

# ifl Institute for Logosynthesis™

## Логосинтез<sup>i</sup>

Виллем Ламмерс<sup>ii</sup>

*Наше рождение ничто иное, как сон и забытьё:  
Душа, восходящая с нами, наша путеводная звезда,  
Повсюду ее обрамления,  
И возникновение издалека:*

*Не в полном забытьи,  
И не в явной обнаженности,  
Но, идя по следам небесного сияния, мы приходим  
От Господа, кто является нашим домом:  
Небеса присутствуют в нас в нашем младенчестве!*

*Тени дома-тюрьмы начинают закрываться  
Перед взрослеющим Дитя,  
Но он держит свет, и когда он сияет,  
Он видит его в радости;*

*Юность, которая ежедневно восходит с востока  
Должна путешествовать, покой это священнослужитель природы,  
И величайшее видение  
Возникает на его пути посещения;*

*С течением времени восприятие человека постепенно пропадает,  
И исчезает в свете каждого дня.*

-- William Wordsworth, Ode 536

## **Введение**

Логосинтез является инновационной и понятной системой для личного развития. Она эффективна в коучинге, консультировании и психотерапии, и также может быть использована в качестве инструмента для помощи себе. Она позволяет людям найти их глубочайший жизненный путь. Логосинтез прост, элегантен, эффективен, и легко передается. Система содержит модель, принципы перемен и действенные интервенции, укоренившиеся в холистическом подходе на человеческую природу. Логосинтез берет свое происхождение из многих школ перемен. Специалисты различных школ мышления могут обнаружить характеристики своих моделей в логосинтезе. Между тем, комбинирование эффективных принципов в логосинтезе является новым и уникальным. Виллем Ламмерс впервые ознакомил с концепцией в 2005, и с тех пор она непрерывно расширяется. Эта статья описывает модель, метод и обучающую систему. Ключевыми понятиями логосинтеза являются:

1. Стрдание это, прежде всего, результат отсутствия осознания Духа и его созидательных целей.
2. Разъединенные части и интроекции мешают нам полностью осознавать и жить в согласии с нашим истинным Я.
3. Разъединенные части и интроекции являются жесткими энергетическими структурами в трехмерном пространстве, нежели абстрактными сознательными частями разума.
4. Сила слова сама по себе растворяет эти застывшие структуры и позволяет энергию, которую они задерживают в себе, затребовать обратно в живое, истинное Я.

## **Пример: Сара, играет на фортепьяно**

Типичным примером является следующая последовательность в коучинговой сессии, которая была у меня с Сарой, 30-летней бизнес управляющей. Сара привыкла проявлять беспокойство, если ей приходилось играть на фортепьяно перед людьми. На сессии, она разрешила этот вопрос с помощью логосинтеза, в течение нескольких минут. Буквальная транскрипция этой последовательности изложена ниже. Я предложил ей представить ситуацию, в которой она испытывала страх:

Сара: Я наблюдаю себя играющей на фортепьяно, и вся напрягаюсь.

Коуч дает ей предложение:

*Я забираю всю свою энергию, связанную в этом страхе игры на фортепьяно.*

Сара, после повторения предложения, и некоторого молчания:

*Я становлюсь немного спокойнее.*

Коуч дает ей второе предложение:

*Я забираю всю свою энергию от человека, наблюдающего за моей игрой на фортепьяно, и возвращаю себе.*

Сара, после повторения предложения, и некоторого молчания:

*Мне становится печально, и я не могу больше играть.*

Коуч дает ей третье предложение:

*Я удаляю всю энергию человека, наблюдающего за моей игрой на фортепьяно – вне моего личного пространства и посылаю её в поток Света.*

Затем, после долгого молчания, Сара говорит:

*Я играю музыку, а не ноты!*

### **Человеческая натура**

Логосинтез предлагает логический, понятный, и легко воспринимаемый взгляд на природу человека. В древней Греции, *Logos* означает смысл, разум, слово или обучение. В логосинтезе оно означает как "смысл", так и "слово". Греческое слово *Synthesis* означает, "собирать вместе" и относится, в нашем контексте, к интеграции фрагментированных частей личности в интегрированное Я, в которой все части работают вместе гармонично.

И это не совпадение, что логосинтез напоминает модель логотерапии Виктора Франкла. Мы основываемся на том, что люди ищут смысл. Франкл был одним из первых, кто включил духовный элемент в терапевтическую работу. Люди являются телом, разумом и душой – биологическими, психологическими и духовными существами. Эти три аспекта человеческого существования неотделимы в ежедневной жизни. Они, тем не менее, полезны рассмотрению жизни во всей своей сложности.

Биология представляет аспект физического выживания; психология отвечает за способность активного созидания и полноты жизни; и духовность относится к восприятию смысла существования. Высшее Я, или Дух, проявляется в том, как личность в контексте жизни на земле, с задачей развития и роста в определенных областях, и с потенциалом выполнения этой цели. Духовный уровень жизни может быть рассмотрен в следующих аспектах:

- Цель и задача в жизни
- Планирование и формирование жизни
- Действия доброй воли
- Художественная интуиция
- Научное озарение
- Личный нравственный облик
- Религиозные переживания

Дух содержит наши основные качества, и наша задача вмещает вызовы жизни, которую мы сейчас проживаем. Духовность, также будет определять индивидуально воспринимаемую связь между свободой и ответственностью. Смысл жизни распространяется за пределы материального мира и за пределами наших связей на земле, и в силу обстоятельств может быть утерян. Этот смысл может быть извлечен только в контексте существования жизни на земле. Он появляется и становится сознательным через взаимодействие между Духом с одной стороны и живущим на земле с другой.

Логосинтез придерживается подхода, что страдание, прежде всего, является результатом отсутствия осознания духа и наших вызовов, наших творческих задач. Исцеление произойдет автоматически, когда однажды мы свяжем все свои части с нашим осознанием Духа. Эта концепция исцеления отличает логосинтез от других форм консультирования и психотерапии.

Вплоть до момента рождения ребенок ощущает себя исключительно как неразрушимое, духовное существо – неуязвимое, всемогущее и бессмертное, как описал это Дональд Винникот. В тот момент, как этот неразрушимый Дух встречается с существованием на земле, первоначальное Я начинает сталкиваться с чувственным миром, который знает биологию травм, боли и смерти; миром, который знает психологию страха и лишений. Новорожденный очень скоро испытывает ограничения своего влияния в этом новом окружении. Будучи вынужденным приспособляться к ограничениям на земле, его разум учиться воспринимать мир через плоть, понимать его на языке своего окружения и действовать с помощью сознательно контролируемого тела.

Через эти ограничения тела и разума осознание первоначального Духа теряется в значительной степени: Мир не имеет актуального языка для души. Наш Дух и духовные качества всегда будут присутствовать здесь, но наши жизненные испытания будут приводить к боли и травме. Это заставляет нас передавать нашу судьбу тем, кого мы воспринимаем сильными в контексте нашего существования на земле, - наши родители и те, кто является ментально или социально выше нас: доктора, священники, учителя и представитель официальных учреждений. Все они имеют власть обеспечить наши физические и психологические потребности в пище, крове и любви. Интенсивные чувственные переживания оказываются сильнее и более убедительны, чем слабые послы нашего Духа и его языка. Таким образом, мы все, в большей степени, теряем сознательный доступ к нашему истинному я, к нашему неразрушимому Духу.

## **Модель**

В разладе между первоначальным Я – в его качестве духовного бытия – и земной жизненной системой, части всего нашего осознания расщепляются, или разъединяются, и мы порождаем образы мира вокруг нас в попытке придания ему большего смысла: отпечатки и интроекции.

В начале, разъединенные части и интроекции имеют свои положения, в той степени, которой они могут помочь интегрировать наши сложные испытания в мире и позволяют нам прогнозировать то, что должно произойти. Между тем, очень скоро они начинают препятствовать нам в адекватном восприятии новых событий и превращаются в помехи.

Таким образом, личность учится реагировать на агрессивные замечания отстранением. Отец, выражающий гнев к своему ребенку, будет причиной развития гневного образа, интроекции в личном пространстве ребенка. Ребенок отделит часть своего сознания и создаст разъединенную часть через эту робкую реакцию. В этой разъединенной части ребенок теряет знание внутренней неуязвимости. В следующий раз, когда отец будет проявлять гнев, эта интроекция будет активизирована – и ребенок будет реагировать архаичной, разъединенной частью, и не будет застигнут врасплох.

Таким путем мир становится предсказуемым ценой гибкости в ответе на гневный выплеск отца. Если, повзрослев, он не разрешит этот развитый образец поведения, то он будет преобладать во всей его жизни и ограничит его реакции на других взрослых. Начальник, реагирующий резко на ошибку, будет возобновлять отцовскую интроекцию, и включать эмоциональный холод в архаическом беспокойстве. В нашей взрослой жизни мы сохраняем столкновения с такого рода реакциями, которые кажутся иррациональными, неадекватными и непонятными.

Эти образцы, эти застывшие миры, состоят из двух частей:

1. Интроекции, которая активизируется в любое время, когда кто-либо в нашем окружении проигрывает поведение похожее на личность, ставшей причиной первоначального переживания.
2. Разъединенной части, которая повторяет реакцию личности в первоначальной, травматической ситуации.

Интроекции и разъединенные части принадлежат друг другу и не могут быть отделены. Многие терапевтические школы воспринимают эти паттерны как сознательные структуры и пытаются разрешить их тем или иным способом, помещая интроективные послания и людей в перспективе или усиливая регрессивные, разъединенные части.

В логосинтезе мы рассматриваем эти разъединенные части и интроекции с абсолютно другой точки зрения. Они являются мысленными формами, статичными, энергетическими структурами в пространстве, которые отрицают действующую реальность и мешают диалогу между личностью и актуальными событиями: здесь и сейчас. Такое понимание разъединенных частей и жестких интроекций, как энергетических структур в трехмерном пространстве – в противоположность абстрактным, сознательным частям разума – является другим критическим отличием между логосинтезом и другими школами консультирования и терапии.

Эти застывшие энергетические структуры также реальны, как тело и физическое пространство. В одиннадцати-мерной вселенной изложенной в трудах физика Вильяма Тиллера, они включают три измерения. Предмет является только одним из способов манифестации энергии: Мы возвращаемся к формуле Ейнштейна  $E=mc^2$ . Существует возможность легко обнаружить эти мысленные формы в пространстве. Нам только стоит попросить кого-либо вспомнить угрожающее или травматическое событие; они тут же смогут узнать, где в пространстве большинство значимых людей находились, и они все еще могут быть увидены в их виртуальном окружении.

Методы, которые используются в терапевтических школах с когнитивной ориентацией, позволяют этим частям продолжать их существование. Трансакционный Анализ делает различие между группами разъединенных частей и интроекций: 'Я' в Ребенке и 'Я' в Родителе рассматриваются как важные части личности. Немногие практики ТА работают определенно в направлении интеграции Врослого-Я.

В логосинтезе мы забираем энергию из этих застывших частей обратно в живое Я, и растворяем застывшие миры полностью, удаляем чуждые энергии из тела личности, и из его/её личного пространства.

Наиболее важное открытие вовремя развития логосинтеза произошло на сессии с клиентом, которого мы назовем Дениза. Она была травмирована после падения с лестницы на железнодорожном вокзале и имела полную амнезию в отношении данного события, даже сейчас, спустя шесть лет. Она чувствовала себя неуверенно, страдала от многих физических симптомов, и была странным образом дезориентирована. Пытаясь вложить ключ в отверстие, она смотрела на щель в двадцати см вправо, от того места, где он находился в действительности. Её тело, от которого она воспринимала окружение, было в другом месте по отношению к её физическому телу. На её швейцарском диалекте она описывала это как "находиться рядом со своими туфлями"(т.е. сойти с ума). Она отреагировала очень испуганно, когда я воспринял её слова буквально и пригласил вернуть её энергетическое тело обратно в физическое тело. Между тем, она

согласилась принять попытку и очень разволновалась физически и эмоционально, где-то, около 15-ти минут. Я успокоил её, и после этого она была в состоянии описать событие, произошедшее шесть лет назад. Она описала подробно, как ранним утром, её толкнул на лестнице железнодорожного вокзала, в спешке, прохожий, и где она стояла застывшая в страхе и холоде в течение несколько минут.

Мы можем придти к заключению, что эти энергетические структуры – разъединенные части и интроекции – существуют в пространстве. На следующей сессии Дениза, описала свой страх перед предстоящим медицинским обследованием. Очень скоро выяснилось, что этот страх был причиной интроекции – вызванной профессором, который лечил её довольно грубо вовремя предыдущего обследования. Перспектива следующей проверки пробудило застывший образ этого профессора, находившегося рядом с её левым ухом. Когда я предложил ей удалить этот образ из её личного пространства, страх предстоящего осмотра немедленно испарился без дальнейших проблем.

В логосинтезе мы предполагаем, что оба компонента, разъединенные части и интроекции существуют как энергетические структуры в трехмерном пространстве. Этот метод, не был достаточно исследован в других методах терапии, кроме РЕТ (Rapid Eye Technology).

Американский психотерапевт Роджер Каллаган описывает, представления определенных моментов или аспектов жизни личности, как энергетические структуры, мысленные поля, и основывает свою теорию Терапии Мысленного Поля (ТМТ) на данном предположении. Представление может содержать визуальные, слуховые, кинестетические ощущения или обоняния. Они запускают рефлексивный образец мысли, чувства или поведения. Люди реагируют на своих коллег как на одноклассников или братьев и сестер, и как на старших, таких как родители, учителя и священники. Такие интроекции и разъединенные части трансформируют настоящую ситуацию в прошлую окружающую среду или семейную обстановку. Оба – прошлые травмы и позитивные переживания – принимают участие вновь.

В мире взрослых многие люди живут почти полностью в своих головах. Это означает, что они исключительно реагируют на внутренние образы и едва ли когда-либо проживают подлинность, спонтанность и гибкость. Оскар Уальд писал: “Большинство людей это различные люди. Их мысли являются чьим-либо мнением, их жизни - подражания, и их страсть котировка”. Мы не знаем в действительности, кто находится перед нами, и все время мы страстно желаем потерянной целостности. Через всю историю философы, священники, художники, поэты и певцы выражали это страстное желание своим собственным путем.

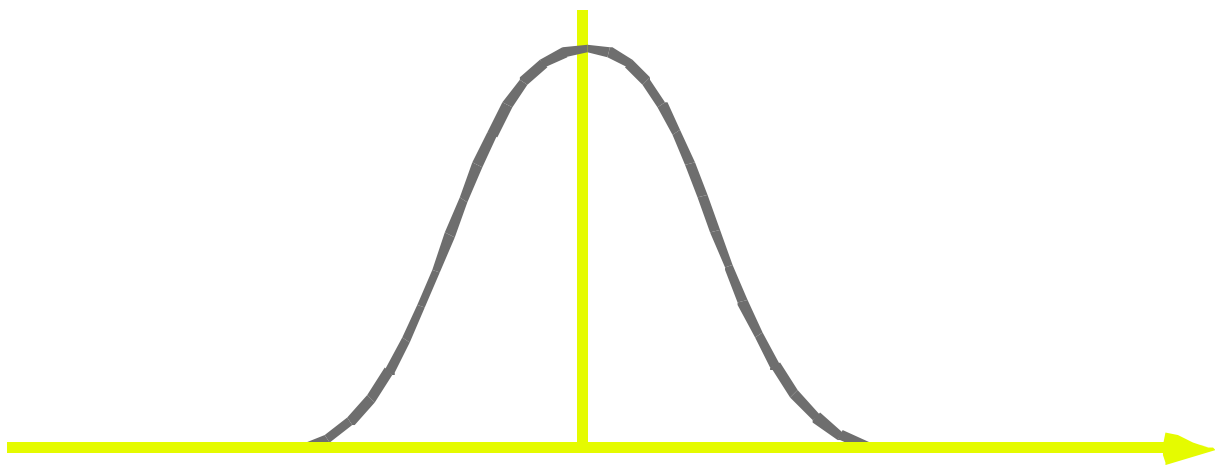
Эта видимая потеря целостности причиняет громадную боль. Между тем, не имея слов для этого, мы имеем тенденцию, превращать эту боль в нашу биологию или психологию. Тело болит, и разум, похоже, нуждается или вовлекается в кажущиеся важные задачи. Между тем, в затаенных уголках нашего сознания, мы знаем, что чего-то не хватает, даже, когда нам кажется, что наш материальный мир удовлетворяет все наши потребности.

Логосинтез позволяет нашему миру становиться более прозрачным. Это позволяет нам делать различие между собой и другими, между прошлым и настоящим. Цели логосинтеза в осуществлении и растворении старых закоренелых и адаптированных мысленных форм и открытии пути для намерений нашего истинного Я, нашего Духа. Дух имеет смысл только здесь-и-сейчас. Прошлое и будущее существует только в форме энергетических структур, мыслеформ. Они могут быть изменены намеренно, как любой, кто находился в психотерапии или супевизировании может это подтвердить. В процессе переживаний, перемены в восприятии могут изменять взгляд человека на его будущее или наоборот. Что касается прошлого или будущего здесь существуют четыре различные модели влияния на жизнь здесь-и-сейчас:

1. Травма: Прошлый ущерб может стать причиной ожидания подобных травм в настоящем и воспринимать людей и окружение соответственно.
2. Горе и ностальгия: Позитивные переживания с людьми или обстоятельствами не отпускаются, и поэтому настоящие условия постоянно видятся в худшем свете, чем те, однажды сохраненные в памяти.
3. Страх: Будущее воспринимается как небезопасное и люди ожидают боль и повреждения. Собственные способности человека, которые могут предотвратить будущие угрозы, кажутся недостаточными для предупреждения угрожающей ситуации от совершения.
4. Надежда: Люди ожидают от других или обстоятельств быть добрее в будущем, нежели в настоящий момент. Собственные способности влияния на людей и обстоятельства активно в направлении позитивных результатов вполне возможно переоцениваются.

Эти основные модели ассоциируются с различными путями восприятия времени. Французский психотерапевт Джанет отобразила наше нормальное осознание времени, в виде колокола (диаграмма1).

## Настоящий момент

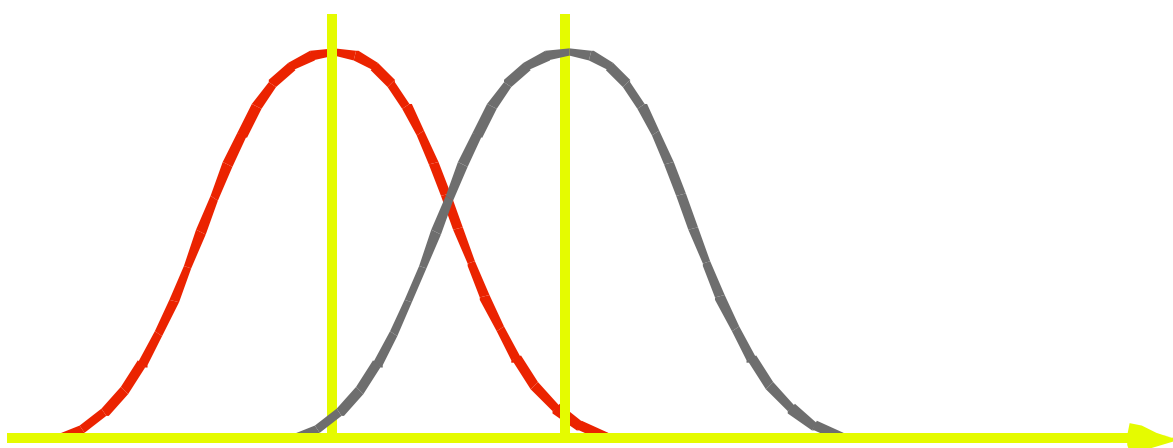


(Диаграмма 1)

Содержание здорового разума будет ссылаться в большей степени к непосредственному настоящему. Актуальная действительность будет интересовать нас более всего. Непосредственное будущее и прошлое тоже будут забирать энергию, но в меньшей степени. Далекое будущее и события давно минувших дней будут наименее жизнеспособны. Но момент, когда глубоко эмоционально затронутое событие будет занимать место в восприятии при переключении времен, станет менее целостным. Воспоминания этих событий содержат различные перспективы времени: личность разъединяется, и создает застывший мир. Мысли будут двигаться между временем непосредственно перед этим, во время и после того события. Для восприятия времени неважно, было ли событие позитивным, но непродолжительным, или негативным: В восприятии личности, событие будет застывшим в оси времени, и актуальная действительность будет отодвигаться все дальше и дальше от него. Мы показываем это в диаграмме 2 , второй, красной дугой.

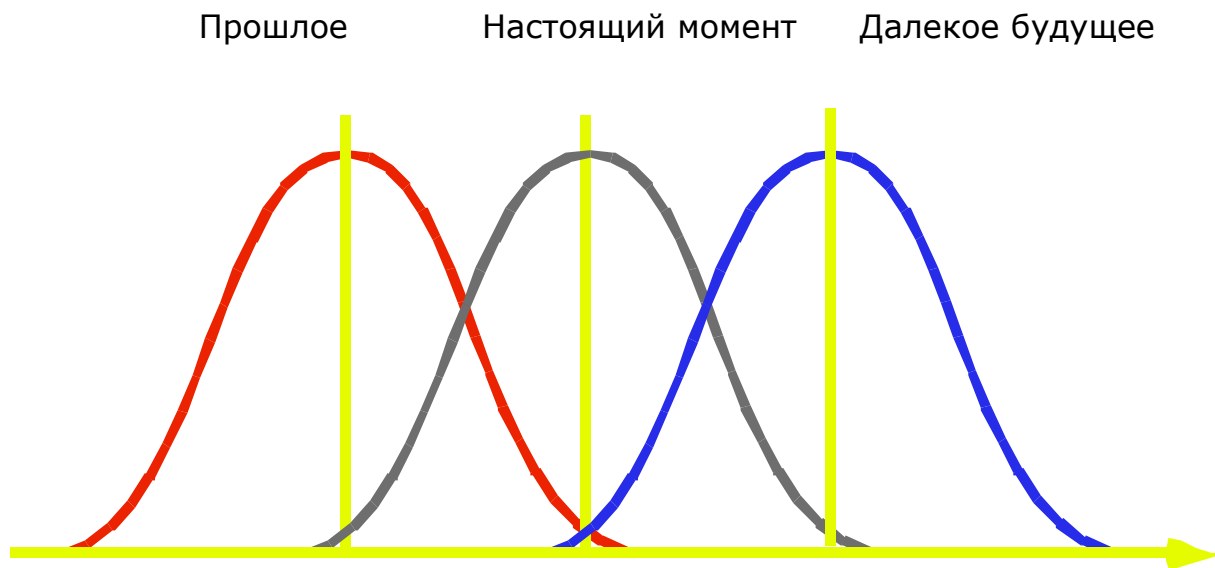
Событие

Настоящее время



(Диаграмма 2)

Совершенно очевидно, что этот процесс будет приводить к ошибочному пониманию и напряжению с людьми вокруг нас. Процесс разъединения продолжается. Особенно процесс усвоения в чрезвычайно травматическом переживании может быть настолько тяжелым, что другие части личности отказываются иметь дело с прошлыми событиями и как бы “спасаются бегством в будущее”. Это происходит, когда актуальная здесь-и-сейчас действительность недостаточно интересна, чтобы оттолкнуть эмоции, причиненные травматическим событием. Личность в дальнейшем будет создавать альтернативный мир в будущем, в котором травматические события никогда не произойдут или не будут иметь место. В этом случае третья дуга появляется на оси времени, с концентрацией на будущем (синяя дуга в диаграмме 3). Этот разъединенный образ в будущем может быть характеризирован либо страхом или надеждой. Если страх преобладает, поведение будет демонстрировать признаки избегания воспринимаемых угроз; если присутствует нереалистичная надежда, актуальные ситуации могут быть оценены неадекватно.



(Диаграмма 3)

В логосинтезе существует два типа интервенций для разрешения разъединенных частей:

1. Установление и растворение разъединенных аспектов травматических событий – Эмоциональная личность (красная дуга в диаграмме 3)
2. Работа над моделями в мышлении, чувствах и поведении, которые появились как следствие травматических событий – Видимая Нормальная Личность (синяя дуга в диаграмме 3).

После решения четырех базовых моделей – травмы, горя, страха и надежды – которые были растворены в индивидуальности, освобождены от потребности сохранения старых энергетических

конструкций, можно направить его осознание и энергию на осуществление задач здесь-и-сейчас. Индивидуальность может быть освобождена от прошлого груза и открыта к потоку сознания здесь-и-сейчас.

Зависимость является особой формой избегания эмоций, которая является причиной нежелательных переживаний. Мы можем назвать это *состоянием управления*: способом, которым справляются с прошлыми трудными переживаниями, облегчая свои эмоциональные последствия. Между тем, зависимость отрицает ответственность личности здесь-и-сейчас, поэтому способствует диссоциированному поведению. В логосинтезе мы концентрируемся как на поражающих, поведенческих и когнитивных последствиях прошлых травматических событий, так и на неподходящих механизмах для кооперирования.

### **Метод**

Логосинтез удивительно элегантен и простой подход к этой страстно желаемой целостности шаг за шагом. В кажущейся малой, "гомеопатической" дозе он адресует и концентрируется на тех же предметах, что решают другие терапевтические методы. У логосинтеза есть преимущество быть простым, ясным и эстетичным: он фокусируется только на духовном и существенном. В рамках понимания логосинтеза, развитие и перемены происходят только через заново установленную связь индивидуальности с Духом, за пределами данных нам обстоятельств. Люди учатся применять энергию тела, разума и души к выполнению своих задач в жизни.

Логосинтез дает возможность людям восстановить свои разъединенные части. Эти расщепленные части могут застрять в прошлом, также как навязчиво сфокусироваться на будущем. Люди учатся удалять энергию адаптированных ценностей, убеждений, эмоциональных и поведенческих моделей из своей энергетической системы и своего личного пространства, отсылая обратно туда, где они были изначально созданы или где они не смогут принести никакого вреда. Это позволяет истинному Я, уникальному Духу, проявиться.

Чтобы это произошло, мы должны осознать, что большинство наших эмоций, убеждений и мыслей являются ни чем иным, как застывшими мыслеформами, которые мы воспринимаем как реальные, и которые мы продолжаем заново активировать, давая им энергию. Первый шаг в направлении исцеления это забрать нашу энергию обратно через силу слова, отрывая его от симптомов, эмоций и убеждений. Во втором шаге мы возвращаем энергию других, которая тоже является заключенной в застывшем мире, имеющем связь с симптомом, обратно туда, кому она принадлежит. Это, тоже, выполняется силой слова и требует объяснения.

Логосинтез направляет Дух прямо через силу самого слова. В психотерапии, консультировании и коучинге, это революционный подход. В духовной традиции, это абсолютно не ново. В истории мы найдем массу примеров творческих и магических действий, исполненных через слова. Созидание, исцеление и магия происходят через слова:

- И Бог сказал, *Да будет свет* и был свет.
- Иисус сказал калеке, *Вставай, откинь свои костыли, и иди*. И в одно мгновение человек был исцелен, и он отбросил свои костыли и пошел.
- *Абракадабра*, происходит из арамейского *Avrah ka dabra*: “Я творю, в то время, когда говорю”.

Традиционное консультирование и психотерапевтические методы остаются в области биологии и психологии. Им неизвестно произнесенное слово, в его исцеляющей и проявляющей силе. Язык используется как инструмент для описания реальности и косвенно оказывающий влияние на чей-либо мир – через условия, толкование, транс, бросание якоря и когнитивное оформление.

Логосинтез предлагает конкретные формы исцеления через слова. Эти методы помогают найти индивидуальный путь в жизни. Разрушительные мысленные формы растворяются и энергия, связанная в них мгновенно становится доступной для личности здесь-и-сейчас. Этот целительный процесс достигает сердцевины: Освобождение от застывших энергетических структур, позволяет реальному Я, проявить и выразить себя.

Процесс в логосинтезе имеет осязаемый эффект. После успешной интервенции атмосфера в помещении меняется. Похоже, становится тихо в конкретном смысле: трагические звуки менее навязчивы, пение птиц сильнее. Сильвия, пациентка, которая работала со своим страхом предстоящей операции, написала после сессии в пятницу:

*Сейчас воскресный вечер, и у меня все еще нет ни подходящего крика, ни эмоционального всплеска, с тех пор как прошла вчерашняя сессия. Фантастика! Случайно я вспомнила, что операция близка, но ничего драматического больше не происходит. У меня есть ощущение, что фразы, произнесенные в логосинтезе, все еще плавают в моем теле, устанавливая себя. Процесс в моем восприятии еще не завершен, но драма исчезла. Обыденность и факты взяли верх.*

Обычно, симптом, с которым работал клиент, не возвращается. Но вполне может случиться, что новые аспекты разъединенных частей выходят на поверхность. Их можно лечить похожими способами.

Каждое сейчас и снова в процессе может быть некомфортным, по двум причинам:

- Личность может осознавать, что он или она теряют значимые способности или навыки. Один мужчина обнаружил, что он держит себя вне конфликтов или приведения в порядок желаний оппонента. Однажды, когда его модель растворилась, он был вынужден принять участие в тренинге, чтобы научить себя, быть услышанным. Кандидат, который был четко убежден, что не в состоянии написать свою диссертацию должен научиться, как составлять связные тексты. Старая модель характеризовалась неспособностью; новая ситуация заставила индивидуальность столкнуться с его/её ответственностью.
- Тишина, которая возникает, когда знакомые внутренние диалоги исчезают, может превратиться в подавляющую пустоту. Слепота, глухота мира интроекций уходят, и знакомые структуры, более не оказывают своей поддержки. Эта пустота первоначально может выглядеть угрожающей, до тех пор, пока спокойный голос Духа проявится в этой тишине. Сталкивание с этой пустотой может запустить следующий шаг в процессе логосинтеза. Этот процесс может продолжаться до тех пор, пока личность не научится осознавать свой внутренний голос, зов Духа, и применять его в повседневной жизни.

### **Логосинтез и другие формы консультирования**

Профессиональные методы для перемен в коучинге, супервизировании и психотерапии могут казаться довольно разными на первый взгляд, но они имеют много похожего. Существует семь принципов, которые проявляются на различных стадиях процесса:

1. *Строить и поддерживать положительно обученные отношения.* Изменение означает потерю поддерживающих структур, и неважно насколько деструктивны они были, оно может стать причиной страха. При растворении этих структур, замена их является существенной. Отношения, в которых обучаемый, чувствовал защищенность и надежду на позитивное развитие, могут заменить ему потерю безопасности. Эта положительная окружающая среда для перемен, созданная Truax & Carkhuff' классическими тремя факторами, которые стали хорошо известны благодаря Роджерсу: безусловное позитивное отношение, точная эмпатия и конгруэнтность. Эти три фактора существенны для всех методов консультирования и терапии. Логосинтез не является исключением.
2. *Сбор информации.* Люди, приходящие на терапию показывают брешь между их настоящим состоянием и состоянием, в котором они хотели бы находиться. До того, как это будет возможным

обращаться с клиентом соответственным образом, терапевту, консультанту необходимо узнать его/её образ видения себя, отношения, убеждения, мысли, эмоции, поведенческие модели, окружение и его историю. Информация, добываемая профессионалом, зависит от школы, к которой он/она принадлежит: психоаналитик будет больше интересоваться порядком рождения, в то время как коуч будет в большей степени интересоваться задачами и отношениями на рабочем месте. Фокус в логосинтезе будет всегда направлен на жесткие аспекты в системе восприятия клиента; здесь мы находим разъединенные состояния и беспокоящие их интроекции.

3. *Концентрация и заключение контракта на соответствующие темы.* Профессионал будет в дальнейшем фильтровать основные аспекты для перемен из богатого объема, полученной информации. Это будет наиболее важной задачей для консультанта/терапевта. Он/она будут вынуждены объяснить, которые темы наиболее важны для клиента, и когда, и какие возможности для перемен, могут быть достигнуты. Затем, первый шаг в направлении цели должен быть определен. В логосинтезе, любой предмет может иметь отношение, так как базируется на застывших восприятиях, отрезанных от здесь-и-сейчас клиента и его/её окружения.
4. *Делиться информацией, которая необходима для перемен.* Каждая школа перемен будет предлагать клиенту информацию, исходя из своих собственных ссылок в качестве моделей для объяснения процессов. В транзакционном анализе будут использованы три эго состояния для объяснения эмоциональной и когнитивной информации. Специалисты НЛП укажут, как информация будет ассимилироваться через видение, слух, запах и кинестетические ощущения. Логосинтез будет делиться знаниями о диссоциации и интроекции, в качестве причин человеческого страдания.
5. *Связь предмета контракта с новой информацией.* С помощью информации данной обеими сторонами, проблема клиента будет рассматриваться в другом свете. Приступ страха, не будет более относиться к запуску происходящего здесь-и-сейчас, а будет выглядеть как реактивация травматического воспоминания или плохо обученного рефлекса. Логосинтез определяет конкретные интроекции и разъединенные части, которые необходимо разрешить и вернуть обратно в контакт с Духом.
6. *Поддерживать интеграцию переживаний и событий.* Однажды, когда результат принимает определенную форму и интегрируется в рамках конкретной школы терапии, специальные интервенции используются для запуска перемен. Многие профессионалы, в течение длительного времени, были убеждены, что для того чтобы быть эффективными, эти методы должны быть словесно и логически понятны. Между тем, многие

новые методы, такие как НЛП, ЕМДР и энерго-психологические техники как BSFF и Эмотранс показывают, что это не так. Логосинтез допускает возможным влияние на мысли и чувства клиента только через силу слова.

7. *Прекращать процесс усвоения и интегрировать новое понимание.* После того, как произошло усвоение видимого изменения, благодаря которому фокус возвращает от внутреннего процесса к внешнему. В гипнотерапии терапевт будет выводить клиента из транса и расскажет шутку; В НЛП будут иметь место будущие шаги, а в ТА будут проверять, выполнен ли контракт. В зависимости от результата, уровня энергии клиента, и времени, к тем же результатам будут обращаться вновь, новая тема появится, или сессия придет к завершению. Все это относится в равной степени и к логосинтезу.

С точки зрения вышеуказанных принципов логосинтез является частью давней традиции. Поэтому его простота может казаться обманчивой: он будет работать только в том случае, если описанные семь принципов будут приниматься в расчет и применяться тщательно.

### **Тренинг в логосинтезе**

Институт Логосинтеза, дополнение к ias институту прикладных и социальных наук в Бад Рагаз, Швейцария, предлагает тренинги, лечение и супервизии в области логосинтеза. Это занимает всего несколько дней для профессионалов в области коучинга, консультирования и психотерапии научиться основам логосинтеза. Если специалист начнет использовать метод, это необходимо практиковать под наблюдением супервизора. Базовый семинар обучает взгляду на человеческую природу, модели, принципам лежащим в основе метода, и интервенциям *iRbasic*. Обучаемые научатся применять методы для себя и в работе с клиентами. В первом продвинутом курсе будут даны дополнительные знания о диссоциации, применении идеомоторики – способа настраивания на процесс – обучение, а также использование тонких усилителей в логосинтезе, и последовательность интервенции 'Я знаю – Я исцеляю'.

Следующий курс демонстрирует использование логосинтеза в работе с физическими симптомами, с последствиями травматических событий, и исцелением человеческих отношений. Действующие сейчас программы вы найдете на блоге логосинтеза:

<http://instituteforlogosynthesis.blogspot.com>. Вебсайт в работе.

Семинары предназначены для квалифицированных профессионалов, а также для обучающихся в области консультирования, коучинга, супервизии и психотерапии.

Комментарии участников вводного курса:

- *Бросает вызов и практично. Стимулируется активное мышление!*
- *Начало прекрасной, многообещающей работы.*
- *Я была в состоянии интегрировать свои личные навыки в теоретические рамки работы.*
- *Я поняла смысл истинного я, как источника выбора действия.*
- *Изумительная и вдохновляющая концепция, открывает новые пути. Это также смущает меня, но вполне вписывается в мою потребность в простоте и уменьшению сложности.*
- *Я нашла язык для моих собственных восприятий.*
- *Материал очень компактен и глубок.*
- *Хорошая, жесткая теоретическая основа. Метод был хорошо представлен. Дает силу, а не демонстрирует отношение гуру.*
- *Замечательное, хорошо структурированное, полезное знакомство с методом. Есть место для практики. Метод эффективен и легок в обучении.*

Письмо участника семинара, Питера, несколько месяцев спустя:

*Я достаточной степени использовал логосинтез с тех пор как был у вас на семинаре летом, и нашел его очень эффективным в широком ряде случаев.*

*Один конкретный случай был с молодой женщиной, имеющей чрезвычайно интенсивную форму фобии на кровь, медицинские процедуры и уколы и т.д. Это было настолько глубоко, что даже когда разговор заводился об уколах и других страхах, она теряла сознание! К сожалению, у клиента было несколько кист в ее нижнем отделе позвоночника, где они росли в течение нескольких лет, но она была не в состоянии сделать операцию из-за своей фобии, несмотря на усиление боли и потерю здоровья.*

*Вначале я использовал EFT(техника эмоционального освобождения)и Эмотранс для лечения её обширных страхов и согласно всех нормативных стандартов произошел прогресс через семь сессий. Между тем, заметная тревожность все ещё оставалась, и по возвращении после вашего семинара я познакомил её с логосинтезом. Она повторила предложения только один раз, посмотрела очень смущенно и сказала 'это' исчезло'. Я спросил от изумления «Что исчезло?» Она ответила, что страх полностью исчез. Она сделала любопытное наблюдение, что с EFT, тревожность стала угасать, но она не была уверена, сможет ли она справиться при столкновении с реальной ситуацией. Между тем, в логосинтезе она была уверена, что страх исчез. Мне было необходимо всего 45 минут для работы, связанной с её фобией, и это все лечение, которое она получила. Впоследствии, я услышал, что она была в госпитале, где успешно ей удалили кисты. Она зашла ко мне*

*пару недель назад, чтобы рассказать мне о своем опыте. Она сказала, что к её удивлению, посещение госпиталя и операция доставили ей удовольствие. Этим признанием она хотела сказать, что это было возможным благодаря логосинтезу, что она справилась с этими переживаниями подобно другим людям. Я попросил её написать отчет о своем опыте, если она может поделиться некоторыми интересными моментами. И вновь я был удивлен, насколько эти процессы могут быть столь простыми, и столь эффективными.*

---

<sup>i</sup> Логосинтез это торговая марка ias AG и Виллема Ламмерса. © Ноябрь 2006, Институт Логосинтеза™ и ias Institut für angewandte Sozialwissenschaften AG (Институт прикладных и социальных наук), Бристоль, Швейцария – 7310 Бад Рагаз. Использование этой статьи в настоящей форме в печати или файле pdf разрешается. Если вы цитируете эту статью или части из нее, пожалуйста, используйте ссылку на URL <http://www.iasag.ch/docs/artikel/intro.logosynthesis.russian.pdf>. По этому адресу всегда найдете более позднюю версию. За информацией о презентации и семинарах, материала изложенного в этой статье, пожалуйста, обращайтесь: [info@iasag.ch](mailto:info@iasag.ch).

<sup>ii</sup> Виллем Ламмерс (1950) является клиническим и социальным психологом, психотерапевтом и консультантом для частных лиц и организаций. Он также является сертифицированным Обучающим и Супервизирующим Трансакциональным Аналитиком (TSTA). В 1987 он основал the Institut für angewandte Sozialwissenschaften ias AG, находящийся в Бад Рагаз, Швейцария, и имеет частную практику по психотерапии, супервизии и коучингу. Его преподавательская деятельность обширна и известна во многих странах . Mail: [info@iasag.ch](mailto:info@iasag.ch). Website: <http://www.iasag.ch>. Blog: <http://iasag.blogspot.com>.