

## Nová hrozba lidstva - Deprese stále rostou



Spotřeba léků proti depresi se stále zvyšuje. Studie ukazují, že za několik posledních let vzrostla pětkrát. Lidé nevědí, jak mají se svojí hlavou pracovat, tak si myslí, že jim chemické preparáty vyrobí myšlenky a pocity, po kterých bytostně touží.

Dnešní medicína neumí v podstatě nic jiného, než dodávat tělu chemické sloučeniny, které začnou ovlivňovat hladiny chemických látek v mozku. Tato cesta je však neúčinná, a nikdy ani účinná být nemůže. Podobně, jako kdybychom se chtěli zbavit plevele posekáním kosou. Zanedlouho nám plevel na stejném místě vyrostne znovu, a možná ho bude mnohem více.

Mnozí z mých klientů, se kterými pracuji, tvrdí, že ani ti nejlepší psychiatři jim nedokázali pomoci odstranit jejich psychické poruchy. Jediné, co dokázali, předepsat jim určitou dávku prášků. Tyto prášky se však ukázaly dlouhodobě nefunkční a přinesly ještě více nepříjemných myšlenek a tělesných symptomů.

Lidé nevědí, jak se svojí hlavou pracovat. Mají nepříjemné myšlenky, nevědí, jak nakládat se svým emočním světem. Není proto divu, že mnohé světové studie varují, že deprese a nepříjemné myšlenky se stávají světovou hrozbou. Osobně tvrdím, že veškeré nemoci člověk jednou překoná. Ať už je to AIDS nebo rakovina, na všechno lidé najdou řešení. Jakým způsobem však pracovat s hlavou, to zatím nikdo na světě přesně neví. Neexistuje žádný lék ani žádná rada, která by každému člověku pomohla naučit se účinně pracovat se svým mozkem a efektivně jej ovládat.

Proto se novodobé deprese a nepříjemné myšlenky stávají hrozbou lidstva. Hrozbou jak pro jedince, tak pro rodinu i pro celé lidské společenství. Dá se očekávat, že ve svých důsledcích přinese rozšíření deprese i ekonomické potíže, poněvadž lidé nebudou schopni tolik pracovat, budou více nemocní a budou trávit více času o samotě. Spolehlivý lék na nepříjemné myšlenky zatím neexistuje. Je samozřejmě možné krátkodobě uniknout jejich palčivosti, ať už pitím alkoholu, užíváním drog či spolknutím malinkého prášku, ale to situaci neřeší.

Vědci zjistili, že nálada člověka je ovlivněna hladinou serotoninu v jeho mozku, a mnohé chemické přípravky se snaží tuto hladinu regulovat. Je však zapotřebí vědět, že náš mozek využívá různých chemických sloučenin a elektrických impulsů i ke vzájemnému dorozumívání jednotlivých nerovných buněk. Tudíž samotné chemické látky jsou pouze součástí činnosti mozku, které říkáme myšlení.

Myšlení je základní prací mozku. Mozek, pokud pracuje, tak myslí. Kvalita myšlení pak ovlivňuje hladiny jednotlivých chemických látek. Pokud chceme ovládat tyto hladiny bez ovládnutí myšlení, jsme blázny. Snažíme se hasit, co nehoří. Snažíme se řešit důsledky, aniž bychom znali příčinu. Nejsme spokojeni s ovocem, které přinesl strom, ale neřešíme podstatu stromu.

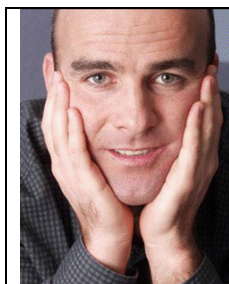
BBC zveřejnilo zajímavou studii britských vědců, ve které poukazují na fakt, že moderní antidepresiva jsou pro člověka neúčinná. Na svých stránkách BBC odkazuje na různé testy, které britští vědci provedli a za nepříjemné kritiky farmaceutických firem jimi dokazují, že léky, které byly vyvinuty na základě nejmodernějších výzkumů, jsou pro lidi prožívající deprese k ničemu.

Nikdy žádný chemický přípravek nemůže zajistit správnou funkci mozku. Můžeme do hlavy dodávat cokoli, ale bez změny myšlení nedosáhneme kýžených výsledků. Chemickými sloučeninami nejsem schopen ovládat základní činnost mozku, kterou je přemýšlení. Lidstvo je v poznání mozku teprve na počátku. I když se nám zdá, že jsme již dostatečně chytrí a že již není nic nového k objevení, jsme pořád v poznání psychiky osobnosti malé děti. Ty největší objevy v psychice a ve funkci mozku nás teprve čekají.

Pokud mám nepříjemné myšlenky, co mám dělat? Musím se naučit ovládat svůj vlastní mozek. Musím se naučit ovládat jeho myšlení, a k tomu potřebuji poznat zákonitosti mozku a jazyk emocí, ve kterém mozek pracuje. Abych se naučil spolupracovat s mozkem v jazyce emocí, potřebuji se naučit pracovat s [Emočními rovnicemi](#). Emoční rovnice jsou základním stavebním kamenem jazyka emocí. Mozek s těmito vzorci pracuje rychlostí světla. Běžný mozek skutečně sedmdesát tisíc myšlenkových sekvencí za jeden den a pracuje se všemi informacemi, které má ve své paměti uloženy od počátku vašeho života.

Nechtějte tedy řešit své nepříjemné myšlenky dodáváním chemických sloučenin do těla. Ty vám váš život zlepšit nepomohou. Rozhodněte se raději učinit ve svém životě radikální změny, odhalit nepříjemné a destruktivní zápisy, které máte ve své hlavě a přepsat je tak, aby vaše hlava nepracovala proti vám, ale v jednotě s vašimi představami a tužbami.

### [DVD Jak na nepříjemné myšlenky](#)



© Napsal ing. Aleš Kalina

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

Email: [kalina@muikouc.cz](mailto:kalina@muikouc.cz)

[www.muivztah.cz](http://www.muivztah.cz)

[www.foto-mluvi.cz](http://www.foto-mluvi.cz)

[www.mamdepku.cz](http://www.mamdepku.cz)

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