

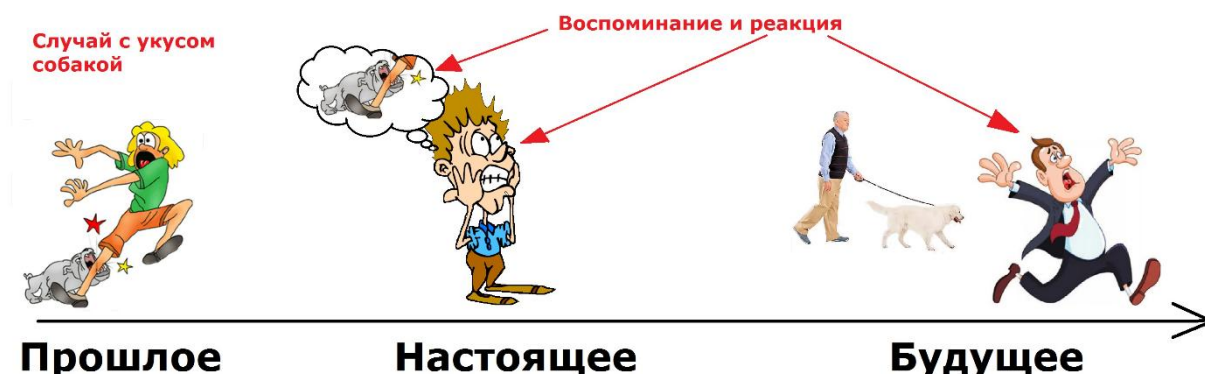
## как Прошлое – убивает Будущее спортсмена

Статья о том, как и почему события в прошлом мешают достигать спортсмену желаемых побед в настоящем и будущем. Если спортсмен не знает, как работает его память и психика - то как же он может быть уверенным в своих желаемых в будущем победах?

-----

Часто спортсмен что-то хочет, но достигнуть этого почему-то не может – то что-то пошло не так, то кто-то не сделает то что нужно или не вовремя, то как-то не так вышло, то почему-то пропало желание, то... В общем, воображаемых причин, оправдывающих недостижение желаемого, может быть много, но вот реальных причин как правило спортсмен замечать не хочет, т.к. за большинство из них несет ответственность сам спортсмен. Рассмотрим одну из наиболее частых таких причин.

Например, **В ПРОШЛОМ** ребенка (будущего спортсмена) укусила собака. Этот случай остался в его памяти (в нейросетях мозга). **В НАСТОЯЩЕМ** этот спортсмен будет недолюбливать собак и испытывать к ним неприязнь или страх. **В БУДУЩЕМ** он тоже будет испытывать к собакам неприязнь или страх, потому что информация о случае с укусом собакой никуда из его мозга не исчезла, а осталась там в нейросетях – достаточно малейшего напоминания (осознаете вы это или нет), и реакция появится незамедлительно.



[www.osoznanie.biz](http://www.osoznanie.biz)

Спортсмены редко задумываются о том, как устроена память и как работает психика, но не зная этого мы становимся заложниками прошлых событий, которые в настоящем и будущем влияют на наши желания, действия и спортивные результаты.

В примере с человеком, которого в прошлом укусила собака, в будущем этот случай может сыграть с ним злую шутку. Допустим, что он приезжает на соревнование и заходит на стадион. В это время на проходной стадиона находятся полицейские с собаками, рядом с которыми проходит спортсмен. Как только мозг спортсмена увидит собаку, он тут же даст команду (реакцию) и спортсмен ощутит страх, зажатость, желание куда-нибудь убежать, и т.п. (все то, что было у него в прошлом, когда его укусила собака). Так мозг пытается убежать от того, что в прошлом причинило боль.

И такую злую шутку мозг играет со спортсменами очень часто. Вот разные примеры, в которых мы можем увидеть, как мозг убегает от прошлой боли, а спортсмен этого не осознает:

- на тренировке все получается, а на соревновании все куда-то резко исчезает;

- когда выступаю у себя «дома», все хорошо, но как только выезжаю за границу – почему-то становлюсь как новичок;
- надо собраться перед началом соревнований, а у меня мандраж такой, что с рук пот ручьем течет;
- тренер говорит, что надо делать, а у меня все наоборот получается...;

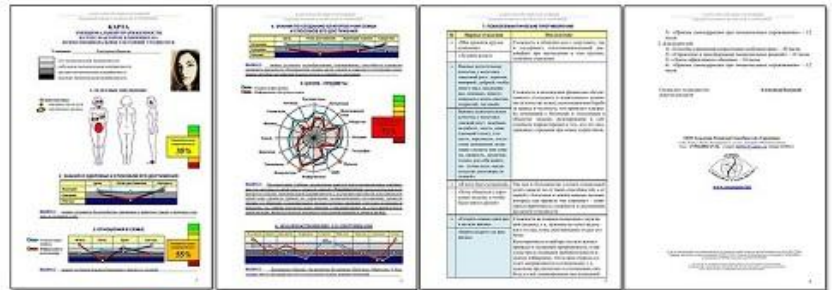
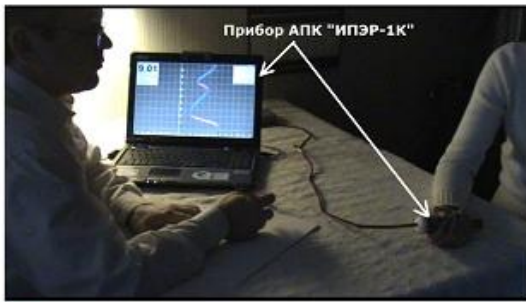
Все полученные ранее болезненные ощущения (будем называть их «первичные случаи»), навсегда сохраняются в вашем мозге в виде нейросетей. К ним, в свою очередь, подсоединяются похожие случаи, что в итоге образует целую гирлянду событий (на подобии виноградной грозди). Формирование нейронных связей в мозге происходит с внутриутробного развития, поэтому ваш мозг помнит даже то, что говорила ваша мама будучи беременной вами. И весь этот «нейрорисунок», который получается в итоге, сугубо индивидуален, поскольку у каждого спортсмена своя жизнь со своими ситуациями. Из-за этого каждый спортсмен обладает своим уникальным опытом (нейрорисунок), а поэтому что для одного является позитивным, то для другого может явиться причиной проигрышей и даже заболевания.



[www.osoznanie.biz](http://www.osoznanie.biz)

Возникает вопрос: «Можно ли найти эти первичные случаи из прошлого негативного опыта спортсмена и устранить их влияние на желаемые в будущем победы на соревнованиях? Можно ли достигать побед и лучших спортивных результатов без лишних проблем?» - конечно можно.

Для быстрого нахождения и устранения причин проигрышей и неожиданных сложностей специалисты используют прибор [АПК «ИПЭР®-1К»](#), регистрирующий нейроактивность мозга. Подавая стимулы из выбранной области деятельности (тренировка, соревнования, атрибуты спорта, имена соперников, технические элементы, и т.п.) позволяет выявить те стимулы, которые ведут к первичным случаям вызывающим снижение энергичности, появление излишнего волнения, нарушение технических действий, и т.п. После такой диагностики получается Карта личностного ресурса спортсмена, на которой отображены стимулы, вызывающие нежелательные реакции во время тренировки и соревнований. В дальнейшем используя эти стимулы можно добраться до первичных случаев (путем структурированного воспоминания), и устранить их через разрядку нейросетей (память прошлых негативных событий).



1 При помощи прибора измеряющего нейроактивность (АПК "ИПЭР-1К") проводится поиск первичных случаев с полученной в прошлом болью.

2 После диагностики создается Карта личного ресурса спортсмена, в которой отображаются стимулы, которые приводят к проигрышам на соревнованиях.

3 В Карте ресурса спортсмена отображены стимулы, приводящие к нежелательным реакциям и мешающие достигать желаемого в соревнованиях. Внизу приведены примеры из разных видов спорта:



Все пункты обведенные красным кругом являются стимулами, которые приводят к поражению.

Если синяя и красная линии не совпадают, это значит, что спортсмен не осознает причину своего проигрыша.

[www.osoznanie.biz](http://www.osoznanie.biz)

Для разрядки первичных случаев можно использовать следующие вопросы:

1. Обрати внимание на ощущение, которые возникают при \_\_\_\_ (выявленный стимул).
2. Где это ощущение было у тебя недавно? – при нахождении актуализируйте воспоминание.
3. Где это ощущение было у тебя еще раньше? – при нахождении актуализируйте воспоминание.

Когда вспомните первичный случай определите его начало и окончание, когда он был, что там происходило, кто там присутствовал, какие эмоции были подавлены, что было навязано и обесценено. Повторяйте воспоминание первичного случая до момента

разрядки, после чего найдите сделанную в нем установку и посмотрите, как она влияла на ваше будущее.

Рекомендуется делать поиск негативных стимулов перед каждым изучением нового элемента, перед соревнованиями, после стрессовой нагрузки, после полученной травмы, и т.п. Это позволит вам находить и устранять причины ваших неудач в тренировочно-соревновательной деятельности еще задолго до того, как эти неудачи случатся. Можно сказать, что этот метод поиска первичных случаев, похож на миноискатель, используя который вы легко пройдете заминированное поле и не подорветесь на mine (негативной записи прошлого болезненного события), которая преграждает вам путь к победе и максимальной реализации своих физических сил и тактико-технических способностей. [Примеры разрядки найденных негативных случаев из прошлого у разных людей.](#)

Каждый из нас чистит зубы и моет руки, тем самым предотвращая себя от разных заболеваний. Так почему же не начать уделять внимание прочистки своей психики (памяти) от ненужного прошлого опыта, мешающего в будущем достигать желаемых целей в спорте?

**Рекомендую для более детального ознакомления:**

1. [Почему спортсмен тупит](#)
2. [Подсознание в спорте](#)
3. [Психологическая подготовка спортсмена](#)
4. [Психологическое сопровождение VIP-спортсменов](#)
5. [Как проходит программа развития способностей](#)

----

**С уважением,  
Балыкин Александр Иванович**

<http://www.osoznanie.biz> - диагностика и раскрытие личностного ресурса

<http://www.iper1k.ru> - приборы для раскрытия личностного ресурса

Академия Развития Способностей "Гармония" (ООО)  
Россия, 127051, Москва, Бульвар Цветной д.30, стр.1, эт.3, пом.1, ком.14, офис 2 (для писем)

моб.: +7(916)801-17-32  
e-mail:b2000s@yandex.ru  
Skype:b2000s1