

**Dokážeš
to aj Ty!**

Gábor Buzsáki

Myslím, teda tvorím!

Ako používať tvorivú silu myšlienok?



ASZTRÓPATIKA ©2015 Všetky práva vyhradené

ISBN 978-80-972193-6-9

Príručka k najväčšej sile, ktorú máš v sebe!

Autor: Gábor Buzsáki
preklad: Edita Mezeyová
vydanie: prvé
ISBN 978-80-972193-6-9

98%, bohužiaľ, nie!

Priznám sa úprimne, dlho som nevenoval pozornosť tej časti osudu, ktorá sa dá zmeniť. Moja skúsenosť bola - a stále je - totiž taká, že 98% ľudí nedokáže zmeniť svoj osud. Čiže zažijú presne to a presne tak, ako to majú vpísané vo svojom horoskope narodenia.

Môj postoj sa zmenil na jednom školení o myšlienkových mapách. Pred rokmi som mal totiž to šťastie, že som na jednom kurze spoznal metódu Tonyho Buzana a taktiež aj najnovšie výsledky výskumu mozgu.

Napadlo by ti, že za posledné desaťročia sme sa o našom mozgu dozvedeli oveľa viac, ako kedykoľvek počas histórie ľudstva? Vďaka tomu už dnes vieme, že každý z nás má 3 orgány, ktoré majú mozgovú funkciu: náš mozog, náš žalúdok a najsilnejšie z nich: naše srdce.

Srdce, mozog, žalúdok

Na to, aby si pochopil proces vzniku myšlienok, je dôležité vedieť odpoveď na otázku AKO vznikajú. Ver mi, tvorenie (nazývané aj zhmotňovanie myšlienok) ti pôjde oveľa jednoduchšie, ak budeš vedieť, ako to vlastne funguje...

Takže: Máme tri orgány s mozgovou funkciou a každý jeden z nich má samostatné, rozhodujúce slovo. Napriek tomu úzko spolupracujú.

Šéfom je **mozog srdcový**. Práve on má rozhodujúce a prvé slovo! Za zlomok sekundy a často skôr, než udalosť prebehne. Napríklad to, že čítaš tieto riadky, je tiež jeho rozhodnutím. Ak by sa tvoj mozog srdcový rozhodol tak, že toto je hlúposť, knihu by si si ani len nekúpil...

Mozog srdcový rozhoduje o tom, čo pošle ďalej do mozgu na zváženie. To, čo považuje za hlúposť, okamžite zahodí. Ďalší výber informácií robí mozog -niektoré zahodí, alebo na ne zabudne...

Povedzme to tak, že tvoj mozog srdcový rozhoduje o tom, ktoré informácie sú práve tie, s ktorými by sa mal tvoj mozog zaoberať. Nájdú sa také, na ktoré zareaguje ihneď - za zlomok sekundy - ale aj také, ktoré uskladní v mozgových bunkách

a nechá ich na zváženie. Úloha spomenutej myšlienkovej mapy je práve to, aby pomohla vylákať z buniek už uskladnené, ale zabudnuté informácie.

(V tomto vydaní nájdeš jednoduchší a účinnejší spôsob, ako toto dosiahnuť a “vylákať” informácie zo skladu.)

Už vieme, že tvoj mozog robí neustále rozhodnutia...

Dobre, ale ako a prečo práve tým spôsobom konáš?

Nuž, v mozgu máme jednu malú oblasť: hypotalamus. Nie je to nič iné, ako tá najlepšia lekárňa na svete! Skladuje celkovo 1 400 zlúčenín!

Prečo to je dôležité?

Pretože tvoj mozog cez tieto zlúčeniny vydáva rozkazy tvojmu telu. Čiže, zrodí sa rozhodnutie... a časť mozgu - hypotalamus vyšle do buniek zlúčeniny, ktoré sa dostanú do celého tvojho tela. Výsledok je, že niečo spraviš. Napríklad onedlho sa posunieš myšou nižšie. :-)

Teraz už tušíš, akú má funkciu žalúdok, čiže **mozog žalúdočný** (čo je jeho oficiálne pomenovanie).

Úlohou mozgu žalúdočného je zásobovať časť tvojho mozgu - hypotalamus správnymi chemickými prvkami. Preto je taká dôležitá a nenahraditeľná správna životospráva! Ak sa nestravuješ zdravo, tak sa skôr či neskôr v tvojej “lekárni” spotrebujú chemické prvky. Výsledok: malátnosť, znechutenosť, apatia a neskôr, žiaľ, aj choroba.

Ako som už spomenul, každý mozog má svoje vlastné právomoci - aj mozog žalúdočný. Dobrým príkladom na to je prerušenie diéty...

Ak niekto preruší diétu, nerobí to preto, lebo nie je vytrvalý (no dobre, sčasti aj preto), ale hlavne preto, lebo mozog žalúdočný prehlasuje rozhodnutie mozgu aj srdca. Mozog žalúdočný má totiž za úlohu udržať ťa nažive. Práve preto, ak má pocit, že je jeho úloha ohrozená, ihneď zalarmuje ostatné dva mozgy! Predstav si húkajúcu sirénu. No a presne taký je mozog žalúdočný. A keď sa mu nedostane ani v priebehu niekoľkých dní starostlivosť, tak pekne spomalí metabolizmus.

Jedna zaujímavosť: mozog žalúdočný funguje najintenzívnejšie u bábätiak a vo vysokom veku života. Len si pomysli na hladné bábätká, alebo na tých seniorov, ktorí rozmýšľajú hlavne cez svoj žalúdok...

Najdokonalejší mozog žalúdočný majú zvieratá! Jednoducho cítia a vedia, akú potravu potrebujú prijať, aby ostali nažive. Túto schopnosť máme aj my, lenže

“vďaka” premnoženiu rôznych dobrôt (napr..čokoláda) akosi ignorujeme toto naše vedomie.

Práve preto...

ak dostaneš na niečo chuť, NIKDY si to neodopieraj! Takto ťa totiž tvoj mozog žalúdočný varuje, že niektoré z jeho chemických prvkov a zlúčenín dochádzajú a potrebuje doplniť zásoby cez daný pokrm.

Teraz už vieš, že...

..Tvoje **srdce** je šéfom. Ono rozhoduje o tom, s čím sa ti oplatí zaoberať a s čím nie. Tvoje predošlé rozhodnutia dokáže prepísať len čímisi oveľa lepším! Čiže, ak sa stretne v tvojich rozhodnutiach s horšou variantou, ihneď ju zamietne. Ak s lepšou... tak ju pošle do mozgu na zváženie. Ak sa tá osvedčí a bude lepšia ako predchádzajúce, tak zmení tvoje presvedčenie. Takto nastavuje tvoj vyšší level.

..Tvoj **mozog** je výkonným centrom. Pomocou tvojej vnútornej lekárne vykonáva rozkazy srdca a uskladňuje tie informácie, ktoré mu poslalo srdce na zváženie.

..Tvoj **žalúdok** je centrom zásobovania. On zabezpečuje všetky potrebné chemické prvky, vďaka ktorým funguje tvoje telo. Čiže on je zásobárňou tvojej lekárne.

Poznámka: Podľa mňa pohyb planét vplýva na fungovanie našej vnútornej lekárne. Vďaka pohybu planét sa jednotlivé chemické látky uvoľňujú do tela, výsledkom čoho cítime, túžime po niečom a konáme... Ako naša “lekáreň” funguje, dokáže ovplyvniť nielen náš mozog, ale aj pohyb planét. Zrejme toto je jedno z vedeckých odôvodnení fungovania astrológie.

Ako ho používať?

Snažím sa písať tak, aby sa tvoje srdce vedelo ihneď rozhodnúť. Čiže nechcem odvieť jeho pozornosť zbytočnými a nezmyselnými informáciami len preto, aby si

čítal obsiahlu, ale o to nudnejšiu knihu. Odozvdám ti len použiteľnú podstatu, ako to mám vo zvyku. Práve preto ťa prosím, aby si si knihu prečítal od začiatku až do konca. Okrem iného aj preto prichádza Obsah neskôr - aby si hneď od začiatku našiel zaujímavosti. To najlepšie ešte len nasleduje!

Skôr, než sa tam ale dostaneme...

Ďakujem, že aj ty - ako aj ja - si preukázal obetu a kúpil si si túto knihu. Prosím, nikde ju nezdierať. Nie preto, že je chránená autorskými právami a identifikátorom, ale kvôli tomu, že tí, ktorí by si ju stiahli, by z nej nemali osoh. Oni totiž patria do skupiny 98%, ktorej by si aj tak nedokázal pomôcť. Naopak... svojej rodine ju pokojne ukáž! Ak treba, tak jej členom pomôž, aby vedeli tak dobre tvoriť a zhmotňovať svoje sny, ako sa to o chvíľu naučíš aj ty.

Ďakujem, že dáš na svoje srdce a dodržíš zásadu poctivej hry.

Ešte niečo!

O tých 98% budeme často hovoriť. Sme krajinou Rakov¹, čiže viac citliví na to, čo povedia, alebo napíšu ostatní. Prosím, neber toto číslo osobne. Do týchto 98% patria ľudia, ktorí nie sú schopní a ani len nechcú sa meniť, či rozvíjať. Čiže nepreukážu žiadnu obetu pre niečo. Len 2% ľudstva sa neustále vzdeláva a ty určite patríš práve sem!

Obsah

98%, žiaľ, nie

2

¹ Každá krajina má svoje vládnuce znamenie. Slovensko ovláda znamenie Raka.

Srdce, mozog, žalúdok	2
Ako ho používať?	5
Chýbajúce kapitoly	7
Samoliečba	7
Prečo potrebujeme tvorenie?	8
Karty osudu, čiže ciele!	10
Kľúč k lekárni	11
Myšlienky sa dajú vychovať	13
Hojdacie kreslo	14
Pozri na svoju ruku!	16
Jed	18
Ako to rozvíjať?	20
25 minútový zázrak	21
Podstata tvorenia...	22
Ako a čo si želať?	23
Hovorí len jedným jazykom	25
Tvorivé planéty	26
Zhrnutie	31
Myšlienka. Viera. Cieľ.	32
Príloha č.1.	33
Príloha č.2	37

Chýbajúce kapitoly

Vedel si, že slovo Biblia znamená kniha? Čiže je to základ všetkých kníh. Podľa niektorých - a majú pravdu - sa v Biblii nachádzajú všetky zákony a pravidlá, ktoré potrebujeme pre život. Podľa iných je trocha neúplná...

Tí, ktorí sú zbehlí v ezoterike najčastejšie spomínajú dve kapitoly. Jedna sa zaoberala samoliečbou a druhá tvorením. Podľa istých zdrojov sa tieto chýbajúce kapitoly nachádzajú – samozrejme, prísne utajené a chránené - vo Vatikáne. Nevedno, čo je na tom pravdy. Avšak, keď sa pozrieme na stáročné kraľovanie cirkvi, ktorá začala až teraz postupne strácať na svojej sile, nie je vylúčené, že sa zmení jej postoj voči ezoterike a tieto chýbajúce časti uzrú svetlo sveta.



Už len z toho dôvodu, lebo Boh stvoril človeka na svoju podobu, vrátane jeho vlastností.. Práve schopnosť samoliečby a tvorenia by dokazovala presne toto.

Za uplynulé stáročia sa situácia značne zmenila. Vlastne ani nepotrebujeme chýbajúce kapitoly - na všetky tieto veci sme prišli aj sami vďaka nášmu vývinu. Väčšina z nás si uvedomuje, že naozaj existuje schopnosť samoliečby a tvorenia. Dozvieš sa to aj ty!

Samoliečba

Ak sa už samoliečba spomenula, bolo by hriechom len tak popri nej prejsť. V tejto téme sa pohybujem menej, ale chcem sa s tebou podeliť o metódu, o ktorej som počul na kurze o myšlienkových mapách. Na základe kontrolných vyšetrení je veľmi účinná.

Takže,

ako už vieš, činnosť sa udeje tak, že tvoj mozog vydá povel, na čo zareaguje tvoj hypotalamus a uvoľní určitú chemickú látku. Danú látku roznesú bunky za zlomok sekundy po celom tele, čím vlastne vzniká činnosť, alebo reakcia.

Odborníci v oblasti mozgového výskumu sú presvedčení - a majú, samozrejme, pravdu -, že niektoré látky z hypotalamu, ako aj niektoré bunky, sú schopné samoliečby.

Čiže k samoliečbe nepotrebuješ nič iné, len podnecovať mozog, aby vydal povel pre tvoje uzdravenie. Docieliš to jednoducho!

Ak máš chorú časť tela, tak v pokojnejších chvíľach (večer pred spaním je to najlepšie) pomysli na časť uprostred mozgu, kde je hypotalamus (viď obrázok). Predstav si, že sa v ňom nachádza presne tá účinná látka, ktorá utíši tvoju bolesť, alebo vylieči chorú časť tela. Tejto látke daj jednu ľubovoľnú farbu (hociktorú!) a nasmeruj ju k chorej časti svojho tela. predstav si, ako vychádza z hypotalamu, cez tvoj zátylok, smeruje k miestu choroby, nájde ho, objíme a vylieči.

Týmto krátkym cvičením si dal povel svojej "lekárni", aby dopravila správne chemické látky a liečivé bunky do tvojej chorej časti tela. Ak je potrebné, rob toto cvičenie aj denne. Výsledok budeš cítiť už za krátky čas. Nech ti jeho používanie prinesie zdravie!

Prečo potrebujeme tvorenie?

Kvôli synchronicite. Najharmonickejšie totiž dokážeme žiť v súlade s vlastným telom vtedy, keď vo vzájomnej synchronii spolupracujú traja rozhodcovia: srdce, hlava, žalúdok. Žiaľ, toto je v dnešnom svete čoraz náročnejšie.

Len sa nad tým zamysli!

Mozog žalúdočný napriek zdravej životospráve deň čo deň ustúpi a neodolá pokušeniam. Najväčšia výzva preto nepatrí jemu, ale tvojej mysli. Dennodenne sa stretáva s tisíckami vplyvov, ktoré často vedú k strate tvojho smeru. Mnoho razy chceš nasledovať iných a dosiahnuť niečo, čo v skutočnosti dosiahnuť nemôžeš, alebo ak áno, tak za obrovskú cenu, ktorú zaplatíš inde. No nie toto je najväčší problém...

Keďže je výnimočne učenlivý, prevezme na seba aj takéto zvyky- nazvime ich dogmami - a používa ich ako obranu. Lenže výsledok je sklamanie, prehra.

Ak technika tvorenia nedokáže synchronizovať tvoj mozog žalúdočný, dokáže synchronizovať tvoje srdce a tvoju myseľ.