

То, что мы сейчас описали, конечно же, мелочи. Давайте исследуем поведение человека под воздействием страха критики в более существенных обстоятельствах. Ну возьмите, например, любого человека, достигшего интеллектуальной зрелости (обычно это соответствует 35 - 40-летнему возрасту), и если Вы умеете читать его тайные мысли, то обнаружите совершенно определенное неверие в большинство историй, услышанных им в детстве от священника. Но почему же человек, даже в наш просвещенный век, обычно избегает открыто говорить о своем неверии ? Да потому, что он боится критики ! Потому что немало мужчин и женщин в свое время сожгли на костре за то, что они посмели усомниться ну хотя бы в существовании привидений. Что ж, неудивительно, что мы унаследовали сознание, предрасположенное к страху. В конце концов, не так уж далеко отстоит от нас время, когда за критикой следовали суровые наказания. А в некоторых странах это практика и сегодняшнего дня.

Страх критики подрывает инициативу, разрушает силу воображения, ограничивает индивидуальность, лишает человека уверенности в себе и вообще вредит ему во множестве других случаев. Да... Часто незаживающей раной становится родительская критика. Мать одного из дружков моего детства пестовала его (буквально !), то есть воспитывала пестом, била почти ежедневно, каждый раз завершая сие священнодействие следующим заявлением: "Ой, как по тебе тюрьма-то плачет, ты и до двадцати без нее не дотянешь". И он таки попал в исправительную колонию... в 17 лет.

Критика - это вид сервиса, которого у нас более чем достаточно.

Сколько же каждый из нас получил этих бесплатных подарочков !

А родственники (собственно, ближайшие) ! = убежден, что родители, вырастивший своей критикой не столько ребенка, сколько комплекс неполноценности в человеческой оболочке, должен признаваться преступником (а это и есть преступление наихудшего свойства !).

Менеджеры, понимающие человеческую природу, извлекают все лучшее из своих подчиненных не критикой, а конструктивными взаимоотношениями.

Тех же результатов могут достичь и родители. Критика вызывает в сердце чувство неполноценности или обиды.

Но не привязанности. Но не любви.

Боязнь критики: семь симптомов

Этот вид страха почти так же универсален, как и страх нищеты, а его последствия так же фатальны для личности из-за того, что боязнь критики разрушает инициативу и делает бессмысленными любые усилия воображения.

Итак, основные симптомы:

1. Застенчивость - обычно выражается в нервности, робости в разговоре и при встрече с незнакомыми, в неловкости движений, бегающих глазах.
2. Неуравновешенность - неумение контролировать свой голос, нервозность в присутствии посторонних, плохая осанка и память.
3. Слабохарактерность - нетвердость при принятии решений, отсутствие обаяния и умения четко объясниться; привычка "откладывать на завтра", бездумное соглашательство с чужим мнением.
4. Комплекс неполноценности - самоутверждение Языком; привычка говорить "громкие слова", чтобы произвести впечатление (зачастую - при незнании истинного значения этих слов); подражательство в манере одеваться, говорить и вообще в манерах, пристрастие к сочинительству - в основном на тему о своих достижениях. Такие люди часто кажутся самоуверенными.
5. Экстравагантность - стремление к тому, чтобы все было, "как у людей", а это неизбежно оборачивается жизнью не по средствам.
6. Безынициативность - неумение использовать возможности для

самопродвижения; боязнь высказывать свою точку зрения, неуверенность в своих идеях, уклончивость ответов в разговоре с вышестоящими; неуклюжесть в манерах и речи; лживость.

7. Отсутствие самолюбия - лень души и тела; медлительность в решениях, внушаемость, неумение и нежелание самоутвердиться; пристрастие говорить гадости за спиной и льстить в глаза; непротивление неудачам, привычка бросать с легким сердцем любые начинания при малейшей оппозиции со стороны, безосновательная подозрительность; бестактность в разговоре; нежелание признавать свои ошибки.

Бойтесь ли Вы болезней ?

Этот страх может быть равно отнесен и к физическому, и к социальному наследию. Если говорить о его происхождении, то, смею утверждать, он тесным образом связан со страхом старости и смерти - этих двух предвестников "загробных ужасов", о которых человек, по сути, ничего не знает, хотя напичкан всякими малоприятными историями с детства. Данное Явление настолько распространено, что находятся проходимцы, продающие "рецепты здоровья", поддерживая, таким образом, страх смерти.

В целом человек боится болезней из-за посмертных страхов, внушенных в его сознание, и из опасения возможных экономических последствий. Известный терапевт установил, что 75 процентов людей, обращающихся к врачу, страдают от... ипохондрии (воображаемых болезней). Было убедительнейше доказано, что страх болезни, даже самый безосновательный, дает реальные физические симптомы того заболевания, которого человек опасается. Вот ведь до чего могущественно человеческое сознание ! И в созидании, и в разрушении. Играв на этой человеческой слабости, отнюдь не один продавец "патентованных средств" сколотил себе состояние. Этот "налог" на человеческое безумие так вырос несколько десятилетий назад, что один популярный журнал даже провел кампанию против наиболее наглых продавцов разного рода "эликсиров жизни".

Эксперименты, проведенные нами не так давно, доказали, что человеку можно внушить болезнь. К избранным нами "жертвам" три человека последовательно обращались с одним и тем же вопросом: "Что Вас беспокоит ? Вы ужасно выглядите". На первый раз вопрос вызывал улыбку и безмятежное: "О нет, все в порядке". Во второй раз ответ обычно бывал таким: "= точно не знаю, но действительно чувствую себя паршиво". Ну а в третий раз тот, к кому обращались с вопросом, прямо говорил, что болен.

Не смейтесь, а лучше-ка проверните эту штуку с кем-либо из своих знакомых.

Только не усердствуйте, а то ведь в самом деле заболеют ! Между прочим, существует секта, члены которой мстят своим врагам, делая то же, что и мы, только шесть раз (метод гексаэдра). Правда, они называют это "напускать чары".

Есть потрясающие свидетельства, когда болезни начинались от плохих мыслей. Плохая мысль может быть внушена, а может и сама родиться в человеческом сознании.

Поэтому следуйте примеру одного мудрого человека, еще более мудрого, чем может показаться из следующих его слов: "Когда меня кто-нибудь спрашивает, как Я себя чувствую, мне всегда хочется дать ему в морду".

Доктора часто рекомендуют пациентам переменить (на время) климат, имея в виду - смену обстановки. Клетки страха болезни присутствуют в сознании у каждого. Беспокойство, боязнь, разочарование в любви и неудачи в делах оплодотворяют их и дают им жизнь.

Неудачи в любви и делах стоятверху этого списка... Один юноша так

страдал от неудачной любви, что попал в больницу. В течение месяца он находился между жизнью и смертью. Наконец позвали психотерапевта. Первым делом доктор сменил сиделку, приставив к больному очаровательную молодую женщину. По предварительной договоренности с доктором она с первого же дня стала заниматься любовью с нашим юношей, и через три недели его выписали из госпиталя, все еще страдающего, правда, от совершенно другой болезни: он опять влюбился. И лекарством была вся эта мистификация, но впоследствии юноша и сиделка поженились.

Страх болезней: семь симптомов

Симптомы этого почти всеобщего страха таковы:

1. Самовнушение - поиск и предположение в себе симптомов всех мыслимых болезней, "наслаждение" воображаемыми недугами и рассуждение о них, как о настоящих; страсть покупать все "-мицины" и "-фаты", которые (все говорят !) чудесно помогают; постоянные разговоры об операциях, несчастных случаях и т.д.; экспериментирование без врачебного контроля со всяческими диетами, физическими упражнениями, способами похудения; использование домашних средств, патентованных лекарств и шарлатанских снадобий.
2. Ипохондрия - привычка так говорить о болезнях, так на них концентрироваться, так, почти сладостно, ожидать их прихода, что в конечном итоге это оборачивается нервным стрессом. Никакая микстура ни из какой бутылки (даже из той, из которой был выпущен джин) такое не излечивает. Ипохондрия приходит вместе с плохими мыслями, и ничто, кроме мыслей хороших, от нее не избавит. Говорят, что ипохондрия приносит здоровью такой же ущерб, как принесла бы сама болезнь, будь она не воображенной. "Что Вас беспокоит, мадам ?" - "Нервы". Чаше всего как раз нервы у мадам, как у лошади.
3. Вялость. Боязнь заболеть нередко препятствует занятиям физическими упражнениями: это обычно кончается избыточным весом и становится причиной малоподвижного, в основном, домашнего образа жизни.
4. Впечатлительность. Страх болезней подрывает силы организма к сопротивлению и создает благоприятные условия для приобретения любого недуга. Страх болезней может неприятным образом соединиться со страхом нищеты, особенно у ипохондрика, постоянно беспокоящегося о том, что ему придется оплачивать счета за лечение. Да уж, такие люди тратят немало времени на подготовку к своим болезням. А ведь есть еще смерть - о ней им тоже надо поговорить, накопить деньги для оплаты места на кладбище и похорон...