

**Семчук И.**

С30 Психоанализ еды и продуктов питания, или Как еда влияет на наш характер / Ирина Семчук, Григорий Семчук. — Киев : Ника-Центр, 2021. — 192 с.

ISBN 978-966-521-756-5

Книга практикующих психодиагностов Ирины и Григория Семчук посвящена анализу личности человека на основании разработанной ими методики. Авторы показывают, как употребляемые в пищу продукты влияют на характер человека. Почему одни продукты являются любимыми, другие берутся в пищу ситуативно, некоторые отбрасываются или не усваиваются вообще, а иногда могут вызывать аллергическую реакцию. Ведь каждый продукт имеет свой уникальный характер. И при его регулярном употреблении человек будет приобретать эти качества сам. В книге дается описание продуктов, их сильные и слабые стороны, а также болезни, при которых желательно или нежелательно их употребление. Вторая часть книги состоит из статей на тему гармонизации и единства человека с окружающим миром.

Для всех, кто интересуется вопросами психологии и осознанного питания.

УДК 159.9: 613.2/.3

© И. Семчук, Г. Семчук, 2021

© Издательство "Ника-Центр", 2021

ISBN 978-966-521-756-5

## ВВЕДЕНИЕ

«Психоанализ еды и продуктов питания» — наша авторская методика, представляющая информацию непосредственно о продуктах, их характере, а также влиянии их на человека при употреблении в пищу.

В настоящее время так много литературы о правильном питании, диетах, пользе и вреде тех или иных продуктов, что порой даже запутаться можно во всем этом разнообразии. Одни говорят, что необходимо исключить из рациона молочные продукты, так как лактоза — продукт, который наносит вред человеческому организму. Другие упорно твердят о вреде хлеба, так как в нем содержится глютен. Третьи формируют свою концепцию на исключении из рациона еще каких-то продуктов, приводя свои аргументы и исследования. Большинство концепций разделяет продукты на составляющие — белки, жиры, углеводы, комплекс минералов, витаминов и аминокислот. И затем на основании этих данных составляются рекомендации по питанию. Если, к примеру, у человека анемия, то ему рекомендуют продукты с высоким содержанием железа, а именно гречка, черный шоколад, семечки подсолнечника и т.д. Но ведь в состав продуктов из этого списка кроме железа входят и другие вещества. И влиять на человека они будут по-разному.

Так, во многих концепциях человек воспринимается как организм, который просто необходимо правильно кормить, наполнять его соответствующими минералами, витаминами, аминокислотами, и тогда все будет хорошо. Но при этом упускается главное — духовность. Человек ведь не просто физическое тело, и все продукты, которые он употребляет в пищу, обладают своим духом, своей сутью, бытием. Определенный химический состав каждого отдельного продукта будет соответствовать определенной ментальности, модели поведения в конкретной ситуации, которая непосредственно будет влиять на человека, употребляющего этот продукт в пищу.

В книге мы показываем характер каждого отдельного продукта, его влияние на человека при постоянном употреблении в пищу, возможные аллергии, а также заболевания, при которых не рекомендуется употреблять определенные продукты в большом количестве, и болезни,

из которых они помогут выйти. Более детально разобраться, почему определенные продукты будут полезны или же, напротив, не рекомендуются при некоторых заболеваниях, поможет наша книга «Психоанализ заболеваний, или Непсихосоматика в практическом применении», где по каждому заболеванию описывается модель поведения и частично характер человека.

Наше мнение не следует считать прямой рекомендацией по лечению. Прежде чем включать определенные продукты в свой рацион или же отказываться от них, в первую очередь следует посоветоваться со своим лечащим врачом! Информация в книге — психодиагностическая и направлена на понимание человека путем анализа той еды, которую он ест систематически, которой отдает предпочтение, исключает из своего рациона либо же она вызывает у него аллергическую реакцию.

Человеку и всему, что его окружает, присущи свои тонкие вибрации, со своими уникальными, особенными характеристиками. С детства нас учили делить окружающий мир на живые и неживые предметы. Но вопреки этому учению, которое нам до сих пор продолжают «вбивать» в голову и которое, по нашему мнению, в корне неверно, все окружающее нас живет своей жизнью, обладает своим характером, своим духом, своим сознанием. И мы, соприкасаясь со всеми этими вещами, сознательно либо неосознанно попадаем под их влияние. Хорошим примером тому служат лекарства. Например, ромашка обладает успокаивающим действием, и при использовании в виде компрессов из нее, употреблении ее в виде чаев, настоев она будет снимать воспаление, убирать очаги повышенной активности. Чеснок очень хорош для изгнания паразитов из организма. Кто-то может сказать, что это все благодаря их химическому составу. Но, с нашей точки зрения, химический состав — лишь одна грань продукта, как и всего окружающего нас. Кроме химического состава имеется еще характер, сознание, дух.

Мы ведь не рассматриваем человека, только лишь анализируя химический состав крови, код ДНК, количество воды, кислорода, продуктов распада в организме и т.п. Каждый человек даже при таком исследовании будет индивидуальным и не похожим на других. Ведь кроме тела человеку присуща душа, характер, определенные модели поведения. Теми же признаками обладают животные, растения, минералы — все, что нас окружает вплоть до ветра, туч, дождя, солнца и т.д. Сущее умеет общаться между собой, как и люди. И если не все могут услышать, увидеть либо понять язык их общения, то это не означает, что его не

существует. Не понимая языка глухонемых, глупо считать, что эти люди между собой не умеют обмениваться информацией.

Название книги «Психоанализ еды и продуктов питания» довольно относительное, поскольку в дальнейшем в следующие книги будут включены и материалы о некоторых лекарственных растениях, минералах, которые человек может использовать для лечения своего организма или просто вступать с ними во взаимодействие.

Ну а в этой книге речь пойдет о продуктах, их характере, а также влиянии на человека. Мы разъясним, почему одни отдают предпочтение, к примеру, помидорам либо сыру с голубой плесенью, а у других эти продукты вызовут аллергию. Почему одним ситуативно резко захочется поесть «солененького», а других отвернет от сладкого. У каждого продукта — свои сильные и слабые стороны, которые мы также постараемся раскрыть и рассмотреть до мельчайших подробностей. Ведь то, что одному пойдет впрок, другому может причинить непоправимый вред.

#### Где и как можно использовать эти знания?

В первую очередь, знания о психоанализе еды полезны для понимания себя и своего характера. Ведь пищу человек выбирает в большей степени неосознанно, в основном по вкусовым качествам, либо руководствуясь установками «полезно», «так диетолог посоветовал» и т.д. Знания могут помочь более сознательно относиться к выбору еды, поясняя, почему наш организм хочет именно такую еду. С осознанным приемом пищи не стоит путать установку. Мы как раз против установки по типу «это полезно», «это вредно», «так нужно», «тут много кальция», «тут мало калорий». Так происходит насилие над организмом, наполнение его чуждыми либо совсем не нужными на данный момент программами. Под осознанным приемом пищи подразумевается чуткое отношение к потребностям организма и его запросам на завтрак, обед или ужин, а также понимание, что именно даст данный продукт, какие качества он усилит и действительно ли нужно такое усиление, или все же стоило бы отказаться от него. И главное, понимание характера продуктов питания способствует четкой оценке сложившейся ситуации и позволяет определить, какие черты характера необходимо усилить.

Знания также полезны в антиманипулятивном аспекте. Так или иначе, но очень часто нам приходится сталкиваться с большим количеством уже готовой к употреблению еды, стоит только снять упаковку. Это и

конфеты, и шоколад, и напитки, а также выпечка, торты и т.п. И лучше понимать, какие программы стоят за этой едой и почему выгодно, чтобы люди ими наполнялись.

### **Разница между сырыми и приготовленными продуктами**

Разница между сырыми продуктами и уже приготовленной едой всегда есть. Сырой продукт имеет свою природную программу, свой характер, который не подвергался ничьему влиянию. Сырой продукт обладает своей максимальной силой и жизненной энергией, которая после приготовления может утрачиваться полностью либо же остается, но в незначительном количестве.

После приготовления продукта могут пропадать некоторые из его свойств, то также он может приобретать новые. Это результат влияния многих факторов: способа приготовления, ферментации, смешивания разных продуктов, которые могут иметь антагонистические характеры. Нельзя исключить и влияния характера и настроения человека, который готовит пищу. На последнем факторе и остановимся.

### **Кто готовит еду?**

При приготовлении еды человек сознательно либо неосознанно наполняет приготовленную пищу своей энергетикой. Наверное, все слышали о том, что умелые бабушки заговаривают зелья и лекарственные настои для лечения больных. Это либо молитва, либо другие слова, которые читаются при приготовлении лекарств и наделяют их еще большей силой и энергией для излечения человека. Заговоры бывают не только на зелье и лекарство, а и на простую воду, на пищу. И не только хорошие, но и злые, которые могут навредить как здоровью, так и психическому состоянию человека. Но это нужно уж слишком постараться, чтобы кто-то взялся расправляться с человеком такими методами.

Упомянутые выше методы воздействия в основном применяют сознательно, но не редко человек неосознанно не хуже умелого мага наполнит еду таким букетом энергий, что не только желудок перестанет работать, а со временем и язва откроется.

О законе сохранения энергии все мы слышали еще в школе, но почему-то не придаем ему должного значения. А как говорится, незнание закона не освобождает от ответственности. Вот и получается, что,

не зная о законе информационного (энергетического) воздействия на окружающий мир (и наоборот, воздействия мира на нас), или, проще говоря, о законе сохранения энергии, мы начинаем сетовать на судьбу, не осознавая, что сами посеяли зерно, которое дало всходы. С природой все понятно: учили на уроках физики, что ничто не возникает ниоткуда и не исчезает никуда, а только трансформируется или перетекает из одного состояния в другое. Но как это проявляется в приготовлении пищи?

Так, женщина, которая во время приготовления мужу еды думает о том, какой он неблагодарный, приносит домой мало денег, не дарит ей цветы, не ценит ее, а она такая хорошая, правильная и «заботится» о нем, — наполняет, таким образом, эту еду своими обидами, жалобами и недовольством. Муж, проглотив такой «полноценный» ужин, еще больше отдаляется от жены, так как получает от нее информационное послание вместе с едой, что она на него обижена, он не достоин ее, поскольку не может обеспечить ей то, чего она хочет и «заслуживает». И вместо поддержки, любви и понимания от жены, которые должны были бы послужить мужчине толчком для дальнейшего развития и обеспечения семьи, он получает угнетение, недовольство, обиду.

Свекровь, которая потчует сына своими вкусными, как из детства, блюдами и при этом по каким-то своим причинам недовольна невесткой, на энергетическом уровне настраивает сына против его жены. А сын с удовольствием поглощает все это вместе с вкусными мамиными пирожками, даже не понимая, какое информационное послание получает. Поэтому не зря говорится, что еду нужно готовить с любовью, наполняя таким образом любовью и окружающих.

Но это лишь частные примеры, когда еда готовится дома. Желательно есть пищу, приготовленную лишь людьми, которым вы доверяете. А если задуматься, какой информационный букет может вкладываться в пищу, приготовленную в заведениях общественного питания, куда повара приходят не только со своими семейными проблемами в голове, но и производственными неурядицами, недовольные зарплатой, условиями работы, начальством. В этом случае можем лишь посоветовать либо ограничить себя приемом пищи, приготовленной дома, либо прислушиваться к своим внутренним ощущениям по типу: уютно или неуютно в заведении, нравится или не нравится здешний запах, либо еще лучше — познакомиться с поваром и понять, готовы ли вы принимать еду от данного человека.

### Метод визуальной психодиагностики

«Психоанализ еды и продуктов питания» — это еще одно из направлений визуальной психодиагностики. Мы — ученики известного украинского психодиагноста Владимира Ивановича Тараненко, который смог развернуть и донести людям такие технологии, как физиогномика, графология, психоанализ цвета, психогеометрия, психоанализ болезней и многие другие. Некоторые технологии нам удалось расширить и углубить, а психоанализ еды и продуктов питания — это уже метод, разработанный нами. Особенность этого метода заключается в том, что во внимание принимается предпочтение человека в выборе определенных продуктов или же неприятие их, ситуативное использование или исключение, либо даже аллергическая реакция на тот или иной продукт. Дело в том, что все, что нас окружает, с чем мы непосредственно вступаем в контакт (а в данном случае — это продукты питания), влияет на нас посредством своего характера. Так, «характер» в переводе с древнегреческого значит «примета», «отличительная черта», «знак»; это структура устойчивых и сравнительно постоянных психических свойств, определяющих особенности отношений и поведения личности. А человек, как и в коммуникации, выбирая себе в собеседники единомышленников, выбирает для себя и продукты питания, которые соответствуют его характеру, его внутреннему состоянию. Если же человек отторгает какие-то продукты, сознательно не употребляя их в пищу, он не воспринимает в своем пространстве (как среди людей, так и продуктов, вещей) те черты характера, модели поведения, которые присущи именно этому продукту.

В случае аллергии, это уже конкретный и четкий сигнал о том, что человек агрессивно настроен против определенной модели поведения, она вызывает в нем раздражение и гнев. Важно также учесть, что этот гнев не имеет выхода, он подавлен и не проявляется. Если у продукта «плохой» характер, то аллергик сам является его носителем, и он раздражается на окружающих за то, что присуще ему самому. Если же характер продукта «хороший», то чаще всего человек хотел бы так себя вести, но почему-то не может. Либо по причине слабости, либо в связи со сложившимися обстоятельствами. Теперь продукт ему об этом постоянно своим присутствием напоминает и вызывает аллергическую реакцию.

Для тех, кто интересуется этим вопросом, немного углубимся в суть понятия «характер продукта». Почему термин употребляется в смысле личностных моделей поведения по отношению не только к человеку,

но и ко всему, что нас окружает (органический, неорганический мир, предметы быта и т.д.). Мы сторонники концепции мира с позиции бытия, где человек по своей сути есть не только физическое тело, но и имеет душу и разум. Можно проводить много градаций и углубляться в большее количество тонких тел человека, но мы для нашего удобства выделяем всего три неотъемлемые составляющие, которые вместе и являются человеком. Но также кроме человека душой, или, наверное, лучше будет сказать, духом и сознанием обладает весь материальный мир (как, впрочем, и нематериальный). Все окружающее нас живое, оно мыслит, понимает, что происходит вокруг, формирует свое отношение и точку зрения на происходящие процессы, а также понимает, нравится ему это или нет. Созданные Природой существа и явления, будь то ветер, трава, вода или песок, обладают более чистым и благостным сознанием и характером, чем вещи и предметы, которые создает человек. Очень хорошо эти моменты объясняет Вианна Стайбл в своей книге «Семь планов существования». Она делит мир на семь планов: мир минералов, мир растений, мир животных и людей, мир духов, мир ангелов, Учителей, наставников, Небесных Отца и Матери, мир Законов Вселенной и седьмой план — пространство Творца всего сущего.

Мы не будем говорить о духах и сознаниях, которые не имеют материальной оболочки. Они в данном курсе лекций нас не интересуют. А здесь речь пойдет о грибах, растениях, о продуктах животноводства, напитках, минералах, которые употребляются человеком в пищу. Для нас важно будет разобраться, какой у продукта характер как модель поведения в этом мире и пространстве. В каких ситуациях определенные продукты хочется съесть, а другие просто отвергаются.

Информация представляет интерес для любого человека, стремящегося понять свое окружение. Едят все, да и такое понятие, как «бизнес-ланч», — довольно распространенное явление. Узнать больше о своем бизнес-партнере или коллеге можно, проанализировав, что именно он заказал себе на обед. Такой срез даст ситуативный психоанализ, он поможет понять, как человек себя чувствует именно в данное время. Отдельно будут рассматриваться спиртные напитки, будет даваться анализ людей по тому, что они любят пить. Так, достаточно знать, что заказал себе ваш партнер по бизнесу, коллега, сотрудник: виски, красное вино или шампанское. Скажем, если виски имеет характер глубокого анализа, то шампанское сбрасывает с себя ответственность и расслабляется. Не

правда ли, перед подписанием контракта важно понимать, в каком состоянии сейчас перед вами потенциальный партнер или конкурент.

### **Значение еды для человека (характер и энергия), искусственные предпочтения в еде**

Все в этом мире имеет свою память. Речь идет как о нас, людях, так и о любом другом существе: животном, растении, камне, вещи, созданной человеком. Все ему свойственно накапливать информацию. К примеру, с песчинки или камня можно считать информацию о том, что было на планете сотни, тысячи и миллионы лет назад — и песок, и камень был здесь в те далекие времена. Умение накапливать и сохранять информацию относится и к продуктам, которые мы употребляем в пищу. Кто выращивал морковь, кто ее собирал, привозил на рынок и продавал — все это она, эта самая морковь, хорошо помнит. Она помнит, в каком настроении были те люди, которые с ней контактировали. Если добрые и положительные, то и заряд энергии у нее будет таким. А если они были злыми и жестокими, то и морковь будет полна ужаса, страха и деструктивной энергии. Об этом говорят, это описывают в разных статьях, но мало кто задумывается, что это действительно имеет место в нашей жизни и тем более влияет на нее.

Выращивание и контакт с продуктами при транспортировке — это один фактор. Но когда продукты готовят, они напитываются энергией самого повара. И если он был не в духе, то весь его негативный заряд поглощают трапезничающие вместе с приготовленной им пищей. Давайте опустим момент явно деструктивных энергий, ведь не всегда люди готовят еду в таком настроении. Но определенные мысли, чувства, переживания в человеке все равно есть, они никуда не исчезают, даже когда он стоит на кухне и, скажем, варит суп. Вся приготовленная им еда пропитывается его настроениями. И хорошо, если это член семьи, в которой царят гармония и уют. Кроме того, человек, который эту пищу ест, находится в тесном контакте с поваром. Так что, женщины, если в вашем доме еду готовит ваша мать, свекровь или домработница, то она и будет «женой» вашего мужа и «матерью» ваших детей на энергетическом уровне. Ведь кто готовит, тот и правит.

Не менее важно в потреблении пищи то, какой рукой вы ее берете и подносите ко рту. Если ваша рабочая рука — правая, тогда прием пищи правой рукой в большинстве случаев будет проходить на автоматизме,

а вы будете проглатывать вместе с едой те программы, которые пришли как от повара, так и от всех остальных, кто с ней контактировал. Левая рука будет давать больше рефлексии и отсеивания ненужных программ, желание отстраниться и не сливаться с коллективом во время застолья или с хозяевами дома, где вас угощают. Для левши все будет работать так же, только наоборот. Правая рука будет давать рефлексию и отстранение.

Не следует также принимать пищу перед телевизором, компьютером, во время прослушивания музыки. Та информация, которая звучит вокруг, также пропитывает еду, а вы все это съедаете. Новости политики, фильмы, песни со словами по типу «я его любила, а он меня бросил» — все это незаметно для вас, но плавно и уверенно становится вашими собственными программами. А потом только будете удивляться, почему в жизни творятся такие неурядицы и не все так хорошо, как того хотелось бы. Массовое зомбирование также хорошо работает в заведениях общественного питания, где фоново звучит музыка или установлен большой экран телевизора. Та же ситуация и в кинотеатрах, где перед началом сеанса попкорн, разные закуски и напитки продаются в невероятных количествах. Так что, как говорится, незнание не освобождает от ответственности. Раз уж вы пришли с едой, то поглощайте и весь информационный букет программ и энергий без цензуры — вам теперь с этим жить.

Но полностью исключить потребление пищи в общественных местах не так уж и просто, особенно в больших городах. И чтобы уберечься от ненужного, чужого набора программ и информации, потреблять пищу следует более осознанно. К еде нужно относиться с благодарностью и уважением за то, что она дает вам возможность быть здесь и сейчас, жить, творить и развиваться. Процесс трапезы должен проходить, как свидание с очень важным и дорогим для вас человеком — только вы и еда без каких-либо видео и музыкальных сопровождений.

### **Очистка продуктов**

Все продукты перед употреблением в пищу необходимо мыть, чтобы вода смывала все контакты и связи, все ненужные энергии, которые продукт вобрал в себя, пока к вам следовал. Этот способ очистки хорошо подходит для фруктов, овощей, зелени. Но как же быть с теми продуктами, которые были кем-то приготовлены и уже готовы для употребления

в пищу? Ведь с салатом «Оливье», хлебом или борщом этот номер не пройдет. А такие продукты, без сомнения, несут огромный информационный хвост от поваров и другого обслуживающего персонала, принимающего участие в доставке еды к вам. Так как же быть в этой ситуации, как очистить продукт от лишней и ненужной энергии, чтобы не набраться чужих проблем, как собака блох? А здесь будет действенным старым как мир метод, упоминаемый еще в древних писаниях. Это — благословение. Перед началом трапезы необходимо благословить как еду, которую вы собираетесь съесть, так и всех тех людей, которые были задействованы в длинной цепочке от посадки семени в землю до подачи блюда на стол.

## МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

### Молоко

Ему присущи такие качества и черты, как наполненность, полнота жизни, спокойствие, целостность, достаток, безопасность, ощущение момента здесь и сейчас.

Благодаря молоку новорожденный получает от мамы заботу, тепло и ласку. Во время кормления, не понимая слов. Он чувствует состояние матери. Мать обеспечивает малышу безопасность, заботу, дает уверенность в завтрашнем дне, как бы говоря: «расти, развивайся, играй, резвись, а о еде, крыше над головой, одежде и других материальных потребностях я позабочусь за тебя». При этом ребенок, принимая молоко, принимает доброту и заботу, не чувствуя при этом себя зависимым, обязанным по отношению к матери.

С грудным молоком ребенок получает все чувства и эмоции, которые переживает сама мама. Он получает в некоторой мере часть жизненного опыта матери, получает информацию обо всем, что ее интересует (насколько любит ребенка, мужа, родителей, как относится к внешнему миру), а также защиту. Но если мать начинает чрезмерно переживать, бояться или проявлять агрессию, ребенок может отказаться от молока, поскольку оно будет для него опасным, не будет давать защиту.

В дальнейшем, когда мать прекращает кормить ребенка грудью, он «молочную программу» может брать из коровьего молока. Нужно отметить, что молоко молоку рознь, и безлактозное кардинально отличается от пастеризованного, не говоря уже о свежесвыдоенном. У свежего коровьего молока, которое не прошло никакой термической или химической обработки, характер будет максимально схожим с материнским. В нем будет все та же забота, любовь, чувство безопасности и спокойствия. Когда взрослый человек начинает регулярно употреблять его в пищу, он не только принимает эти модели поведения по отношению к себе, но и начинает их транслировать в мир. Он смягчается сам и готов принять мягкость в других. Он стремится к спокойствию и готов спокойствие предоставить своему окружению. Он хочет, чтобы его любили таким, каков он есть, и он готов других принимать со всеми их чертами характера.