



DISPARE E TRANSFORME SEU CÉREBRO RELATÓRIO

**Porque Mudar é Difícil e
Como Você pode Fazê-lo Agora**

Dispare e Transforme Seu Cérebro

Porque Mudar é Difícil e Como Você pode Fazê-lo Agora

Meu nome é Omar Jaled Mustafa, presidente do Silva Internacional para América do Sul e instrutor do Método Silva de Vida.

Tenho levado a cabo seminários Silva durante anos. Este é o lugar onde dezenas de milhares de pessoas vêm para buscar a mesma coisa - a mudança. Essa mudança abrange muitas coisas – desde a maneira como eles pensam e percebem de finanças, amor e até mesmo saúde.

A verdade é que todos nós temos alguma coisa pequena que queremos mudar - e por alguma razão não podemos fazê-lo. Poderia ser aqueles 5 teimosos quilos extras, ser um pouco mais organizado, ou mesmo deixar de fumar e outros hábitos que causam a má saúde. Tenho certeza que você sabe do que estou falando, porque esse hábito pouco ou padrão que você está tentando desesperadamente mudar é a única coisa que não deixa você viver realmente uma vida completa e satisfatória.

Quando as pessoas vêm aos meus seminários, vêm por tudo o que vai tornar sua vida melhor. Eles estão olhando para fazer alterações. Todo mundo quer mudar essa "pequena coisa" para melhorar suas vidas drasticamente.

Suas intenções são puras e gastam muito tempo, esforço e energia para tentar mudar, no entanto, a maioria deles não consegue. Silva é o melhor sistema que eu conheço, mas existem outros seminários muito bons. E todos nós fazemos o mesmo. Oferecemos aos nossos alunos os melhores conhecimentos e ferramentas que precisam para mudar, no entanto, muitos deles falham..

Então, por que as pessoas continuam errando?

A resposta, como veremos em breve, está no relatório. E não importa o que você está tentando mudar, se você não aplica os conceitos contidos neste relatório, você nunca será capaz de mudar a sua vida - seus relacionamentos, suas finanças ou saúde, em suma, você não pode fazer quaisquer alterações (embora o pequeno que seja).

Seu cérebro é a causa. Seu cérebro está ligado a resistir a mudança.

**SEU
CÉREBRO:
O Único e
Maior
Obstáculo
Entre Você e
a Mudança.**



SEU CÉREBRO: O Único e Maior Obstáculo Entre Você e a Mudança.

O cérebro é feito de pequenas células nervosas chamadas neurônios. Quando os neurônios são conectados (se ligam) se convertem em um pensamento ou uma lembrança.

O cérebro constrói todos os conceitos pela Lei de Memória Associativa. Todos eles têm uma relação possível entre eles.

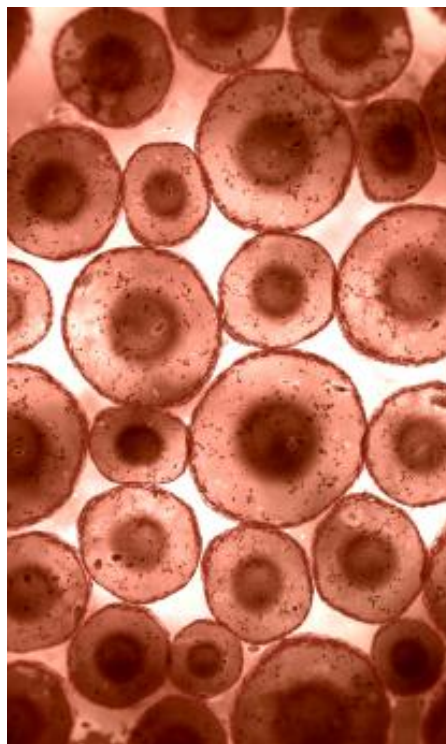
Cada conceito, pensamento ou idéia é formado por um mini neuro-rede (todos os neurônios que se acendem em relação a este conceito), e são essas mini neuro-redes que nos permitem perceber os conceitos, sentimentos e pensamentos. Também interagir e se conectar com as outras.

Um neurônio não podem processar um conceito por si só. Você precisa de outros conceitos, pensamentos, ideias, para definir o primeiro conceito. Você não pode conceber algo que você nunca experimentou, viu ou sentiu.

Como exemplo, para entender o conceito e o sentimento de amor é que precisamos muito mais que ideias.

Então, algumas pessoas amam ligado à alegria, diversão, a sensação de "borboletas" e uma pessoa bonita. Isso cria a mini neuro-rede que faz você entender o conceito de amor.

Tomemos o exemplo de Joana. Quando ela pensa no "amor" os neurônios que "se ascendem "em seu cérebro são a sensação de" borboletas ", continuam a "felicidade" e esta



Cualquier información que procesamos y que se recibe a partir de nuestro medio ambiente está siempre teñida por nuestras experiencias y la respuesta emocional que tenemos cuando tomamos esta información.

Para Joao, o conceito de "amor" está ligado a um conjunto completamente diferente de conexões. Quando João pensa sobre o amor, o seu cérebro está conectado com o seu "desapontamento" com as experiências passadas. Esta decepção "ascende" memória de sua ex-namorada que o deixou, e depois a "solidão". **A mesma palavra** e o conceito pode desencadear uma reação completamente **diferente** e gama diferente de emoções, dependendo da pessoa e suas experiências passadas.

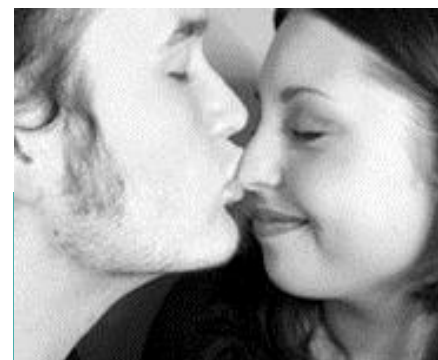
O mesmo se aplica a qualquer ideia, conceito ou sentimento. O dinheiro está ligado ao prazer e à aventura, para algumas pessoas, e frustração, a injustiça, a impotência para os outros.

Qualquer informação que processamos e recebemos de nosso meio ambiente é sempre colorido por nossas experiências e pela resposta emocional que temos quando tomamos essa informação.

Mas como começar?

Deve ser uma experiência em sua vida ou alguém próximo de você que tenha associado esses conceitos juntos.

E não ... Não só acontecem durante a infância. Embora seja verdade que as crianças estão mais abertas a um relacionamento com um outro conceito (devido à falta de experiência anterior), este processo de conexão também pode ocorrer na idade adulta. É muito comum e muitas vezes acontece.



Foi cientificamente provado, fisiologicamente, que as células nervosas que "se acendem" juntas "estão ligadas" juntas.

Em outras palavras, se você fizer algo uma e outra vez, essas células nervosas criam um relacionamento profundo e forte com a outra. Então, se você conseguir razões para estar irritado ou frustrado em uma base diária, ou se sofre e você encontra razões para ser uma vítima, você está realmente reforçando a fiação e neuro rede todos os dias. Logo, a neuro rede irá formar uma relação de longo prazo com todas as células nervosas. O resultado é chamado uma "identidade". Você começa a se identificar com essas emoções e conexões, mesmo ser você quiser.

Por outro lado, também sabemos que as células nervosas que não se disparam juntas, não "se acendem" em conjunto, não se conectam. Elas perdem seu relacionamento de longo prazo. Porque cada vez que interromper esse processo de pensamento que produz uma resposta química no corpo, as células nervosas se conectam uma à outra impedem ou quebram o seu "link". Ao interromper o processo de pensamento e de observação, não o estímulo e resposta, mas sim quando observamos e intencionalmente decidimos quebrar a conexão, já NÃO somos o corpo e a mente emocional de uma pessoa que está respondendo ao seu meio ambiente automaticamente.

Então, as emoções são boas ou más?

O objetivo da emoção é reforçar algo quimicamente na memória ao longo prazo.

Se eu pedir para você me dizer o nome da sua professora do segundo ano, você pode precisar tempo para pensar em seu nome, ou mesmo que você não consiga lembrar completamente.

Mas se eu pedir para você me dizer

a última vez que tiver saudade, eu tenho certeza que você iria responder muito mais rápido. Quanto mais forte seja a emoção da experiência, a lembrança vai se tornar mais arraigada na memória.

Estas neuro redes não só afetam as nossas memórias e como podemos conectar as nossas experiências com as nossas

Em outras palavras, se você fizer algo mais e mais, essas células nervosas desenvolverem um relacionamento profundo e forte.

emoções, mas também afetam a química do nosso corpo. As conexões feitas no cérebro (e a emoção resultante) irá afetar as necessidades químicas do corpo.

Tudo começa numa parte do cérebro chamada hipotálamo. O hipotálamo atende a certos produtos químicos que contém certas emoções que experimentamos. Estes produtos químicos correspondem a nossa gama de emoções.

Portanto, há um produto químico para a vitimização, raiva e tristeza. Existem produtos químicos para a felicidade, amor e luxúria e todas as gamas de emoções.

Existe um produto químico que corresponde a cada um das emoções experimentadas. No momento em que nós experimentamos o estado emocional em nosso corpo ou nosso cérebro, o hipotálamo reúne produtos químicos e os libera na corrente sanguínea.

Estes produtos químicos são dispersos por todo o corpo e se ligam às células, alterando o estado das células no nosso corpo.

Cada célula tem uma concisão, a unidade mais pequena no corpo. Estas células informam o cérebro o que você deseja todos os dias. Todos os dias, eles informam o cérebro a pensar em uma razão pela qual devemos estar deprimidos, por que devemos estar confundido, e assim por diante. O corpo diz ao cérebro que não está tendo suas necessidades químicas atendidas. Assim, o cérebro é ativado e passa a situações passadas e traz imagens para nosso lobo frontal para atender às necessidades destes produtos químicos.

Se você não consegue controlar seu estado emocional você deve estar viciado.

Se você está experimentando e sentindo certas emoções a diário ou frequentemente, é uma sinal de que o seu corpo deseja esses sentimentos - mesmo os negativos, como raiva, dor, ciúme e tristeza. Você tem condicionado o seu corpo para estes peptídeos, e quando é privados deles, você almeja mais. Tornam-se viciados a estes peptídeos, e a coisa que com o vício é que depois de obter a sua correção, você quer outro mais - e depois um pouco mais.

Voltando para Joane e João

Joane trabalha em um escritório com um monte de tensão e estresse. Ela trabalha longas horas e está em uma posição que não se adapta aos seus talentos. Ela está frustrada dia a dia. Ela pode sentir como o seu chefe está decepcionada com ela.

Ela constantemente viola os termos, metas e objetivos. E ela está conectada de modo que quando ela pensa sobre o trabalho, o seu cérebro se transforma em 'pressão' das substâncias químicas que levam à "raiva" e "fracasso".

Joana condiciona seu corpo a essas emoções, e eles estão acostumados a receber esses produtos químicos todos os dias. Então Joan começa a se irritar em casa e nos finais de semana para as coisas pequenas, como congestionamentos de trânsito e procedimentos caseiros. Mesmo se



Joane leva suas duas semanas de folga para as férias, ela ainda é incomodada pelas coisas mais pequenas e insignificante. Isto porque o seu corpo está enviando uma mensagem ao seu cérebro para alimentar esses produtos químicos.

Devido à ligação forte e constante que Joane tem criado a partir de suas experiências, seu corpo está viciado no sentimento de raiva, e seu cérebro fará o seu melhor para criar produtos químicos para alimentar o seu corpo.

João, por outro lado é ainda na escola. Indo muito bem nos testes e obtendo as melhores notas. Então, quando João pensa na escola, ele acha que "o sucesso", que é acionado ao "progresso", que por sua vez, transforma o conceito de "validação".

As emoções, tanto positivas como negativas, são viciantes. João muitas vezes fica a validação do seu trabalho na escola e ele sempre recebe as melhores notas, de modo que seu corpo se torna viciado nessa química. Porque João é viciado em validação, você também precisa ter este mesmo sentimento em outras experiências de vida. Então, muitas vezes encontra-se sempre tentando a impressionar a todos e ser aprovado por seus colegas. Isso também leva a algumas más decisões e erros.

Quando o corpo de João não recebe os produtos químicos necessários (dizer que obtem um A ou reconhecimento do labor), o seu cérebro fará qualquer coisa para ter essa sensação novamente.

Vícios

Você pode ver como você pode facilmente se tornar viciado em emoções negativas e sentimentos nocivos.

A coisa sobre o vício é que você não só precisa e almeja certo sentimento / coisa / substância particularmente quiser que a sua "dose" e um pouco mais do que da última vez. Eventualmente é preciso mais para satisfazer o seu corpo.

Assim, para Joane, ela vai descobrir que sua raiva é cada vez mais fora de controle. Ela também acha que as coisas que normalmente não a incomodam, agora desencadeiam sua fúria rapidamente.

Para Joao, o seu vício de validação leva a acreditar que tem que ser o melhor em tudo. Ele descobre que ele tem medo de tentar e fazer coisas novas com o medo de não ser o melhor.

O vício limita a sua liberdade, diminui sua consciência, levando a estados negativos de ser e de infelicidade geral. Se você tem qualquer tipo de vício - a emoções ou as substâncias / pessoas, você se sente fora de controle e você estará propenso a uma experiência de vida negativa.

Você pode ver como isso pode ser uma espiral muito perigosa e negativa, se você tem qualquer ligação profunda insalubre para a sua neuro-rede. Mesmo os comportamentos saudáveis podem tornar-se "não" saudáveis se nós nos tornarmos dependentes deles.

Então, como podemos mudar os nossos comportamentos e necessidades dos nossos corpos? É possível libertar-nos de nossos vícios emocionais para que possamos fazer pequenas mudanças em nossas vidas?

É simples:

Você tem que parar de "acender" seus neurônios.

Você precisa encontrar uma maneira de parar o seu cérebro com os sentimentos e as associações que você não deseja.

Esta mudança é difícil. Imagine se você desenvolveu uma relação com a comida. Ao longo dos anos, você provavelmente já teve muitas experiências relacionadas à alimentação, e muitas emoções fortes para lembrar essas experiências.

Joana é uma pessoa consciente da saúde. Ela gosta de correr três vezes por semana, comer saudável e tomar os suplementos vitamínicos diários. Mas mesmo com todos os esforços e melhorias em sua saúde, ela ainda tem aqueles últimos cinco quilos que não consegue remover.

Joana também gosta um pouco de comida doce, mas apenas uma coisa em particular.

Ela adora sorvete. Ela sabe que é ruim para ela, mas parece que ela não pode controlar seu desejo de sorvete, mesmo que ela tenha controle de todas as decisões quando se trata de sua saúde.

Embora Joana saiba que ela pode ser capaz de perder os 5 quilos de mais se deixar o sorvete, ainda assim não pode deixá-lo. Isto é devido à sua conexão "profunda e intensa" dos neurônios. Essa conexão provavelmente começou quando ela pensou no sorvete, e acendeu o "delicioso" e "feliz". Mesmo quando ela percebeu que sua falta de controle com o sorvete foi o que fez perder seu corpo ideal, ainda não conseguia parar. Agora, quando ela pensa no sorvete está ligado, se transforma em "decepção" e "fracasso", agora sabemos que o nosso corpo também pode se tornar viciado.

Assim, quando o corpo de Joana não teve sua dose de "decepção" ou "fracasso" à que foi condicionada, ela vai para Ben e Jerry's - não porque é delicioso, mas porque dão emoções e sentimentos negativos que o corpo anseia.

O que você precisa fazer é estabelecer uma nova conexão e fazer um novo tópico. Se você costuma conectar amor com a decepção de todos os seus relacionamentos fracassados, você pode transformar isso em uma crença positiva que o amor é igual a

um crescimento saudável. Toda vez que sinta o amor, agora, seu cérebro vai conectar suas experiências com o crescimento no amor. Seu corpo deve agora fornecer substância de "crescimento" em vez de "decepção".

Quando você começa a fazer esta conexão mais e mais vezes, seu corpo vai diminuindo seu vício ao engano e começa a abraçar o crescimento.



Uma vez que você fortalecer esta nova conexão, o velho acabará por quebrar.

Outro exemplo é a forma de "acender" quando você pensa sobre dinheiro e economia. Em seu cérebro vai ter uma neuro-rede "compra com dinheiro". Quando você pensa sobre como ganhar dinheiro, pode ser relacionado com o sentimento de desamparo, desesperança e frustração. Se esta é a forma como seu corpo reage ao conceito de ganhar dinheiro nunca será capaz de ter sucesso financeiramente.

Para alcançar o sucesso financeiro, é necessário reprogramar o cérebro para associar "fazer dinheiro" com

"fácil". Uma vez que esta conexão é feita na sua neuro-rede, seu corpo vai seguir o exemplo.

Então, como vocês estão fazendo isso? Eu tenho visto tantas pessoas que começaram Silva com as melhores intenções e alguns com a força de vontade mais incrível, mas ainda não conseguiram construir essas novas conexões.

A Grande Mentira sobre Força de Vontade.

Força de vontade não é suficiente para superar qualquer tipo de vício.

Seu cérebro sempre traz à mente situações que preenchem as necessidades bioquímicas. Se você tem uma forte neuro-ligação com a raiva, você pode achar que sua raiva é incontrolável. Você pode estar zangado sem motivo. Isto é porque tem condicionado seu corpo aos peptídeos de raiva, e quando são privados de raiva após serem alimentados com isso por tanto tempo, o corpo avisa o cérebro para fazer mais.

Então você pode ter as melhores intenções e até mesmo seus melhores esforços, mas como você vai sucumbir a seus vícios. Os melhores intenções e força de vontade mais intensa estão condenados ao fracasso quando são confrontados com os vícios - especialmente aqueles com profundas conexões neurológicas no cérebro. Na verdade, usando a força de vontade pode até fortalecer as neuro redes insalubres e negativas no cérebro.

Tomemos como exemplo alguém que está tentando parar um vício em drogas à força de vontade. Eles dizem a si mesmos que eles vão sair e que esta é a última vez. De repente, o corpo tem um desejo físico para a droga e sinaliza o cérebro que precisa deste fármaco. A pessoa que sucumbe à fortes ligações feitas ao longo do tempo e de repente seu cérebro parece que falhou em acabar com seu vício. Sente-se um "viciado".

As pessoas tentando remover um vício emocional pela força de vontade também passam pelo mesmo ciclo.

Esta experiência só vai reforçar a ligação entre a neuro-rede no cérebro, portanto, aprofundando o vício.

Enquanto a vontade humana é um traço muito admirável e pode parecer a melhor maneira de fazer uma mudança, a verdade é que a força de vontade não se dirige a fonte de vício. Se você não pode isolar a origem do vício, superar o vício será quase impossível.

O facto é que a força de vontade não é igual a consciência.

Como Religar e Evoluir Seu Cérebro?

O Primeiro Passo do programa de 12 Passos conhecido para superar as adições é a ADMICÇÃO. Você nunca vai ser capaz de se livrar de uma adição negativa, se você não está ciente de sua existência.

É preciso identificar dois ou três conceitos que "pegam fogo" e se conectar um com o outro para você. Você deve analisar suas crenças sobre dinheiro, amor e saúde. Para superar vícios, é necessário entender como eles funcionam e como eles não deixam



você crescer, para que você possa mudar o que não funciona e libertar-se.

Este relatório irá ensinar você como começar a desligação das conexões negativas. Este método vai ensinar você como fazer isso de forma eficaz no menor tempo possível.

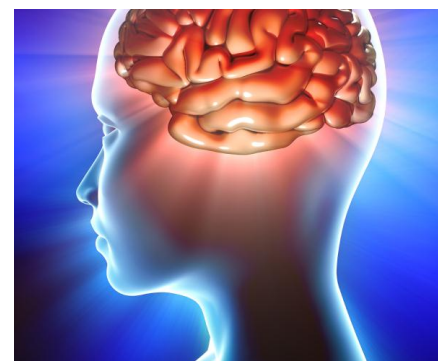
Você tem feito isso toda a sua vida, fazer essas conexões e treinamento para suas células para desejar esses sentimentos, por isso a mudança não é uma coisa fácil.

Você está psicologicamente e fisiologicamente viciado a essas diretrizes atuais.

Mudar é difícil mas nunca impossível. Você só precisa das ferramentas certas.

Se você seguir estes passos, você pode fazer mudanças profundas no menor tempo possível. Esta é uma mudança permanente e duradoura. Você vai mudar a maneira como seu cérebro funciona e os desejos do seu corpo. Em breve novas conexões e emoções positivas será imposta naturalmente e sem esforço para o resto de sua vida.

Para superar as dependências, é necessário compreender como funcionam e como elas fazem você crescer, para que você possa mudar o que não funciona e libertar-se.



O poder da vontade não se dirige a fonte de vício.

Se você não pode isolar a origem do vício, superar o vício será **quase impossível**.

Quando você está estressado, seu cérebro está a funcionar fora de um estado de reação. Isso evita que o cérebro para fazer conexões positivas e produzir emoções positivas.



A Importância do Des-estresse!

Para a religação e a tomar de consciência, você tem que entrar em um estado de relaxamento. Você não será capaz de iniciar uma nova ligação e se reprogramar, enquanto estiver no estado reacionário de stress.

O stress é um estado reacionário. Portanto, você está sempre vivendo em um estado de reação de emergência, em vez de se concentrar no que é importante, mas não urgente. Este ciclo e o estado no qual você opera não vai deixar você tem o poder de religar. E muitas vezes fazem com que muitos buscam maneiras de "eliminar" o stress e entrar em um estado em que a urgência é momentaneamente removida.

O estresse só vai fortalecer as conexões atuais que você tem, e inibe completamente a possibilidade de fazer novas conexões.

Para reprogramar efetivamente, o seu cérebro tem que estar disposto a produzir emoções positivas que não podem acontecer se você está estressado.

Quando você está estressado, seu cérebro está a funcionar fora de um estado de reação. Isso evita que o cérebro para fazer conexões positivas e produzir emoções positivas, porque o corpo está em forma de proteger e abrigo. Quando a proteção é a prioridade em sua mente e corpo, tudo o resto cai na estrada.

Seu Desafio

O primeiro passo para a religação do cérebro é uma combinação de relaxamento e consciência.

Na entrada de blog para este relatório encontra-se o som Alpha, isso vai ajudá-lo a se relaxar e ir para o estado. Vou pedir-lhe para sentar-se e usar o a contagem regressiva 3-2-1 para alcançar o estado alfa.

Em seu estado alfa, coloca qualquer situação e experiência que você teve no passado. Pode ser sobre amor, dinheiro, saúde ou qualquer outra coisa que afeta sua vida. Você pode até ter um livro de notas com você e registrar suas opiniões fora da meditação.

Por favor, indique isso e considere os sentimentos que vêm à mente. É importante que você se deixar ir e deixar o seu subconsciente fazer o trabalho aqui. Também é importante não julgar seus sentimentos. Basta aceitar e estar ciente.

Ok, se isso não pode trazer respostas claras em primeiro lugar. Você sempre pode fazer o exercício várias vezes, até obter uma resposta muito clara.

Então, por favor comente no blog o que você experimentou. Estou ansioso para ouvir suas ideias. Conscientização é o primeiro passo e mais importante de todas as alterações. Trazer estas verdades à sua vida pode ser muito emocional e difícil. Basta lembrar, algumas destas formas de realização podem ser difíceis de aceitar e reconhecer, mas é melhor, a longo prazo.

Depois de consciência vem o próximo passo, fazer novas conexões. Eu tenho uma fórmula secreta para que isso acontecer, então fique ligado para o meu próximo e-mail.

Melhor e Melhor

Omar Jaled Mustafa



Não perca mais tempo!

Aprenda a Religar AGORA seu Cérebro e Conseguir a Mudança que Tanto Deseja.

Acesse a: www.metodosilvadevida.com/portugues/curso