

JACEK PONIKIEWSKI

ZŁOTE  
MYŚLI

# MENTALNY KOD DNA

*PSYCHOTERAPIA PRANICZNA  
I JOGA INFORMACJI DNA*



© Copyright by Złote Myśli & Jacek Ponikiewski, rok 2013

Autor: Jacek Ponikiewski

Tytuł: Mentalny kod DNA

Wydanie I

ISBN: 978-83-7701-797-5

Projekt okładki: Janusz Skierkowski

Redakcja: Magdalena Michalak, Sylwia Fortuna

Skład: Magda Wasilewska

Złote Myśli sp. z o.o.

44-117 Gliwice

ul. Toszecka 102

[www.ZloteMysli.pl](http://www.ZloteMysli.pl)

e-mail: [kontakt@zlotemysli.pl](mailto:kontakt@zlotemysli.pl)

Autor oraz Wydawnictwo „Złote Myśli” dołożyli wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje były kompletne i rzetelne. Nie biorą jednak żadnej odpowiedzialności ani za ich wykorzystanie, ani za związane z tym ewentualne naruszenie praw patentowych lub autorskich. Autor oraz Wydawnictwo „Złote Myśli” nie ponoszą również żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce.

Niniejsza publikacja, ani żadna jej część, nie może być kopiowana, ani w jakikolwiek inny sposób reprodukowana, powielana, ani odczytywana w środkach publicznego przekazu bez pisemnej zgody wydawcy. Wykonywanie kopii metodą kserograficzną, fotograficzną, a także kopiowanie książki na nośniku filmowym, magnetycznym lub innym powoduje naruszenie praw autorskich niniejszej publikacji.

**Wszelkie prawa zastrzeżone.**

**All rights reserved.**

## SPIS TREŚCI

Przedsłowie.....	7
Wstęp .....	9
Skomplikowane początki (wstęp dla wytrwałych filozofów).....	15

### CZĘŚĆ I

#### INFORMACJA GENETYCZNA

Jak choroby wpływają na ludzkie geny i cywilizację .....	25
Geny, stres, mutacje, zdrowie.....	31
Ewolucja genów a ludzka mentalność .....	37
Analiza sfery neuronów i komórek głojowych ludzkiego mózgu .....	49
Przypadek we Wszechświecie a ludzka mentalność.....	55
Komunikat otwarty i pryzmat badań nad genami.....	59
Mózg jako wzorzec organizacji.....	67

### CZĘŚĆ II

#### STEROWALNOŚĆ INFORMACJĄ GENETYCZNĄ

##### I ENERGIA

Mentalne prawa DNA .....	73
Dzoczen a mechanika kwantowa.....	79
Zdrowie mentalne i genetyczne — krótka recepta medytacyjna.....	83
Rozważania nad możliwością wpływu na własną mentalność .....	99

Metody psychoterapii zapisane w księgach	
chrześcijańskich .....	105
Obłok Niewiedzy — medytacja ojców jezuitów.....	111
Praktyka czakry sercowej.....	113
Joga snu i śnienia .....	117
Esencja snów.....	122
Kondensowanie zmysłów .....	125
Zaawansowana joga snu obszarów mózgu.....	127
Medytacja podczas snu —	
podróże kanałami tunelowymi.....	128
Cztery medytacje szamańskie stanowiące psychoterapię	
osobistą.....	133
Ciało .....	133
Nietrwałość .....	135
Karma i współczucie .....	136
Śmierć.....	139
Kalaczakra tybetańska jako psychoterapia .....	145
Przyjęcie schronienia i deklaracja.....	146
Cząstki przestrzeni .....	147
Wizualizacja żywiołów, transformacja energetyczna .....	147
Wezwanie istot głębokich świadomości.....	148
Joga umysłu i ciała .....	155
Sawasana — odprężenie ciała.....	156
Odprężenie ciała i umysłu .....	157
Prana — oddech.....	158
Kwiat lotosu i czakry .....	158
Psychoterapia praniczna.....	163
Hamowanie i aktywacja czakr.....	168
Medytacja dwóch serc —	
naprawianie siatek ochronnych czakr .....	169

Leczenie stresu ogólnego .....	169
Leczenie traum energetycznych .....	170
Leczenie nikotynizmu .....	170
Leczenie alkoholizmu .....	171
Leczenie uzależnienia od substancji narkotycznych .....	171
Leczenie depresji .....	172
Leczenie bezsenności.....	173
Leczenie halucynacji.....	174
Zabezpieczanie czakr.....	175
Żywienie się Energią i Światłem .....	179
Karmienie ciała Energią i Światłem .....	182
Energoterapia narządów wewnętrznych.....	185
Terapia praniczna narządów .....	186
Alchemia Chi .....	189
Kierowanie Chi.....	191
Aktywacja czakr poprzez Chi .....	193
Skupianie Chi w częściach ciała .....	193
Joga oddechu i ruchu Bon .....	195
Pozycja początkowa .....	196
Dziewięć oczyszczających oddechów .....	197
Tsa Lung.....	200
Rozgrzewanie serca i ognia .....	201
Tajemne Tsa Lung.....	201
Tybetańskie pięć praktyk młodości ciała i umysłu.....	205
Pięć praktyk Kundalini wraz z praktyką szóstą — tajemną.....	207
Rady końcowe.....	211
Joga dźwięku .....	213
Pięć wojowniczych sylab .....	214
Nada yoga — kraina dźwięków .....	218

**CZĘŚĆ III**  
**MEDYCYNĄ INFORMACJI GENETYCZNEJ**  
**ORAZ ENERGII**

Rozwiązanie mentalnego kodu DNA .....	223
Medycyna umysłu: Vipassana i Nadabrahma	
a endofriny .....	229
Medytacja śmiechu .....	232
Medytacja oczyszczenia .....	233
Medytacja energii „trzeciego oka” .....	233
Medytacja tańca .....	234
Vipassana jako skupianie energii życiowej.....	235
Nadabrahma jako energetyzacja.....	235
Shiva Netra — zaawansowany poziom kontemplacji....	236
Psychoterapia tu i teraz — rozmowa guru z uczniem...	239
Esencja: Wyzwolony Umysł Samantabhadry.....	243
Medycyna ciała .....	247
Rada końcowa.....	253
Kilka inspirujących zdań .....	261
Świadectwa .....	263
Ćwiczenia i materiały dodatkowe .....	265
Przypowieści .....	285
Obrotny rządca.....	285
Przypowieść o talentach .....	286
Wyjaśnienie przypowieści o chwaście.....	288
Inwokacja Samantabhadry .....	289

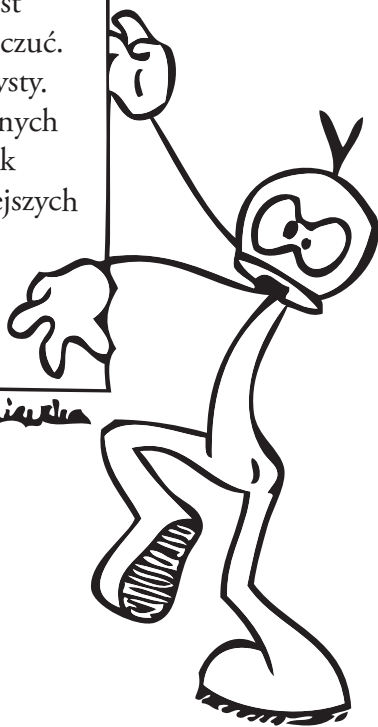
# CZĘŚĆ I

## INFORMACJA GENETYCZNA

Stan oświecenia, którego poszukujemy, jest wolnością od ciężaru przeszkadzających uczuć. W swej prawdziwej naturze umysł jest czysty. Nie da się jednak wyeliminować negatywnych uczuć przez usunięcie niektórych komórek mózgu, nawet za pomocą najnowocześniejszych technik. Można to osiągnąć wyłącznie przez przekształcenie umysłu.

Dalajlama

A. Pamiłki





# JAK CHOROBY WPŁYWAJĄ NA LUDZKIE GENY I CYWILIZACJĘ

Epidemia była od zawsze przerażającą, ale z punktu widzenia naszego genomu przydatną maszyną do selekcji genetycznej. Osoby, w których genotypie istniała wyższa odporność na nową, wyniszczającą chorobę, pozostawały przy życiu. Ludzie z tendencją do niskiej odporności na epidemię umierali jako pierwsi. W ten sposób dokonywała się naturalna selekcja genetyczna. Zdrowi mieli przetrwać.

Trzeba zaznaczyć, że przed epoką przemysłową nie było maszyn — były zaś woły i konie. Ich liczba sięgnęła granicy. Ludzkie oraz zwierzęce nieczystości zalewały miasta. Ciągłe wybuchały epidemie. Dopiero dzięki epoce przemysłowej ludzki gatunek mogła skuteczniej walczyć o wyższy poziom własnej higieny. Przed epoką przemysłową śmiertelność noworodków wynosiła 50%. Obecnie jest to 1%.

Kluczem do zrozumienia dominacji wirusów w cywilizacji europejskiej jest nasz bliski kontakt ze zwierzętami rolnymi oraz gryzoniami. Dopiero gdy człowiek stworzył gromady zwane wsiami i miastami, wirusy zebrały swoje żniwo, przenosząc się z organizmów zwierzęcych na nowego żywiciela — człowieka. Nie zmienia to faktu, że tylko niewielka grupa wirusów atakuje nasz gatunek. Przyczyną większości chorób cywilizacji zachodniej jest palenie papierosów, alkoholizm, stres, a także zła dieta — zauważa David Clark, wykładowca Uniwersytetu Mikrobiologii w Southern Illinois.

Możemy zatem wysnuć wnioski, iż nasze narzędzie rozwoju, czyli wspólnota i komunikacja interpersonalna, a także międzygrupowa i międzyinstytucjonalna, jest przyczyną przenoszenia się chorób i wybuchów epidemii. To, że mieszkamy razem, wymusza na nas ciągły kontakt. Ten właśnie kontakt wykorzystują wirusy. Cały mechanizm, włącznie z selekcją genetyczną, to działanie matki natury, która, jak stwierdza David Clark, nie ma instynktu macierzyńskiego.

Co ciekawe, wielu naukowców utożsamia powstawanie systemu moralnego z próbą stworzenia odporności na choroby zakaźne. Redukcja stosunków seksualnych do małżonków, zakaz małżeństw w bliskiej rodzinie, wytworzenie kast... Wszystko to miało służyć budowie ochrony przed chorobami.

Wracając jednak do tego, co nas obecnie realnie zabija... Więcej osób w Europie i USA umiera z powodu diety niż z powodu palenia tytoniu (choć niektóre bada-

nia przyznają prym tytoniowi). Czasem wystarczy zjeść nieświeże mięso przetworzone (wędliny, hamburgery, hot dogi itd.), aby umrzeć. Centralizacja przemysłu spożywczego sprawia, że wystarczy jedna chora krowa na setki, aby do dziesiątek paczek kielbasy dostały się zabójcze dla ludzi bakterie. Według nieoficjalnych statystyk w 1/4 warzyw na rynku USA znajdują się pałeczki *E. coli*. Stąd też duża obawa Amerykanów przed kupowaniem pomidorów i papryki — przynajmniej u tych, którzy pamiętają medyczne apele.

Podobnie w przypadku surowego mięsa, 1/4 Amerykanów nie przejmuje się ryzykiem występującym podczas przygotowywania kurczaka lub ryby w swojej kuchni. Po oprawieniu mięsa kroi się na tym samym blacie warzywa — tak wygląda standard.

Sam kanibalizm nie jest tylko moralnym dysonansem, ale też i zdrowotnym. Plemiona jedzące ciała swoich wrogów są kilkanaście razy bardziej narażone na przeniesienie wirusa, którego głównym żywicielem jest właśnie człowiek. W jednym z plemion w Papui i Nowej Gwinei kobietom przypadał zaszczyt zjedzenia mózgu swojego krewnego podczas religijnego rytuału. Mózg jest nośnikiem najgorszych chorób (stąd też zasada w survivalu, aby nawet nie dotykać mózgu czy też szpiku padliny, której pochodzenia nie znamy). W rezultacie kobiety stanowiły 90% ofiar choroby zwanej kuru.

Każda z chorób wyciska na nas piętno genetyczne. W XXI wieku możemy obawiać się zmian klimatycznych, które powodują zwiększoną liczbę opadów i powodzi.

Sprzyja to epidemiom chorób powstałych w środowisku wodnym (np. cholera).

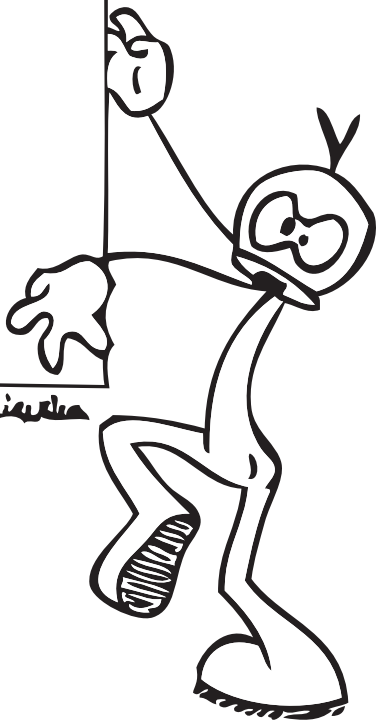
Patrząc w przeszłość, choroby wpływają na kształt naszej cywilizacji. Od Attyli po oblężenie Jerozolimy i Cesarstwo Rzymskie... Wszędzie nowe choroby były jedną ze stron. Czasem pomagały, czasem zabijały. Rzym ocaliła epidemia czerwonki w armii Attyli, choć wtedy nie rozumiano tego, czym jest samo zjawisko. Fakt wysokiej umieralności w armii wroga wytłumaczono boską interwencją. Dlatego też osoby chore uważano za ludzi nieczystych — skażonych przez demony lub bogów.

Wielki wpływ na upadek Rzymu miała dżuma. Ludzie umierali, co niespecjalnie martwiło arystokrację, ale martwiło generałów legionów — wysoka stopa śmiertelności wśród niższej klasy społecznej sprawiła, iż do legionów przybywało coraz mniej dobrze zbudowanych młodzieńców. Według niektórych badaczy chrześcijańska higiena, połączona z dbałością o chorych, przyczyniła się do walki z dżumą i stanowiła panaceum na wysoką w tym czasie śmiertelność. Uzdrawianie chorych było ważnym aspektem chrześcijaństwa i można przypuszczać, że podobnie jak w wypadku epidemii w najeżdżanej przez Hiszpanów Ameryce (Hiszpanie przenosili wiele nieznanych na tym kontynencie chorób, które wybijały całe wioski), było to katalizatorem szerzenia się nowej wiary.

Trudno uniknąć choroby  
swojego stulecia.

Henri Beyle

A. Pomikiewski



# GENY, STRES, MUTACJE, ZDROWIE...

Opisany w tej publikacji komunikat otwarty to idealne odzwierciedlenie procesów komunikacyjnych materii we Wszechświecie z samą sobą. Wszystko, co powstaje z materii, jest zarówno polem do dyplomatycznego kompromisu, jak i do egoistycznej walki interesów. W procesie ewolucji również dostrzegamy tę zależność. Gatunki konkurują ze sobą, a czasem współegzystują, dbając jednak o swój własny interes, czyli efekt końcowy. Co ciekawe, sam człowiek jest efektem takiego procesu dyplomacji. W następnym rozdziale będzie więcej informacji o tym, iż komora czaszkowa noworodka jest wprost proporcjonalna do możliwości fizycznych jego matki, a także warunków żywieniowych czy też energetycznych. To jest właśnie kompromis między genami odpowiedzialnymi za wielkość mózgu a genami odpowiedzialnymi za rozwój — dajmy na to — naszego układu pokarmowego. To, że posiadamy określoną długość

jelit, czyli dysponujemy określonym czasem trawienia pokarmu (a więc również musimy brać pod uwagę jego rodzaj ze względu na możliwości rozkładalności składników), to kompromis między tym, co można było zjeść, a co warto by było zjeść z uwagi na zawartość energetyczną. Jesteśmy jednym, wielkim, komunikującym się ze światem na poziomie genów oraz cząsteczek, organizmem kompromisów.

Nasze choroby powstają na skutek niedoskonałych genów, które można porównać do nieukończonych piosenki. Nasz genom jest po prostu niedojrzały. Człowiek posiada 23 000 genów z odchyleniem około tuzina na plus i minus. Choroby powstają zazwyczaj dlatego, że któregoś z genów brakuje lub jest on uszkodzony. Nosimy w sobie tysiące mutacji, które mogą się ukazać w postaci choroby w najbardziej niespodziewanym momencie — gdy środowisko wokół lub też przekaz genów od rodziców staną się wybuchowym miksem. Obecnie jesteśmy bardziej narażeni na uwidacznianie się niekorzystnych mutacji niż wcześniej. Istniejemy, według teorii, 140 000 lat, mając w historii zaledwie 10 000 pokoleń. Nasz genotyp jest za młody, aby naprawił się sam i zniwelował mutacje odpowiedzialne za niektóre choroby. Muchy owocówki posiadają w swojej linii 100 razy więcej pokoleń niż człowiek. Jeden ludzki gen zawiera 10 000 liter A, T, G i C. Sekwencja tych liter to katalizator zarówno koloru oczu, jak i poważnych chorób. Jeżeli litera A występuje zamiast litery G w pozycji 102.221.163, dziecko może przyjść na świat z wrodzoną wadą serca — taki jest rozmiar pola, na którym poszukujemy „igły”, badając zależności genetyczne przy wielu chorobach. W przypadku

nowotworów statystyka jest dość smutna. Zazwyczaj okazuje się, że dwóch członków rodziny chorowało na zmiany nowotworowe i że jest to choroba dziedziczna.

Ludzka mentalność jest sprzężona z tym systemem. Wy różniłbym jako rzecz podobną, działanie — jak w przypadku genów — supresorów nowotworowych. Na poziomie komórek chodzi o ich podział bez hamulca, którym jest proteina. Oznacza to, że pewne komórki dzielą się bez ustanku i powstaje nowotwór. W ludzkiej mentalności mamy do czynienia z tym procesem w formie zasad moralno-społecznych. Niektóre ze społeczeństw tworzą negatywy adaptacyjne oraz mechanizmy niepozwalające określonym cechom grupy na redukcję pewnych zasad współdziałania. Inaczej mówiąc, dane społeczeństwo ma w sobie coś, co sprawia, że już niepotrzebna cecha tej grupy nadal pozostaje ekspansywna i powoli zaczyna stanowić źródło rozkładu samej społeczności. Nie ma wtedy tego, co można nazwać na poziomie komórek proteiną. Tak chora grupa potrafi — na przykład — promować kulturalnie rodziny jedno-dzietne z dzieckiem określonej płci (część Azji, Indie) albo też wzorce związków małżeńskich kończące się negatywną mutacją — zespół Downa, deformacje ciała, braki fizyczne, a także w konsekwencji wysoka stopa śmiertelności noworodków. Społeczność, podobnie jak człowiek, potrzebuje diagnozy i lekarstwa. Często dochodzi do samoregulacji, tak jak w ludzkim DNA (mamy do czynienia z samoregulacją bardzo głęboką, ale wymagającą wielu pokoleń), ale czasem też następuje „zgon”. Plemiona, kultury, cywilizacje — pojawiają się i nagle znikają.

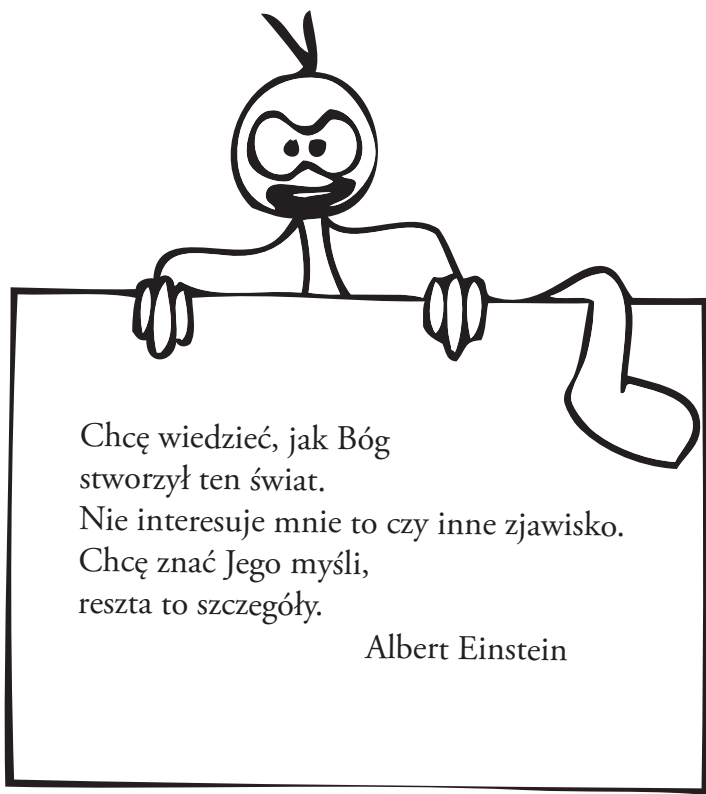


Mamy też wiele wspólnego z protoonkogenami. Przekładając proces na mentalizm, powiemy, że mutacja, zamiast unicestwić pewien gen (cechę społeczną), pozwala jej aktywnie działać. Inaczej — społeczność, zamiast uwolnić się od szczałkowej cechy mentalnej, której występowanie godzi w jej rozwój, z jakichś powodów nie stosuje samoregulacji i wciąż promuje zachowania wymagające dezaktualizacji. Najbardziej skrajnym przykładem takiego stanu jest sytuacja amazońskich plemion, w których „odświeżanie genetyczne” (zazwyczaj było to i nadal w części Amazonii jest — porywanie żon) nie zachodzi nie z uwagi na rozmiary plemienia czy też zdolności wojenne, ale na stosowanie środków narkotycznych przez wiele pokoleń, które niegdyś były idealnym panaceum na stres ciągle walczących ze sobą plemion. Kolejne pokolenia rodzą się z uzależnieniem od naturalnych narkotyków, posiadając dysfunkcje danych obszarów mózgu. Jest to problem nieporuszany przez podróżników, bo nieprzyjemny dla widza.

Ciekawym wnioskiem może być fakt, że nie ma genów nowotworowych. Nasz genom jest z definicji czysty i idealny, nowotworowe mogą być tylko mutacje genów. Genialnie opisuje to stwierdzenie, iż nowotwór jest wynikiem braku równowagi pomiędzy naszą cywilizacją a genomem. Do momentu, w którym nasza cywilizacja nie przestanie wypaczać ludzkiego genomu, będziemy społeczeństwami chorymi. Alkohol, tytoń, stres, forma pracy siedzącej, brak pozytywnego ruchu, chemiczne jedzenie, chemiczne kosmetyki, chemia w wodociągach... To wszystko sprawia, że przyspieszamy negatywne mutacje i pomagamy im wyjść na wierzch, niczym opalająca się w afrykańskim słońcu

Szwedka. Nasza mentalność również jest idealna z natury, ale funkcjonuje w patologicznych warunkach społecznych.

Chorobą cywilizacyjną jest obecnie otyłość, która pokazuje nam, jak bardzo nie jesteśmy dostosowani do świata, w którym obecnie przyszło nam żyć. Na przestrzeni dziesiątków milionów lat ewolucji nasza dieta nie zmieniła się dramatycznie — zawsze istniał kompromis. Jednak w XXI wieku mamy dostęp do każdego rodzaju pożywienia i nie jemy już dlatego, że nasz organizm wysyła „sygnał”, lecz dlatego, iż jesteśmy zafascynowani reklamą, restauracją albo też poprzez samo jedzenie redukujemy stres. Nie ma jednak genów otyłości. Tak jak pisałem wyżej, w ogóle nie ma złych genów. Są tylko dobre geny, lecz zmuszone do funkcjonowania w warunkach nienormalnych. Tak, to właśnie nasza cywilizacja i nowoczesny styl życia są przyczyną mutacji dobrych genów. W teorii geny są zawsze dobre i gdyby tak samo idealne było środowisko, w jakim przyszło im działać, mielibyśmy raj na ziemi. Oczywiście, to może być nieosiągalne. Możemy mimo wszystko bardziej się postarać, jako cywilizacja. Codziennie przechodzimy granice systemu, w tym homeostazę biochemii i fizjologię glukozową — mamy problem ze zrównoważeniem diety, która wpływa na nasz metabolizm. Zachodnia cywilizacja to rejon chory na serce, pod wpływem nerwic i depresji. Przerażający jest fakt, że podróżując do Azji czy Indii, poznajemy ludzi niemających w sobie melancholii, niezadowolenia z życia oraz zwyczajnie przesyconych życiowym pędem, zwanym *élan vital* — i to już nie jest „podejście” czy „sposób bycia” — to efekt tego, czym jesteśmy (my, Europejczycy) i mentalnie, i genetycznie.



Chcę wiedzieć, jak Bóg  
stworzył ten świat.  
Nie interesuje mnie to czy inne zjawisko.  
Chcę znać Jego myśli,  
reszta to szczegóły.

Albert Einstein

A Ponikiewska

# EWOLUCJA GENÓW A LUDZKA MENTALNOŚĆ

Mentalność i nastrój są wynikiem (między innymi) kodu DNA — to prawda niezaprzeczalna. To, co wiemy o procesach ewolucji ludzkiego genu, powinno być dla nas podwaliną sztuki postrzegania siebie oraz rzeczywistości. Zdrowie psychiczne wymaga harmonii — również tej ze Wszechświatem. Obecnie wszystkie systemy religijne nie oferują nic więcej jak tylko system rozumienia otaczającego nas świata, a także celu ludzkości i zasad, którymi należy się posługiwać podczas swojej egzystencji. Można jednak, idąc tropem Einsteina, przyswoić wiedzę na temat funkcjonowania Wszechświata, aby zrozumieć nie tylko jego Architekta (jakkolwiek rozumiemy ten termin), lecz także i samych siebie.

Mój osobisty pogląd na świat jest dość podobny do poglądu wspomnianego Alberta Einsteina, choć oczywiście nie identyczny. We Wszechświecie dostrzegam działanie

Zamysłu. Ten Zamyśl to de facto plan — prawa fizyki, prawa biologii, pęd życiowy, prawa społeczne i sam kod DNA. Od razu odpowiadam na zarzut, iż jestem piewą idei „Inteligentnego Projektu”. Nie jestem ani za taką ideą, ani też przeciw niej. Architekta utożsamiam ze wszystkim, co jest i właśnie z owym Zamyślem. Trudno jest rozsądzać, czy ten Architekt to świadomość osobowa czy raczej pewna energia — właściwie jest to nieistotne. Niestety ludzkość zawsze interesowało, czy Chrystus był Bogiem czy też człowiekiem oraz czy Bóg jest podobny do człowieka, zapominając o samej filozofii życiowej, którą niesie ze sobą zarówno chrześcijaństwo, jak i buddyzm czy inne, skupiające się na dobru religie. Pewien jezuita zauważył bardzo trafnie, że obecnie „czymy narzędzia do rozpalania ognia, ale nie ma już samego ognia”. Znaczy to, iż skupiamy się na formułkach, instytucjach, rytuałach, a zapominamy o tym, czym był Chrystus lub Budda, czyli Drogą — pewną nauką. Jeżeli dobrze wsłuchamy się w słowo tych postaci, stwierdzimy, że mówią o tym samym.

Człowiek posiada psyche, wyrosłą z materii oraz pierwotnej informacji, którą zawiera nasz kod DNA. Jest to odpowiedź na pytanie Arystotelesa: „Dlaczego koń jest koniem, a człowiek człowiekiem? Czy jest jakaś z góry nadana forma?”. Drogi czytelniku, nie musisz się ze mną zgadzać, ale uważam, że tak — jest. Powiem więcej — traktowanie kodu DNA jako przypadku to duża naiwność. Nasz kod DNA to prawdziwy plan budowy. Na podstawie nauki o tym kodzie możemy nauczyć się wiele o sobie. Zarzykuję tezę, że zrozumienie procesów zachodzących we

Wszechświecie i w ludzkim DNA jest wstępem do stworzenia filozofii szczęśliwego życia. Słowa Einsteina o tym, że nauka odkrywa jedynie Zamyśl Architekta, nie są słowami czczymi — to namacalna prawda. Nauka jest wspaniała i stanowi piękną drogę do poznawania rzeczywistości, ale w XXI wieku przynosi nam tylko wygodę, a nie szczęście. Może dlatego, iż nauka z racji swoich obowiązków szuka, a szczęścia nie można odnaleźć — ono przychodzi do nas samo w odpowiednim momencie.

W jakiej epoce żyjemy? Niestety, w epoce wielkich odkryć i smutnych ludzi. Kiedyś napisałem, że najbardziej wyobcowaną i nieodkrytą częścią świata jest w XXI wieku serce drugiego człowieka. Podtrzymuję tę opinię. Zastanawiam się, jak nowe technologie mogą przynieść człowiekowi prawdziwą radość.

Mamy to, czym nie dysponował Chrystus ani Budda — technikę. Nie wykorzystujemy jej potencjału. Powinniśmy zrozumieć nasze pochodzenie, procesy, które nas budowały, i ludzki mózg, aby stworzyć system filozoficzny, jaki może być drogą życiową. Nagle odkrywamy, że nasz gatunek to gatunek społeczny, dla którego kluczowa jest komunikacja. Cóż za nowość — przecież biologia doskonale rozumie istotność wzajemnej komunikacji poszczególnych komórek w organizmie człowieka i pewną grupowość tych komórek. Przecież wszystko to, o czym mówimy, zazwyczaj jest pokazane czarno na białym w genetyce, fizyce i biologii. Co to za novum powiedzieć: „Ludzkość przypomina organizm, w którym poszczególne tkanki mogą stać się tkanką rakową”? Mawia się: „Człowiek to reakcje chemicz-

ne”. Fantastycznie, proponuję więc uczyć dzieci nie o tabeli pierwiastków, ale o tym, jak powstają miłość, smutek, nienawiść, czyli jak ludzki organizm działa, a następnie wyciągnąć z tego prawdziwe wnioski (niefaszerowanie dzieci chemią spożywczą, nieotaczanie ich betonowymi klatkami, wyjście z założenia o tym, że każdy człowiek czuje tak samo jak my). Wtedy nie powstałby nazizm i komunizm, nie byłibyśmy pokoleniami mutacji genowych, które odzwierciedlają styl naszego życia. A jednak, jesteśmy pokoleniem nerwic, depresji, fobii społecznych, Alzheimera, Parkinsona, alergii oraz astmy. Nauczmy dzieci prawdy. Prawda jest zawsze trudna do przyjęcia. Wielu osobom „wierzącym” trudno jest naprawdę zrozumieć dziesięć przykazań. Sytuacja przypomina palacza, który rozumie, że będzie miał raka, ale dopiero gdy trafia do szpitala, rzuca palenie. Sęk więc w tym, aby naprawdę zrozumieć funkcjonowanie rzeczywistości. Mówienie o byciu dobrym człowiekiem jest zwyczajnie nieskuteczne. Obecny poziom ludzkiej wiedzy i nasze narzędzia edukacyjne dają nam możliwość opowiedzenia o materii, o genach i biologii, ale nie w sposób nic niewnoszący, tylko właśnie istotny dla życia jednostki. Nie ma też znaczenia, czy czytelnik jest ateistą czy też osobą wierzącą. Przecież obu stronom zależy na odkryciu prawdy o Wszechświecie. To nie system religijny tworzy dobrego człowieka, to człowiek tworzy dobry system religijny. Zły człowiek będzie budować dom oparty na nienawiści — nic tu nie pomogą mekka, kościół czy synagoga (albo, jak w przypadku ateistów, ich brak). Nieważne, czy nasz Bóg nazywa się Allah, JAHWE czy po prostu Zamysł. Cytując

znów wspomnianego jezuitę, zapytam: „Po co nam religie, które nie sprawiają, że jesteśmy szczęśliwi? Przecież właśnie po to powstały”.

Kwestia kluczowa — egoizm. Społeczeństwo wmówiło nam, iż myślenie o własnym szczęściu to egoizm. Tymczasem robi to w jednym celu. Społeczeństwo chce nas kontrolować, dla własnego pożytku. Nigdy nie chodziło o ciebie. Wyobraź sobie człowieka, którego bardzo kochasz. Powiedz mu, że twoje szczęście jest dla ciebie ważniejsze od niego. Jak się czujesz? Zapewne masz wyrzuty sumienia. To właśnie macki kontroli społeczeństwa i egoizm innych ludzi. Wyobraź sobie, że twój ukochany/ukochana odpowiada: „Jak możesz być takim egoistą, aby uważać swoje szczęście za ważniejsze ode mnie?!” I kto tu jest egoistą? Przestańmy się niańczyć i spójrzmy prawdzie w oczy. Jeżeli nie kochamy siebie, jak możemy kochać drugiego człowieka? Jeżeli sami nie uznajemy swojego życia jako czegoś ważnego i pięknego, jak możemy cenić życie drugiej osoby?

Postaramy się zatem zrozumieć podstawy procesów, o których pozwałam sobie pisać. Niestety, zaskoczył mnie ogrom materiału i powstałych na jego kanwie słów (w mojej głowie). Uznałem, dość bezradny, że nie jestem w stanie opisać procesów mutacji genotypu człowieka w odniesieniu do Alzheimera oraz raka piersi — to zadanie wymagałoby tomów. Z drugiej strony, nie wiem, czy taka analiza szczegółów byłaby dla czytelnika zrozumiała i pociągająca. Raczej nie. Dlatego pozostałem przy pisaniu o tym, co najważniejsze, co daje nam realną wartość i rozpoczynam od procesu ewolucji...



Ewolucja to ciekawe zjawisko. Z jednej strony, znamy je doskonale — a przynajmniej tak nam się wydaje. Z drugiej, nie rozumiemy go w ogóle.

Ewolucja naszego gatunku niesie ze sobą wiele ciekawych prawd mentalnych w odniesieniu do jednostki ludzkiej. We wcześniejszej książce, *Mentalizm*, starałem się zawrzeć meritum wiedzy na temat psychologii ewolucji genów ludzkich oraz socjobiologii mentalnej. W tej publikacji natomiast posunę się o wiele dalej, wchodząc na tereny tego, co nazywamy szczegółami.

Zacznijmy od tego, że ewolucja naszych genów posiada swój cel i sama zawiera przyczynowość — jako informację zawartą w ludzkim DNA, które sprawia, że komórka istnieje i funkcjonuje. Wydaje się, iż cel to wchodzenie naszego gatunku na wyższe poziomy mentalne oraz techniczne. Przykładowo, wszelkie nasze wynalazki odzwierciedlają to, czym de facto jesteśmy. Dajmy na to: telefon komórkowy lub komputer jest próbą skopiowania tego, co nazywamy ludzkim mózgiem, a także samego procesu komunikacji. Te poziomy komunikacji to różne sfery w historii ewolucji człowieka. Rozpoczęliśmy od miernej komunikacji z otoczeniem i jednostkami wokół nas, przechodząc następnie przez fazę plemienia, wsi, miasteczka, aż do „globalnej wioski”, do czego pomocne są nam narzędzia typu telefon, SMS, mail, internet czy książka. Można zaryzykować tezę, iż człowiek jest skazany na komunikację interpersonalną, gdyż mieszka na kulistej planecie, co zmusza go do interakcji. Kiedy pogląd ten wyraził Kant, większość osób podśmiewała się z zacnego filozofa. Minęły jednak lata

i okazało się, że w XXI wieku wszystkie narody mają ze sobą kontakt, wywierają na siebie wpływ poprzez narzędzia komunikacji, a dodatkowo same te narzędzia (dyplomacja, media, polityka kulturowa) stały się nieokiełznanym i niezależnym od nas światem. Nagle kultura masowa rozpoczęła swoją ekspansję, zaskakując cały glob. Przy tym także kultura naukowa i obyczaje stały się towarem eksportowanym w naturalny sposób (nauka, technika, obyczaje społeczne, kodyfikacja prawa i systemy administracyjne). Człowiek, wychodząc od jednostki z kamieniem w ręku, zorganizował się do niebotycznych granic, budując twór podobny do własnego organizmu. Nietrudno zauważyć, że w funkcjonowaniu ludzkiej komórki i ludzkiej cywilizacji znajduje się wiele punktów wspólnych. Komórka bazuje na komunikacji z innymi komórkami, tworząc jeden organizm. Jest to organizm sterowalny, choć każdy organ posiada autonomię w pewnym zakresie. Dla naszego gatunku najważniejsza jest więc informacja. Prawdą jest, że pierwszą przyczyną ludzkiego DNA jest właśnie owa informacja. Zapewne dlatego też wielu genetyków staje się osobami wierzącymi w siłę wyższą (w różnym rozumieniu). Nie da się bowiem wytłumaczyć kodu DNA bez przyjęcia, iż realizuje on pewien plan. Oczywiście, mamy wielu oponentów takiej teorii, co trzeba uszanować. Nikt z nich nie ma jednak dowodu na to, skąd mogła się wziąć informacja jako przyczyna powstania człowieka — chyba nawet nie ma na to pomysłu.

Tak więc wszelkie opinie będą dogmatem bez dowodu naukowego i kwestią wiary. Można zakładać, że nie jest to niczym nagannym — ludzka istota to przecież mentalność,

której nie da się zmierzyć, zważyć ani nawet zlokalizować (do tej pory toczone są spory, jaka część mózgu może odpowiadać za świadomość i czy w ogóle istnieje). Człowiek to niemierzalna i płynna świadomość, więc nie należy się obrażać na wyznawanie przez nią metafizycznych teorii.

Ludzkie geny dążą nie tylko do osiągnięcia pewnego celu, czy raczej zdobycia określonej formy, ale także do zapewnienia sobie ochrony przed kapryсами losu. Zatem optymalny stan to jedno, a próba autoochrony to drugie. Wszystko dąży do harmonii. Dziecko posiada komorę czaszkową określonej wielkości, co powoduje, że nasza inteligencja nie może być ani wyższa, ani niższa niż obecnie. Wielkość czaszki dziecka bowiem jest dostosowana do możliwości fizycznych rodzącej kobiety (rozstawu miednicy itd.). Większa czaszka mogłaby zabić rodzącą kobietę i przy samym porodzie, i poprzez wyższe zapotrzebowanie noworodka na energię (mózg pożera ją w zastraszającym tempie). Obliczono, iż gdyby człowiek korzystał ze 100% swojego mózgu (teraz ok. 20–30%), jego wymagania energetyczne wzrosłyby o 80%, co sprawiałoby, że nie byłby on w stanie przeżyć (wykarmienie takiego dziecka przy warunkach nawet cywilizacji zachodniego dostatku byłoby wyzwaniem gigantycznym). Otoczenie kształtuje istotę ludzką. Według badań Grega Gibsona (profesora genetyki na Uniwersytecie Karoliny Północnej) same czynniki stresogenne wokół ludzi sprawiają, że idealne w planie powstania geny stają się niedoskonale. Jego zdaniem za mutacje czy też samo posiadanie genów, które odpowiadają chorobie i wszelkich zaburzeniom w organizmie człowieka, odpo-

wiada życie w ciągłym stresie, czyli egzystowanie w warunkach nieodpowiednich dla *homo sapiens sapiens*.

Greg Gibson zauważa także, iż współcześnie dzieci chorują na przypadłości cywilizacyjne, jak krótkowzroczność, astygmatyzm, alergią, a w życiu dorosłym alkoholizm i depresja/nerwica, ponieważ szybciej uczą się obsługiwać komputer, niż zrozumieć samego siebie, a także odróżnić dąb od wiązu. Co więcej, uznaje on, iż system odpornościowy człowieka i jego metabolizm są zależne od tysięcy mutacji genów, których obecnie nie jesteśmy już w stanie zbadać, a które wynikają z naszego stylu życia. Zastanówmy się, dlaczego wiele osób cierpi na chorobę Alzheimera czy notoryczną bezsenność.

Co ciekawe, samo promieniowanie nadfioletowe Słońca sprawia, że geny T mutują. To samo dotyczy wszelkich chemikaliów, które dostarczamy swojemu organizmowi z pożywienia czy picia, a także ogólnie z otoczenia. Takie mutacje są przekazywane dalszym pokoleniom. Nie jest dziwne zatem, że rak lub problemy ze wzrokiem stanowią grupę chorób dziedzicznych.

W naszym kręgu kulturowym astma to prawdziwa „epidemia”. Wywołuje ją — drodzy rodzice — zbytnia higiena, jaką promuje się w kulturze europejskiej. Niestety, ale nasza czystość staje się powoli wypaczona i może być przyczyną alergii i właśnie astmy (negatyw adaptacyjny).

Nasz nastrój jest również wynikiem mutacji genów. Współcześnie depresja dotyka 10% społeczeństwa (w krajach zachodnich często wskaźnik jest dwa razy wyższy). Serotonina i kortyzol regulują nasz nastrój. Niestety coraz

częściej zauważamy niesprawność transporterów tych hormonów u ludzi, czego przyczyną są właśnie niekorzystne mutacje.

Co więcej, nasz gatunek jest kształtowany poprzez różnego rodzaju substancje, które wpływają na przekaz serotoniny w organizmie. Jest to zjawisko, które trwa od początków ludzkości. Przypadkowo odkryty przez człowieka alkohol wcale nie jest pierwszym i zarazem najgorszym „ulepszaczem” rzeczywistości w historii ludzkości. W Australii używano rośliny pituri, w Ekwadorze liści koki, a w rejonach Amazonii nawet maści z trującej wydzieliny żaby. W Europie są to przede wszystkim alkohol oraz kofeina z kawy. Ciekawostką może być fakt, iż król Austrii zakazał spożywania kawy w Wiedniu, ponieważ ludzie byli nią dosłownie otumanieni i uzależnieni od niej niczym od alkoholu (wynajęto też „wączaczy”, którzy szukali nielegalnych kawiarni). Niegdyś ludzie wymiotowali po wypiciu dużej ilości tego płynu, a obecnie kilka „małych czarnych” dziennie to norma. Przez cały czas zażywamy zatem transportery serotoniny, będąc tego zupełnie nieświadomymi. Dlatego też osobiście dostrzegam pewną hipokryzję w opiniach ludzi na temat twardych narkotyków. Zaczniemy od tego, że to samo społeczeństwo jest predykatorem depresji i nerwicy jego członków. Hipokryzja polega więc na tym, iż wcześniejsze i obecne pokolenia wytworzyły system pełen stresu oraz patologii, obrażając się przy tym na swoich członków, gdy szukają oni drogi do uśmierzenia powstałego „bólów”.

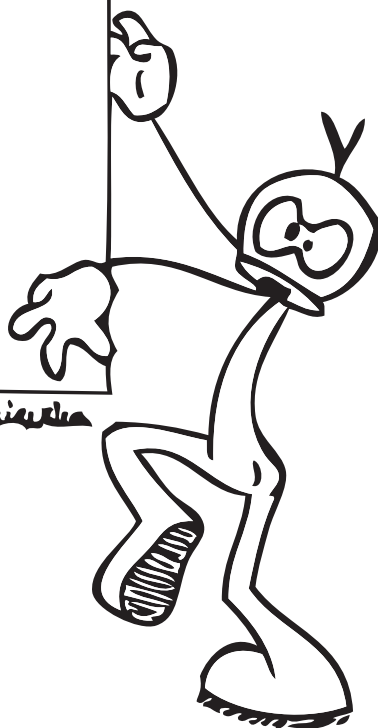
Trudno powiedzieć, jakie będą następstwa naszego stylu życia. Pewne jest natomiast to, że musimy zmienić ten

styl, aby żyć zdrowiej. Wnioski pozostaną jednak smutne, bo mimo postępu w rozwoju technicznym oraz intelektualnym mutacje gromadzą się oraz sprawiają, że nasze geny, jak i traumatyczne przeżycia (ludobójstwa i wojny), są jeszcze mocniejsze niż kiedyś. Zdziecinniale społeczeństwo, „jadące” na alkoholu i kawie, to pokłosie tego, czym byliśmy i nadal jesteśmy — można by powiedzieć, ale to będzie wniosek pospieszny. Wykazano bowiem, iż kofeina i nikotyna, a także substancje wylapujące serotoninę, działają na receptory acetylocholinowe i adenozynowe, co powoduje ekspansję tych receptorów w komórkach glejowych i poprawia to, co Albert Einstein uważał za najważniejsze — połączenia między komórkami, czyli wyobraźnię (esencję ludzkości, jej wynalazków i postrzegania rzeczywistości wokół jako materiału plastycznego).

Cóż za smutna epoka,  
w której łatwiej rozbić atom,  
niż zniszczyć przesąd.

Albert Einstein

A. Pamiłkiewicz



# ANALIZA SFERY NEURONÓW I KOMÓREK GLEJOWYCH LUDZKIEGO MÓZGU

W XX wieku odkryto, że 90% naszego mózgu to komórki glejowe, a 10% to neurony. Co ciekawe, neurony utożsamiane są z ludzkim geniuszem, tymczasem stwierdzono, że nauka jest w dużym błędzie i to właśnie liczba komórek glejowych koreluje z inteligencją.

Sam Albert Einstein posiadał w zakręcie kątowym kory mózgowej większy procent komórek glejowych niż neuronów, co utożsamia się ze zdolnościami matematycznymi oraz lingwistycznymi. Dla porównania, u pijawki neurony mają przewagę 30 do 1. Mózg myszy: 6 do 1, ale na rzecz komórek glejowych. Człowiek, jak już wiemy, 9 do 1 przewagi komórek glejowych.

Podsumowaniem może być fakt, że słoń ma mózg o wiele większy i cięższy od człowieka, ale to człowiek posiada proporcjonalnie więcej komórek glejowych do komórek neuronów.



Zaskakujące może się wydawać to, że nauka zakłada w sposób dogmatyczny, iż natura przypadkowo stworzyła ludzki mózg — przechodząc z sodu (zawiera go środowisko wodne) do węgla.

Uznano, że ot tak sobie, jakaś tam matka natura, niczego nieświadoma, otrzymała dar tworzenia mózgow zwierząt z węgla — abrakadabra! Jednocześnie nauka stwierdza, że komórki musiały komunikować się od początku za pomocą sygnalizacji wapniowej, aby kontrolować inne komórki i same siebie.

Ciekawe — mamy więc do czynienia z wnioskami znoszącymi się nawzajem. Jeżeli zapytamy eksperta, czy w takim razie informacja oraz pewien plan komórkowy są podwalinami ewolucji, otrzymamy odpowiedź, że na to wygląda, ale nie można tak mówić, bo na pewno istniały procesy, których teraz nie możemy zrozumieć — inaczej wyznaje się dogmatyczną wiarę, a nie naukę.

To tak, jakby po tysiącu lat ktoś odnalazł działającego laptopa i powiedział: „Jeszcze tego nie rozumiemy, ale na pewno ten komputer stworzył się sam i właściwie jest to totalny przypadek! Być może sama matka natura stworzyła komputer i przypadkowo doszło do interakcji między plastikiem a kwarcem...”. Co za piramidalne bzdury.

Materia tworzy energię w różnych formach — komórki przetwarzają pierwiastki w pokarm dla naszego organizmu. Co do tego zgadzamy się wszyscy. Ludzka psyche tworzy tymczasem internet, druk, pismo, język...

Okazuje się, że z samej idei może powstać coś namacalnego, a kluczowa była i jest informacja. Można powiedzieć, że człowiek to nie tylko siła obliczeniowa, ale również emocje i komunikacja interpersonalna w najczystszej postaci — im bardziej rozwinięty gatunek, tym procesy komunikowania bardziej złożone i przemyślane, a nie, jak przyjmuje się w psychologii ewolucji, sztywne (niepodlegające naszej świadomości, odruchowe). Jednak, co najważniejsze, cały czas się uczymy.

Przypominam sobie okrutny eksperyment (nie jestem zwolennikiem takich badań), polegający na zaszywaniu małpom powiek po urodzeniu. Pewnym osobnikom zaszywano obie powieki, pewnym tylko jedną. Zauważono, iż obszary odpowiedzialne za wzrok u danych osobników doświadczyły śmierci neuronalnej oraz synaptogenezy.

Pokazuje to, jak bardzo mózg zależny jest nie tylko od kodu DNA, ale także od środowiska, w jakim funkcjonuje.

Inni znów badacze przeszczepili mózg jednej małpy do czaszki innej — małpa żyła przez kilka godzin. Mózg jest więc najważniejszym oraz „niekopiowalnym” organem — można klonować komórki macierzyste, zawierające pewne informacje, ale nie można owej informacji, która zawiera DNA owcy lub człowieka, stworzyć i własnie sklonować.

Wydaje się też, że warto by badać ludzkie życie i to, co sprawia, że jesteśmy szczęśliwi oraz spełnieni, a nie gmerać w czaszkach zwierząt.

Jak mówił ojciec Anthony de Mello, to wspaniale, że wyładowano na Księżycu, ale co to zmienia w rzeczywistości ludzi na Ziemi? Czy jest coś ważniejszego niż duchowość? Zastanów się, czy pierwsze klonowanie owcy sprawiło, że jesteś szczęśliwszy?

Zmierzamy w nieunikniony sposób do tego, że ludzki mózg jest jak nasza planeta — kiedy jeden las i gatunek znika, pojawia się następny, przy czym informacje, tak jak gatunki, szukają sobie miejsca w komórkach glejowych. Meritum tego procesu są nie tylko zdolności naszych mózgów, ale również możliwość uczenia się. Oznacza to, iż środowisko oraz zasady, które panują w danej społeczności, mogą bezpośrednio wpływać na nasz mózg. Stąd sekty, grupy polityczne, ideologie...

Trudno powiedzieć, czy jesteśmy gatunkiem wybitnym pod względem moralnym. Jest to dość wątpliwe. Jednak zdecydowanie *homo sapiens sapiens* to geniusz komunikacji interpersonalnej.

Nie zgadzam się z Piotrem Tymochowiczem, który wyraził pogląd, że obecnie człowiek ma takie same problemy z komunikacją interpersonalną jak w epoce kamienia łupanego. Jest wręcz odwrotnie. Jesteśmy już częścią globalnego systemu narzędzi komunikacyjnych, który sami stworzyliśmy. Dążymy do organizowania się, niczym komórki naszego organizmu.

Komunikacja to nasza podstawa. Bez niej nie osiągnęlibyśmy dosłownie niczego. Warto wziąć to pod uwagę na każdy krok. Powiedziałbym więcej, komunikacja jest warunkiem prawidłowego rozwoju człowieka.

Wiemy przecież, jak niekorzystnie może wpływać zamknięcie psychiczne rodzica podczas wychowywania dziecka albo też odizolowanie tegoż dziecka od społeczeństwa. Musimy się komunikować, aby żyć.

## ZŁOTE MYŚLI POLECAJĄ



### **Mentalizm** **Jacek Ponikiewski**

Publikacja *Mentalizm* zawiera nowatorskie i docenione przez ekspertów metody wywierania wpływu, które bazują na nowych technikach, jak analiza napięcia mięśniowego rozmówcy, albo też na nieznanych do tej pory konspektach psychoanalitycznych rozmów służb specjalnych. Wiedza ta zaadaptowana jest do zastosowań w życiu codziennym i biznesie. Książka zawiera techniki medytacyjne, mentalne, które autor stosuje prawdopodobnie jako jedyny w Polsce trener.

Dzięki tej książce m.in.:

- 👉 nabędziesz arsenal nietuzinkowych technik wywierania wpływu, od werbalnych do analizy napięcia mięśniowego rozmówcy lub analizy hormonalnej na podstawie stanów emocjonalnych;
- 👉 zbudujesz własną sylwetkę mentalną, dzięki której będziesz działać skutecznie i jednocześnie zgodnie z wyznawanymi wartościami;
- 👉 będziesz mógł pracować również z energią, dzięki ćwiczeniom mentalnym pochodzącym z początków cywilizacji zachodniej, które na rynku szkoleń są novum, lecz novum skutecznym.

Książkę zamówisz na stronie Złotych Myśli:

[HTTP://MENTALIZM.ZLOTEMYŚLI.PL](http://mentalizm.zlotemyśli.pl)

## ZŁOTE MYŚLI POLECAJĄ



### **Manipulacja neuoperswazyjna** **Jacek Ponikiewski**

Każdy z nas może odkryć swoje siły wpływu, istnienia których nawet się nie domyślał.

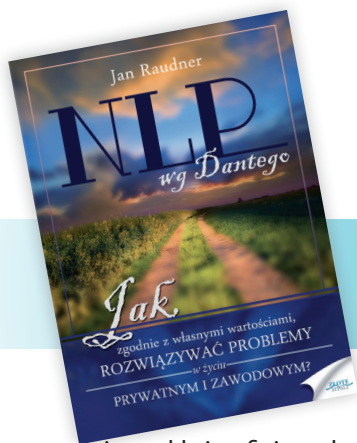
Ten, kto potrafi bezpośrednio wpływać na umysł drugiego człowieka, wpływa na jego decyzje. Może na przykład przyspieszyć bicie jego serca albo wręcz przeciwnie, uspokoić go w stresującej sytuacji. Ale to dopiero początek! Możliwości są znacznie większe. Co powiesz na prowadzenie rozmowy w taki sposób, by notorycznego sceptyka zamienić w religijnego wyznawcę wybranej firmy lub produktu?

„Jeżeli podczas negocjacji na podstawie małego gestu rozpoznamy wewnętrzny stan naszego partnera, będziemy wiedzieć, co i jak mówić, aby osiągnąć swoje cele. Wykrywając lęk, dajemy bezpieczeństwo. Odczytując zaś dezaprobatę, wiemy, że nasza oferta nie jest dla drugiej strony zadowalająca...”

Jacek Ponikiewski

Książkę zamówisz na stronie Złotych Myśli:

[HTTP://MANIPULACJA-NEUPERSWAZJA.ZLOTEMYSLI.PL](http://manipulacja-neuoperswazja.zlotemyсли.pl)



## ZŁOTE MYŚLI POLECAJĄ

### NLP według Dantego Jan Raudner

Powstało wiele książek na temat NLP, ale mało która z nich traktuje ten temat w tak niezwykły i trafiający do umysłu czytelnika sposób. Autor, skupiając się bardzo na praktycznych aspektach, zadaje pytania i pomaga znaleźć na nie odpowiedzi. Ale nie idzie na łatwiznę. Wykorzystuje NLP, aby odkrywać kluczowe aspekty naszego życia i pokazywać, jaki mają wpływ na to, co osiągamy, jakimi ludźmi jesteśmy i jakimi możemy się stać.

„Zastosowanie psychosemantyki w życiu prywatnym i zawodowym, w każdym kontakcie z ludźmi może poprawić rozumienie wypowiedzi, a przede wszystkim pomóc budować poprawne relacje. Istotą psychosemantyki, nauki łączącej znaczenie informacji i badającej reakcję na nią, są odpowiedzi na pytania: Jak będzie rozumiana informacja i jaka będzie reakcja? Jaka będzie decyzja będąca efektem informacji?”

Możesz się o tym przekonać, czytając tę książkę.

Książkę zamówisz na stronie Złotych Myśli:

[HTTP://NLP-WEDLUG-DANTEGO.ZLOTEMYSLI.PL](http://nlp-wedlug-dantego.zlotemysli.pl)