

## РПТ или Reference Point Therapy

Техника RPT (Reference Point Therapy — Терапия Ключевых или Опорных Точек) была создана Саймоном и Иветтой Роуз (Австралия). После многих лет поиска, изучения и практического применения в коррекции и лечении, они открыли способ легко добираться до ключевых моментов жизни и развития, в которых есть истоки проблем. Таких как:

- Травмы физические, несчастные случаи, травмы эмоциональные, предательства, ревность;
- Эмоциональный ответ, агрессия внутренняя или внешняя, уход в себя, разочарования, депрессия, психозы, тревоги и напряжения, страхи;
- Дефект личностных границ, неспособность сказать «НЕТ» или страх сказать «ДА», невозможность дифференцировки людей и выбора достойного социального окружения;
- Закрытость для перемен, антицель, блоки избытка;
- Чувство одиночества;
- Блокировка успешности, раскрытия потенциала, творчества;
- Отношения с близкими, семья, родители, супруги, дети;
- Черты характера;
- Ощущения недостаточности, жадность, зависть, нерешительность, откладывание, блокировка сексуальности, властолюбие и необоснованная амбициозность...
- Метафизика, физические симптомы, тяжелые заболевания, зависимости, инвалидизация.

И еще много различных проблем скопленных и отбирающих место для вздоха внутри каждого человека.

Совокупность техники и её ценность в том, что действует она быстро, легко, эффективно со стойким результатом.

Основывается на изменении негативных верований, убеждений, проблемных социальных установок и иллюзий. Например, человек уверен, что недостаточно имеет право на то, чтобы дойти до желаемой цели, и перед

самым её достижением замыкается и блокирует к ней путь. Эти проблемы решают много техник, психологических, психотерапевтических, НЛП, и работа в каждой из них проходит длительный период времени, кропотливо, болезненно, ни одна не дает стойкого результата. Так как и ни одна из них не убирает корень проблемы, что дает стеблю проблемы прорости вновь.

Любая проблема это симптом, но лечить и устранять необходимо причину, травму, ту реакцию на стресс, который способствовал возникновению того или иного личностного или физического дефекта у человека.

Техника РПТ способствует к избавлению от эмоций, иллюзий и проблемы методом избавления от того, что их вызывает.

На простом примере: крик на человека вызвал у последнего стресс, ответная реакция может быть разная, это агрессия, уход от ситуации, замирание и т.д. Все эти эмоциональные ответы стали результатом травмы, крика. Последствия этой ситуации рано или поздно выльются в психоз, тревогу, депрессию, психосоматику и т.д. И все техники будут лечить именно проявления, а не то, каким образом прошла реакция на провоцирующую ситуацию. **Техника РПТ работает с причиной, причина здесь не крик, а реакция на опасность, т.е. выживательный инстинкт.**

Представьте себе, что вы идете по городу и откуда не возьмись бежит гризли. Реакция у всех разная, бег, замирание, спрятаться, напасть, именно эти реакции, хотя могут быть и другие, являются основными выживательными инстинктами. Когда эти инстинкты не требуются, т.е. опасность миновала, инстинкт должен выключиться, но в современном мире эта способность у человека атрофировалась. Ведь по городу гризли не пробежит. И в этой связи, когда провоцирующий факт случился, инстинкт сработал, но не выключился – продолжается стрессирование организма. Сработанный инстинкт – замер в невыключенном состоянии. Особенно важно это в первые годы жизни и микросоциализации (семья), когда сработанный, но невыключенный замерший инстинкт становится основным результатом

убеждений, стереотипов и иллюзий, неправильно толкующих человеку способы реагирования на ситуации «видимой» опасности.

РПТ дает технику упростить достижение цели к решению этой задачи. РПТ без дополнительной травматизации и проработке самой проблемы, убирает источник травмы, т.е. убирает способ реагирования в зачатке, и затем выключает инстинкт.

Любая травма заморожена в маленькой части каждого человека. Т.е. во всех ситуациях жизни, когда возникала ситуация небезопасности осталась травма и в виде не выключенного инстинкта продолжает травмировать. Вот это замирание и есть причина устоявшихся эмоций, устоявшихся реакций поведения, убеждений, привязанностей, зависимости, это мы, наша идентичность.

В самые важные периоды жизни человека, когда неизбежно случаются перинатальные травмы, предзачатие, зачатие, родовые травмы, травмы новорожденного и первых лет жизни решает РПТ.

Многие задаются вопросом об инстинктах животных, так вот домашние животные так же в период одомашнивания потеряли способность выключать инстинкты.

Что касается уроков, тех, что даны нам для проработки в виде травмы, то человек после ухода от травмы и проблемы этих уроков не лишается. РПТ работает не с головой, а с телом.

Где же находятся ключи?

Еще в 70-е годы американский ученый Пол Маклин обнаружил, что наш мозг можно условно разделить на три части:

Рептильный мозг (R-комплекс) достался нам в наследство от рептилий и сформировался более 400 миллионов лет назад. Оказывает фундаментальное влияние на наше поведение. Отвечает за безопасность вида и управляет базовым поведением. Это инстинкт размножения, защита своей территории, агрессия, желание всем обладать и все контролировать, следование

шаблонам, имитация, обман, борьба за власть, стремление к иерархическим структурам, ритуальное поведение. Его функции достаточно просты: «бежать – сражаться – замереть». Он очень полезен для немедленных реакций. Сначала – реакция, затем осмысление. В этом смысле это наш «автопилот», которым сознательно мы управлять не можем. Его главная задача – защита тела, он настроен на оборону, он всегда «на страже» и высматривает опасность для организма. Также считается, что именно рептильный мозг выполняет функции передатчика и приемника информации из высших и многомерных измерений и именно через него проявляется то, что мы называем подсознанием.

Лимбическая система – «эмоциональный мозг». Его возраст примерно 100 миллионов лет, это наследство от древних млекопитающих. Он отвечает за выживание особи, самосохранение и самозащиту; управляет социальным поведением, материнской заботой и воспитанием. Он участвует в регуляции функций внутренних органов, обоняния, инстинктивного поведения, переживаний, памяти, сна, бодрствования и др. Этот мозг на 98% идентичен мозгу «братьев наших меньших». Эмоциональный мозг считается главным генератором эмоций, связывает эмоциональную и физическую деятельность. Здесь зарождаются страх, веселье, смена настроений.

Неокортекс появился лишь несколько тысяч лет назад – это рациональный разум, самая молодая структура нашего мозга. Он позволяет нам мыслить, благодаря ему мы умеем писать, говорить и строить планы.

Пол Маклин, автор модели структуры и эволюции мозга, которую он назвал «триединым мозгом», говорил: «Мы должны посмотреть на себя и на мир глазами трех совершенно разных личностей», две из которых не вооружены речью. Человеческий мозг, считает Маклин, «равнозначен трем взаимосвязанным биологическим компьютерам», из которых каждый имеет «свой собственный разум, свое собственное чувство времени и пространства, собственную память, двигательную и другие функции».

Одной из главных задач РПТ является достижение согласованности всех трех умов и возвращение человека к состоянию целостности.

## Результаты работы с рептильным мозгом

Очевидно, что первичные инстинкты и содержимое рептильного мозга лежат намного глубже и оказывают на нас более существенное влияние, чем убеждения неокортекса.

Теория о нахождении ключевых травм на уровне рептильного мозга была подтверждена научными экспериментами Института Исследования Пиковых Состояний. Там выявили, что нормализация протекания энергии в чакрах и акупунктурных меридианах, далеко не всегда приводит к исцелению тела. В то же время, если техника изначально ориентирована на работу с телом (рептильным мозгом), то при исцелении тела, чакры и меридианы восстанавливаются автоматически и мгновенно.

Аналогично и при работе с убеждениями. Изменение убеждений с помощью различных подходов далеко не всегда приводило к исцелению чакр и тем более тела. В то же время исцеление тела всегда приводило к неизменному устранению негативных убеждений.

Алгоритм обнаружения ключевых точек прост и логичен. Вам нет необходимости долго идти по цепи травматических событий переживая неприятные моменты один за другим. Вы практически сразу же попадаете в нужный момент, при этом клиенту не надо вспоминать фабулу травмирующих ситуаций. Достаточно часто ключевой момент может не иметь вообще ничего общего с прорабатываемой травмой или проблемой. Восстановление нормальной регуляции заблокированных травматическим событием инстинктов и освобождение, связанной с этим событием энергии, приводит к быстрому исцелению на всех уровнях.

РПТ использует модель Ключевых Моментов Развития, включающую процесс зачатия, беременности и родов, как глубинную метафору, возникающих у клиента в течение всей жизни проблем и травматических переживаний. Специальные, разработанные РПТ техники исцеления перинатальных травм приводит к устранению всей цепочки патологических событий на всех уровнях его существования. РПТ создает совершенно новый взгляд на терапию, предоставляя возможность за короткий промежуток

времени отработать максимально широкий круг проблем клиента, без занятий археологическими раскопками истории его жизни и подробного перечисления жалоб, травм и жизненных неудач.

И так:

РПТ – не действует методом проработок болезненных ситуаций, заново разрезая рубец после травмы;

РПТ – лечение среагированного состояния на травму, на проработку замершего инстинкта;

РПТ – способ доступного, быстрого, эффективного и самое главное – стойкого эффекта очищения и выздоровления.

Более подробная структура семинаров на страницах

<http://rptherapy.ru>

<http://dowlatow.ru/rpt1>

### **Список литературы**

**К., Довлатов.** [В Интернете] <http://dowlatow.ru/rpt1>.

**Л., Тальпис.** [В Интернете] <http://www.oh-cards.ru/rpt>.

**М., Кристал.** [В Интернете] <http://rptcenter.ru/chto-takoe-rpt/o-tehnike-rpt.html>.

**Р., Кутузов.** [В Интернете] <http://serdceved.com/vnimanie-rpt/>.

**Саймон Роуз, Иветта Роуз.** [В Интернете] <http://www.referencepointtherapy.com>, <http://rptherapy.ru>.