наивысший КПД для нервного пути. При увеличении импульсации в случае чрезмерного раздражения рецепторов, прохождение сигнала через синапс прерывается из-за истощения медиаторов (химических

веществ, вырабатываемых в синапсах). Рецепторы продолжают вырабатывать электрический ток, который накапливается в нервном волокне, обладающего свойствами конденсатора. При накоплении критического напряжения и силы тока происходит пробой изолирующей оболочки нервного волокна, глии. По сути, она прожигается электрическим разрядом. То же самое происходит с глиальной оболочкой расположенных рядом нервов. Естественно, что легче пробить оболочку, обладающую меньшими изолирующими свойствами. Поэтому при прочих равных условиях шунтирование (сброс) электрического заряда, с большей вероятностью, произойдет на вегетативные волокна. Эти волокна способны перенести намного меньше электрического тока, чем исходное, высоко миелинизированное волокно. Поэтому будет происходить «пробой» за «пробоем», пока весь ток, проводимый по первичному волокну, не шунтируется на соседние волокна. Увеличивается количество нервных волокон, необходимых для доставки нервных импульсов в мозг, увеличивается количество синапсов, следовательно, увеличивается сопротивление электрического тока. КПД нервного проводящего пути снижается. Если увеличенная генерация импульсов сохраняется более 3 недель, то на месте «пробоя» формируется сначала электрохимический, а затем химический синапс. И теперь уже он становится участком наименьшего сопротивления, по которому будет проходить ток. Это полностью соответствует закону Ома для параллельных цепей. Количество электроэнергии, необходимое мозгу, величина, более-менее постоянная. Сопротивление новых проводящих путей выше исходного, значит либо мозг получит меньше энергии, либо рецепторам необходимо генерировать больше электрических сигналов. Центральная нервная система сделает все возможное, чтобы не дать «обесточить» себя. Чтобы этого добиться, мозг, по принципу обратной связи, изменяет состояние тканей так, чтобы рецепторы вырабатывали больше электроэнергии. Клинически это будет выражаться как воспаление, а в последующем как органические изменения тканей. Так в тканях образуются участки с нарушенной иннервацией. Почему я столько внимания обратил на этот механизм? Потому что в природе метод «кнута» наиболее распространен. Только этот метод ответственен за образование инстинкта самосохранения. Но, к сожалению, это еще и механизм образования хронических болезней.

Но существует еще и метод «пряника». В чем его отличие? Сохраняются исходные высокоэффективные нервные пути. К ним присоединяются на уровне головного мозга другие пути с потоком энергии от других органов чувств. Сложный рефлекс это целый конгломерат простых рефлексов, идущих от всех органов чувств. Каждый орган чувств это рецепторы, генерирующие электроэнергию. Это дает дополнительную энергию рефлексу. Ведь если в сложном рефлексе суммируется энергия, выработанная, например, зрительными и тактильными анализаторами, то это больше энергии, выработанной только одним из этих анализаторов. Именно поэтому, увидев, потрогав, понюхав, послушав и куснув новый предмет, мы запомним его гораздо лучше, чем просто увидев его в чужих руках. Вторая сигнальная система является также очень мощным источником энергии, присоединяясь к сложному рефлексу. Ведь каждое выученное нами слово, само является результатом формирования рефлекса со своими источниками питания. В формировании каждого слова участвуют рецепторы языка, слуха, зрения. Значит, мы, выучивая слово, задействуем, как минимум, три источника энергии. Так общая энергия сложного рефлекса увеличивается. Та причинно-следственная связь, которая закладывается в детстве, и является рефлексом с наибольшим зарядом энергии. Потому, что причинно-следственная связь каждого конкретного человека это формирование совокупности всех сложных рефлексов этого человека.

Теперь разберем, почему позитивные эмоции обладают большим зарядом, чем негативные. За эмоции в нашем организме отвечают 2 центра, находящиеся в лимбической системе: центр страха и центр удовольствия. В лимбическую систему поступают сигналы от всех органов чувств. Я не знаю, играет ли лимбическая система еще какую-нибудь роль трансформатора нервных импульсов, но она является монитором количества электроэнергии, поступаю-

щей в мозг. Чем больше электрических сигналов поступает в мозг, тем более выражена работа центра удовольствия. Чем меньше, тем интенсивнее функционирует центр страха. Поэтому наши эмоции являются индикатором эффективности работы существующих условных сложных рефлексов. Чем выше заряд рефлекса, тем больше вероятность, что именно он будет поставщиком энергии в нашем организме.

Мы уже упомянули, что чем более миелинизировано волокно, тем меньшим сопротивлением оно обладает. Значит, при формировании новых нервных путей электрический, он же нервный сигнал, будет проходить по максимально миелинизированным волокнам, соединяющихся с рецепторным аппаратом.

Так в организме сама собой решается проблема максимальной подачи в центральную нервную систему электрической энергии. При генерировании рецепторами данного количества электрических импульсов, а значит, данной мощности электрического тока, этот ток уходит по определенным нервным волокнам и путям. Именно формирование этого соответствия и есть причина возникновения рефлексов. Сейчас мы с вами рассмотрели вопрос, который, к сожалению, не был объяснен И. П. Павловым в своей гениальной теории. И известное в науке определение рефлекса, как стереотипной (стандартной, одинаковой в одинаковых условиях) реакцией живого организма на какое-либо воздействие (раздражитель), проходящей с участием рецепторов и под управлением нервной системы, можно объяснить, дав новое определение. *Рефлекс – это путь оптимального, в конкретной ситуации, генерирования, транспорта и использования электрической энергии организмом.*

Генерирование, транспорт и использование электрической энергии это составляющие КПД (коэффициента полезного действия) сложного рефлекса. Мы уже разбирали, что это значит. Сейчас же соберем всю эту информацию воедино. ЦНС необходимо определенное количество электрической энергии, которую мы привыкли называть нервными сигналами. Чем меньше соотношение между генерированной энергией и энергией, идущей на работу органов и систем, тем выше КПД нервной системы в целом, и сложных рефлексов, в частности. В свою очередь, определяющим параметром в этом трио является транспорт электрического тока. Чем меньше потери при транспортировке, тем меньше необходимо генерировать тока, и тем меньше тратится той же нервной энергии на обратную связь и формирование в зоне генерации тока условий для ее увеличения. Как видим, КПД сложного рефлекса практически полностью зависит от степени миелинизации волокон, в него входящих. Каким образом происходит снижение этого КПД, и были посвящены две последние главы.

В дальнейшем, мы с вами еще не раз будем возвращаться к этой теме, разбирая вопросы, как формирование рефлексов и сложных рефлексов влияет на нашу деятельность и высшую нервную деятельность.

Теория рефлексов и высшая нервная деятельность

В предыдущих главах мы достаточно подробно разбирали, как с помощью рефлекторной теории можно объяснить формирование болезней, какое влияние рефлексы оказывают на нашу деятельность. Но есть один вопрос, перед которым спасовали наши нейрофизиологи и психологи. Имеет ли какое-нибудь значение формирование рефлексов на нашу высшую нервную деятельность. В частности для объяснения целенаправленного поведения пришлось вводить новые теории. Ведь если объяснять нашу жизнь, как существа разумного, с точки зрения классической рефлекторной теории, то волей-неволей уткнешься в предопределенность всего живого. А ведь даже религии учат, что есть судьба, а есть воля человеческая. Так поможет ли нам понять этот дуализм предлагаемая мною обновленная теория рефлексов.

Позволю себе напомнить, мои дорогие читатели, что нашими эмоциями управляют только два центра в головном мозге. Центр страха и центр удовольствия. В эти центры стекается информация со всего организма и распределяется в них. Наши нервы различаются по количеству электроэнергии, которое они способны переносить. Есть нервы провода с высоким сопротивлением, а значит, они могут передавать малое количество электричества, а есть с низким. И по ним проходит гораздо больше электрической энергии. Так получилось, что центр страха работает на низкоэнергетических волокнах, а центр удовольствия получает сигналы по нервам с низким сопротивлением. Именно поэтому человек, живущий с удовольствием, гораздо более энергичен, активен, успешен. Этот человек гораздо чаще бывает счастлив. Организация нашего общества такова, что успех и жизнеспособность особи измеряется материальным благополучием, а точнее его универсальным эквивалентом – деньгами. Вот поэтому счастливых людей больше среди людей успешных. Давайте еще раз конкретизирую, чтобы не было терминологической путаницы. Успешный человек это тот, который добился каких-либо благ за счет собственной энергичности, активности, предприимчивости. Люди, получающие деньги по принципу родства, таковыми не являются. Мне приходилось видеть статьи, не знаю насколько они научные, рассказывающие, что количество попыток суицидов среди «мажоров» не отличается от групп людей с низкими доходами.

Надеюсь, что психологи всех мастей не накинутся на меня за мнение, что все наши эмоции можно сгруппировать в 4 большие категории. Депрессия, раздражение, спокойствие, радость. Я бы определил эти понятия следующим образом. *Депрессия* это уровень эмоционального тона, при котором человек не способен изменить окружающую его реальность. *Раздражение* это уровень эмоций, при котором человек способен только на деструктивную деятельность по отношению к окружающей его реальности. *Спокойствие* это уровень эмоций, при которых человек способен к минимальной конструктивной деятельности по изменению окружающей его реальности и не стремится к деструктивной. И *радость* это уровень эмоций, характеризующийся способностью и возможностью конструктивного изменения окружающей его реальности. Возьмите любую нашу эмоцию и вставьте в предложенные группы по данному параметру. Вы увидите, что весь спектр чувств прекрасно здесь уместается. Более подробно тему эмоций мы разберем в главе, посвященной психологии.

Вы, наверное, обратили внимание, что для классификации я взял один критерий. А именно количество энергии, поступающей в организм. Можно каждую эмоцию дополнить тысячей деталей, но это будет иметь только описательный смысл. Практического смысла в этом я не вижу. Практическим смыслом я считаю ответ на следующие вопросы: 1) Как это развивается и 2) Как это можно исправить. Так ответим на эти вопросы.

Наше поведение складывается из нескольких составляющих: aberrаций мышления и поведения (инграмм, страхов, комплексов), уровня эмоций, образованием.

В этой главе мы разберем aberrации поведения и мышления. Aberrация – отклонение от нормы. Что мы примем за норму. Очевидно, что существует множество уровней нормы. Особи, группы, вида и т. д. В медицине за норму считают состояние организма, которое не нарушает его функционирования. Думаю, что касательно психической деятельности нужно придерживаться того же критерия. Поведение человека считается не aberrантным, если оно помогает выживанию особи, группы, вида, окружающего мира. Что мешает человеку быть нормальным (в данном контексте)? Психологи придумали для этого множество терминов и теорий. Давайте возьмем термин «страхи». Он не лучше и не хуже всех остальных, просто нам с вами для взаимопонимания нужно попытаться говорить на одном языке. Если вам не нравится этот термин, то возьмите любой другой и вставляйте его, каждый раз, когда увидите в тексте слова «страх» или «страхи».

Как образуются наши страхи? Почему мы считаем, что они относятся к бессознательному поведению? Существует ли вообще бессознательное в том виде, в котором его описывают?

Как я неоднократно повторял, для работы нервной системе необходимо огромное количество электроэнергии. Нервные пути поставляют эту энергию в мозг. Часть энергии потребляется самой нервной системой, часть отправляется на периферию, для управления органами и системами, а также для самой работы этих органов. Стереотипные запросы решают стереотипными методами. Этот цикл обеспечивается простыми рефлексам. Рефлекс формируется тогда, когда обеспечивается минимальная потеря электроэнергии при транспортировке. Увеличение видов рецепторов и суммарного количества импульсов с них является причиной формирования сложных рефлексов. Чем сложнее рефлекс, тем больше источников энергии (видов рецепторов) он использует, и тем больше электрических импульсов поступает в мозг. Образование новых связей между нейронами это процесс постоянный и зависит от количества энергии, циркулирующей в нервной системе. В дальнейшем вы увидите, что эти связи могут вести и к развитию болезней и к развитию личности.

Наибольшей энергией обладают рефлекс, имеющие в своем составе больше соматических (миелинизированных) волокон. Клинически это будет проявляться отсутствием какого-либо физического дискомфорта и хорошим настроением. Т.е. будет сочетание физического и психического комфорта.

Сказанные слова обладают для человека энергией. Не внешней энергией. Слова «хлеб» и «мясо» абсолютно равнозначны с точки зрения энергии. И обладают таковой только потому, что они были выучены этим человеком. Для того, чтобы сформировался рефлекс, несущий в мозг энергию при словах «хлеб или мясо» необходимо участие рецепторов слуха, зрения, языка, осязания, обоняния, вкуса. Путем повторений формируется рефлекс, несущий энергию в отделы мозга. Причем это цельный сложный рефлекс. И при прочтении слова «хлеб» включаются другие составляющие рефлекса, и вы представляете, как это слово звучит, запах сдобы, мягкость булки в руках, вкус корочки, вы внутренне произносите это слово. Все это происходит одновременно потому, что сработал один цельный рефлекс. Немного усложним ситуацию. В состоянии комфорта, при максимальной энергоподаче, ребенок слышит от мамы, что хлеб нужно есть, чтобы наесться, чтобы быть здоровым, чтобы вырасти, чтобы не расстраивать маму, и вообще, есть хлеб это очень хорошо. Слышит это неоднократно. Формируется еще один сложный рефлекс с максимальной энергетикой. Вырастая, нервная система сохраняет этот рефлекс, как дающий много энергии. Все составляющие сложного рефлекса равны и каждое может запускать весь рефлекс. Например, увидев на картине лимон, вы почувствуете на языке его вкус. А укусив лимон с закрытыми глазами, вы представите, как он выглядит. Так же и в нашем предыдущем примере, для того, чтобы чувствовать себя комфортно, получать максимум электричества в мозг, наш уже выросший человечек будет обязан, есть хлеб. И чем лучше он себя хочет чувствовать, тем больше хлеба он будет есть. Здесь мы видим

пример аберрированного поведения. Но я описал пример формирования пищевой привычки, а не скрытого страха потому, что компонента «страх» здесь просто не было.

Изменим условия. Сложный рефлекс сформировался точно так, как описано в предыдущем абзаце. Но существует еще один рефлекс, связанный с дискомфортом. Что такое физический дискомфорт? Это усиление импульсации по вегетативным нервам. Когда количество вегетативных импульсов в пределах нормы, мы никак не ощущаем наш организм. Но стоит увеличиться потоку зарядов по вегетативному волокну, как мы начинаем замечать неполадки в своих органах и системах. Это увеличение может быть вызвано как поражением самого органа, так и шунтированием сигналов с заблокированного соседнего волокна. Подробно этот механизм разобран в главе «Зачем нужны болезни», поэтому не будем больше на этом останавливаться. Переход электрических сигналов на вегетативные пути сопровождается физическим и психологическим дискомфортом. В нашем примере мы имеем фразу, что не есть хлеб нельзя, это плохо, может быть, это вызвано болезнью, и т. п. на фоне дискомфорта. Как уже неоднократно подчеркивалось, рефлекс с дискомфортом несет меньше электроэнергии, а значит, будет отторгаться нервной системой, стремящейся оптимизировать электроподачу. В этом случае у взрослого, мы увидим другой тип аберрированного поведения. Комфорт при потреблении хлеба, и дискомфорт при отказе от него. Теперь психологи, диетологи и друзья, попробуйте отговорить этого человека отказаться от хлебобулочных изделий. Бесперспективняк.

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.