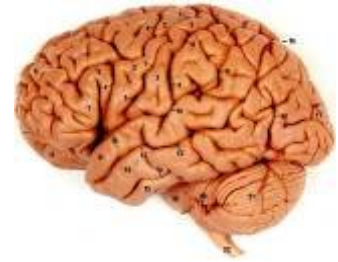


Mozek jako největší podvodník na světě



Neustálým pozorováním různých životních situací jsem zjistil, že mozek je nejvýkonnější počítač na světě. Přestože je nejvýkonnější, neumí si posbírat a utřídit informace efektivním způsobem tak, aby ve výsledku jeho závěry a rady přinášely do našeho života to nejlepší.

Mozek je milionkrát výkonnější než nejlepší počítač od IBM. Dokáže si intenzivně s každým z vás hrát tak, že si myslíte, že život, který žijete, je váš. A přitom jde pouze o simulaci. Všichni lidé na této planetě si stále myslí, že život je to, co prožívají každý den, ale přitom prožívají pouze závěry a názory svého mozku. Nikoliv svůj skutečný život podle svých představ.

Mozek pracuje podle předem daných zákonů, stejně jako každý počítač pracuje se svým operačním systémem podle dat, která do něj byla vložena.

Jakým způsobem se data do mozku dostávají? Z osmdesáti procent během prvních sedmi let našeho života. A dále pak v různých životních situacích. Tyto informace se zapisují se silou emocí, se kterou byly prožívány.

Mozek každého z nás si během našeho života zaznamenal vše, co jsme viděli, slyšeli, s čím jsme se setkali. Tyto informace se pak stávají podkladem pro naše životní příběhy. Víme-li, že máme takovýto „počítač“ k dispozici, chceme se s ním naučit co možná nejlépe pracovat.

První zákonitost, kterou si musíme uvědomit, je, že mozek pracuje s informacemi, které má k dispozici. Jsou-li tyto zápisy v protikladu k našim přáním, budeme v životě zažívat situace, které zažívat nechceme. Dokonce si někdy vyslechneme i různé názory, které jsou nepravdivé a kterým se sami divíme. I naše chování je těmito informacemi ovlivněno a může být v rozporu s tím, jak nás vnímá naše okolí. Můžeme si myslet, že se chováme správně, a přitom jsme okolím považováni za bláznů.

A naopak. Někdy trpíme nízkým sebevědomím, a přitom nás okolí vnímá jako sebevědomé, příjemné jedince. Zbytečně se podceňujeme a přináší nám to mnoho nepříjemných a negativních myšlenek.

Mozek nám často podává nepravdivé informace o nás samotných, o světě kolem, o kvalitě různých zážitků i o strachu. Není pak divu, že svět je plný neporozumění, plný válek, zabíjení, plný nenávisti a neshod.

Je dobré vědět, že tam, kde právě teď jsme, jsme dobrovolně díky vlastním rozhodnutím. Ten mozek, který vám nyní říká, že v této situaci nechcete být, je tentýž, který vám kdysi řekl „Jdi do toho, vezmi to, udělej to“. Stejná hlava, která vám kdysi říkala „To je dobré“, vám dneska říká „To je špatné“.

Je zapotřebí, abychom od své hlavy získávali pravdivé informace a nenechávali se obelstít jejími nepravdivými závěry. Pokud víme, že různé zavádějící myšlenky pocházejí pouze z informací, které si mozek během svého života sám nashromáždil, dokážeme tyto informace postupně ve své hlavě měnit.

Uvědomte si:

Za prvé: Pokud nezměníme obsah své hlavy, budeme v životě vytvářet dál totéž, co jsme vytvářeli doposud.

Za druhé: K dosažení potřebných změn si potřebujeme vytyčit jasný cíl.

A za třetí: Své rozhodnutí potřebujeme zpečetit s někým, kdo je nám blízký a kdo nás v našich nových cílech podpoří.

Nyní k jednotlivým bodům. Pokud nezměním obsah své hlavy, bude mi můj „počítač“ vždy generovat tytéž názory a myšlenky, jako mi generoval doposud. Budu tedy vytvářet podobná rozhodnutí, budou mě ovládat tytéž strachy, stejné nepříjemné myšlenky, stejné nálady. Budu mít stále tytéž přátele, tutéž váhu, téhož partnera, tutéž práci a v podstatě mě nečeká nic jiného, než důchod a smrt. Žádné nové výzvy a všechno při starém.

K opuštění vyjetých kolejí je zapotřebí si najít a změnit takzvané [emoční rovnice](#). V podstatě jde o to, že mozek každého z nás si zaznamenal určitá větná spojení, která potom formují a utvářejí veškeré naše chování.

Uvedme si příklad: Emoční rovnice typu – „Za lásku musím vždy bojovat“. Tento emoční vzorec nás vždy bude přivádět do situací, kdy za lásku se musím prát, kdy láska nepřichází sama od sebe. Budu tedy mít neustále pocit, že láska ke mně nepřichází jen tak a že si ji vždy musím vydobýt.

Jiné emoční rovnice mohou být jak ve finančním kvadrantu, tak v kvadrantu práce i v kvadrantu zdraví.

Ve finančním kvadrantu se nejčastěji objevují rovnice typu „Pro peníze se musí pracovat“ a „Nic nepřichází zadarmo“. Pokud tyto rovnice budeme mít zapsané ve svém mozku, budeme neustále prožívat to, že bez práce nejsou koláče. Že neustále musím něco dělat. Že není možné jen tak sedět a získávat peníze zadarmo. Tyto emoční rovnice jsou silným nástrojem lidského vědomí a utvářejí veškeré naše chování, které v bdělém stavu prožíváme.

K bodu číslo dva: Je zapotřebí si stanovit cíl. Bez cíle se nikam nedostaneme. Cíl může být například sednout si s partnerem a stanovit si podmínky a pravidla pro lepší výchovu dětí. Nebo navštívit svého šéfa a popovídat si o výši platu. Nebo uspořit padesát tisíc korun do konce roku. Kde není cíl, není ani cesta. A cesta bez cíle vede do prázdna.

K bodu číslo tři: Mám-li stanovené cíle, je zapotřebí najít blízkého přítele a své cíle mu sdělit. Zavázat se, že do určitého termínu podniknu nezbytné kroky k jejich dosažení a poprosit ho, aby mě v mé stanovené cestě kontroloval.

Pokud se vám dlouhodobě nedaří plnit své cíle, stanovte si za jejich nesplnění určitou pokutu, která pro vás bude bolestivá. Pro někoho to může být tisíc korun, pro někoho sto tisíc korun. Tyto peníze pak převedte na předem stanovený účet určité dobročinné organizace.

Mozek je silný nástroj. Zkusme se naučit používat jej pro své blaho. Zkusme se ho naučit ovládat tak, aby nás nezásoboval nepříjemnými myšlenkami a zcela hloupými a nepravdivými názory. Ale, aby nám sloužil, aby nám pomáhal dosahovat našich cílů. Abychom ho mohli využívat ke správnému řízení svého těla a k činění všeho možného, co přináší dobro. Pak naplníme své životní poslání. Budeme se cítit dobře. A když se budeme cítit dobře, tak se i naše okolí bude cítit dobře. A když se naše okolí bude cítit dobře, tak na světě bude lépe. Bude méně rozvodů, bude méně dětí bez rodičů. Bude se lépe pracovat. Bude méně otrávených tváří v obchodech a v restauracích. Bude méně bezohledných řidičů, méně infarktů, méně AIDS. A na světě pomalu začne být lépe. Vše ale začíná právě u změny každého z nás.



© Napsal ing. Aleš Kalina

Kouč v oblasti osobního rozvoje
(práce, peníze, vztahy, zdraví)

Email: kalina@mujkouc.cz

www.mujvztah.cz

www.foto-mluvi.cz

www.mamdepku.cz

Tento článek můžete využít pro své potřeby, pokud uvedete informace o autorovi, jeho email a odkaz na www stránky.

Měsíčník osobního růstu zdarma: www.mujvztah.cz/mesicnik-osobni-rust.htm