Игорь Алимов: И так, всем привет, дорогие друзья! С вами Игорь Алимов и Василий Шохов!

Василий Шохов: От всего сердца вас приветствую, дорогие друзья!

Игорь Алимов: Ну вот, сейчас мы с Василием решили поговорить о такой важной, без сомнения важной актуальной теме, как - здоровье. То есть, я думаю, что для многих она актуальна, для многих она интересна. Ну и собственно у нас, и у меня на вебинарах постоянно огромное количество вопросов посвящено здоровью, причём самое, что интересное всегда речь идет о наверно таком огромном перечне заболеваний и самое, что интересное каждый человек хочет получить универсальную пилюлю от различного рода заболеваний. И сейчас мы узнаем возможно ли это: “ Скажи, пожалуйста, вот ты как человек, который в этой теме, уже ну, не просто, давно, а очень, очень, очень давно, а скажи, пожалуйста, есть ли такая универсальная пилюля для решения проблем со здоровьем”?

Василий Шохов: Смотря, что иметь ввиду под пилюлей. Если говорить о пресловутой кремлёвской таблетке в любом виде, не важно - это психологические техники или это реально что-то, что можно проглотить, то такой пилюли, безусловно нет. Её не существует - это миф. Но, допустим с точки зрения, вот, основоположников классической медицины, классической психологии и психотерапии, все болезни являются психосоматикой, и если исходить из этой модели, если, вот в ней рассматривать причины и следствия заболеваний, то безусловно такая пилюля есть - это различные способы, различные методы работы над собой, просто они, чтобы иметь право называться такой пилюлей должны отвечать определённым критериям.

Игорь Алимов: Вот в чем самая интересная идея с психосоматикой, во всяком случае чем мне она нравится, когда я переходил к этой теме, мне нравится то, что психосоматика - это универсальная, можно сказать, наука, которая по универсальному рассматривает совершенно разные заболевания, понимая, что корень их сидит именно в либо, невыраженных эмоциях, либо, ну, в какой-то, грубо говоря, агрессии, что по сути тоже является невыраженной эмоцией ???, либо уже может наоборот слишком активного образа жизни. Вот, я тоже считаю, что, действительно, психосоматика и работа с психосоматикой - это действительно ключ к решению любых болезней. Но, надо понимать следующее: вот, болезнь всегда бывает на двух этапах. Бывает на этапе, когда она сидит ещё в зачаточном состоянии, а бывает, когда она уже вот открылась, она уже появилась на уровне тела, а как же у нас обычно бывает, человек же ж когда кидается? Ну, когда уже прихватило конкретно. Вот, скажи, на сколько актуальны психологические практики в тот момент, когда реально, блин, прихватило.