

SEDEM DRUHOV STRACHU

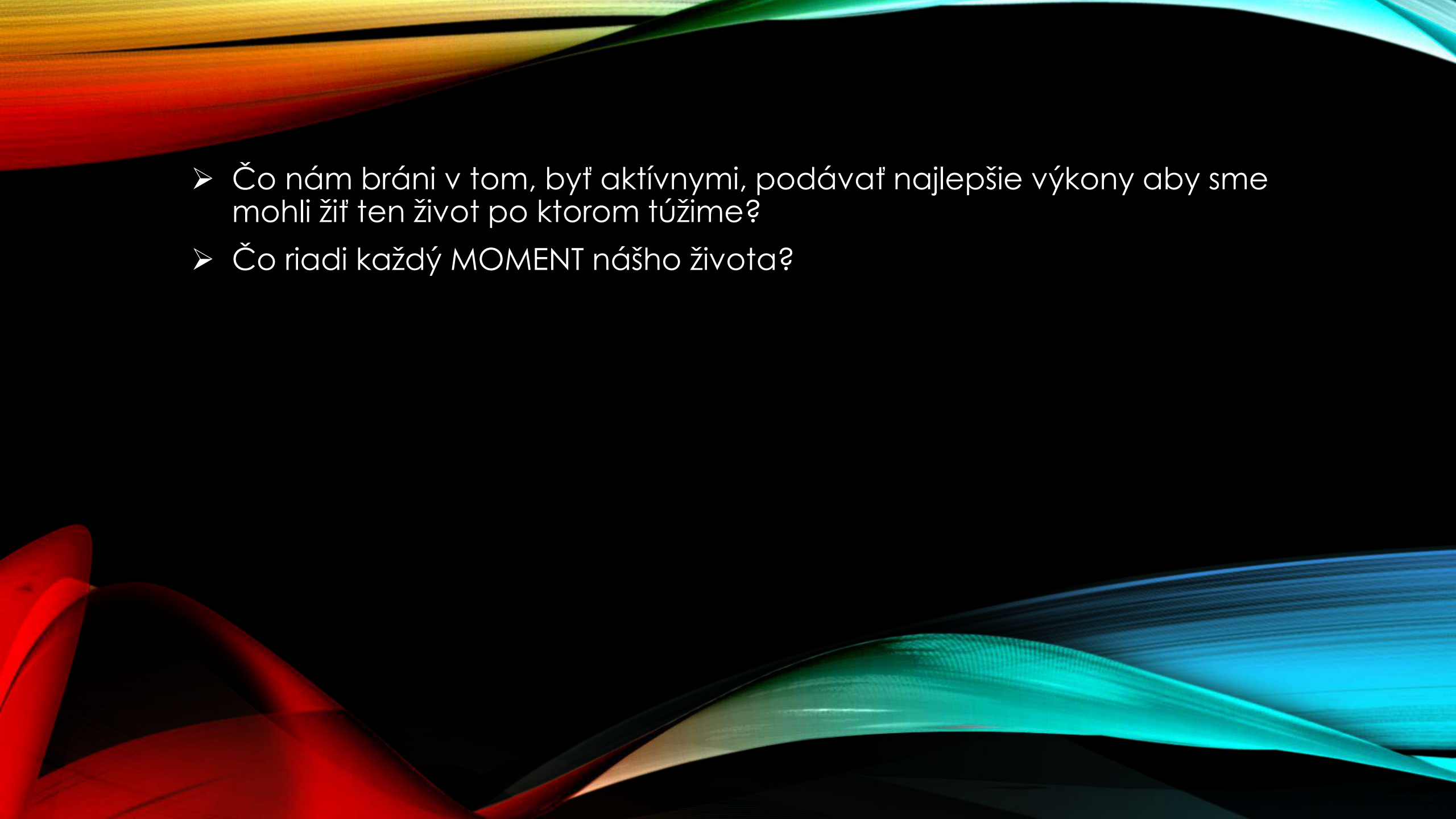
Prečo sú niektorý úspešnejší ako iný?

Každý človek má schopnosť zistiť, čo ho v situáciách riadi. Každý človek môže zistiť, čo za dôvod to je, že ako sa práve cíti, prečo robí to čo robí a načo myslí.

Výzva spočíva v tom, že sme prišli na svet s najlepším riadiacim systémom na svete(mozog), ale nikto nám k nemu nedal návod na použitie.

Takže my potrebujeme návod nato, ako naše túžené zmeny dokážeme do nášho života dostať aby sme dosiahli výsledky po akých túžime.

Aby sme chápali prečo sa správame tak ako sa správame a robíme to čo robíme by sme si mohli zistiť v dvoch jednoduchých otázkach.

- 
- Čo nám bráni v tom, byť aktívnymi, podávať najlepšie výkony aby sme mohli žiť ten život po ktorom túžime?
 - Čo riadi každý MOMENT nášho života?

7 DRUHOV STRACHU

Strach zmrazuje doslova náš celý organizmus. Blokuje totálne komunikáciu všetkých našich buniek. Strach nás oslabuje. Strach nás udržuje v našom starom spôsobe myslenia, činov a pocitov totálne uzamknutých. Strach nás zbavuje fyziologickej sily a môže dokonca aj našu fyziológiu negatívne ovplyvňovať. Odrádza nás od toho robiť to čo by sme robiť mali.

1. Strach z chudoby – strach robiť chyby
2. Strach byť úspešným – zvládnutie tlaku z vonku
3. Strach z kritiky – nebyť dosť dobrý
4. Strach z chorôb
5. Strach nebiť milovaný – odmietnutie
6. Strach zo stárnutia
7. Strach zo smrti

7 DRUHOV STRACHU

Uvedené strachy zažívame v príbehu našich životov v rôznej intenzite a kombinácii. Zo všetkých možných kombinácií existujú dva najvyššie strachy, ktoré najviac ovplyvňujú náš život.

1. Strach nebiť dosť dobrý
2. Strach nebiť milovaným

Tieto strachy sú vo všetkých z nás doslova ukotvené. Či sú to bohatý, úspešný alebo chudobný ľudia.

7 DRUHOV STRACHU

Prvý krok spočíva v tom, pochopiť a akceptovať

že strach existuje. Žiadna kniha, tréning alebo seminár dokáže rozpustiť strach. Pokiaľ nás doteraz strach doslova držal v kľetke je riešenie v tom, využiť strach ako pohonú hmotu na dosahovanie cieľov. Kto sa naučí využívať strach ako svojho kamaráta, doslova exploduje v napredovaní.

Strach je pocitový stav, duševný stav a ako vieme, môžeme naše pocity ovplyvniť tým na čo myslíme. Hoc kedy sme schopný ovplyvňovať spôsob nášho myslenia.

KLADĚME SI SPRÁVNĚ OTÁZKY

Otázky sú riešená. Náš dokonalý mozog automaticky hľadá riešená na každú otázku. Dokáže rýchlejšie produkovať odpovede ako najrýchlejší počítač na svete. A tieto odpovede sú nám buď nápomocné alebo nám bránia.

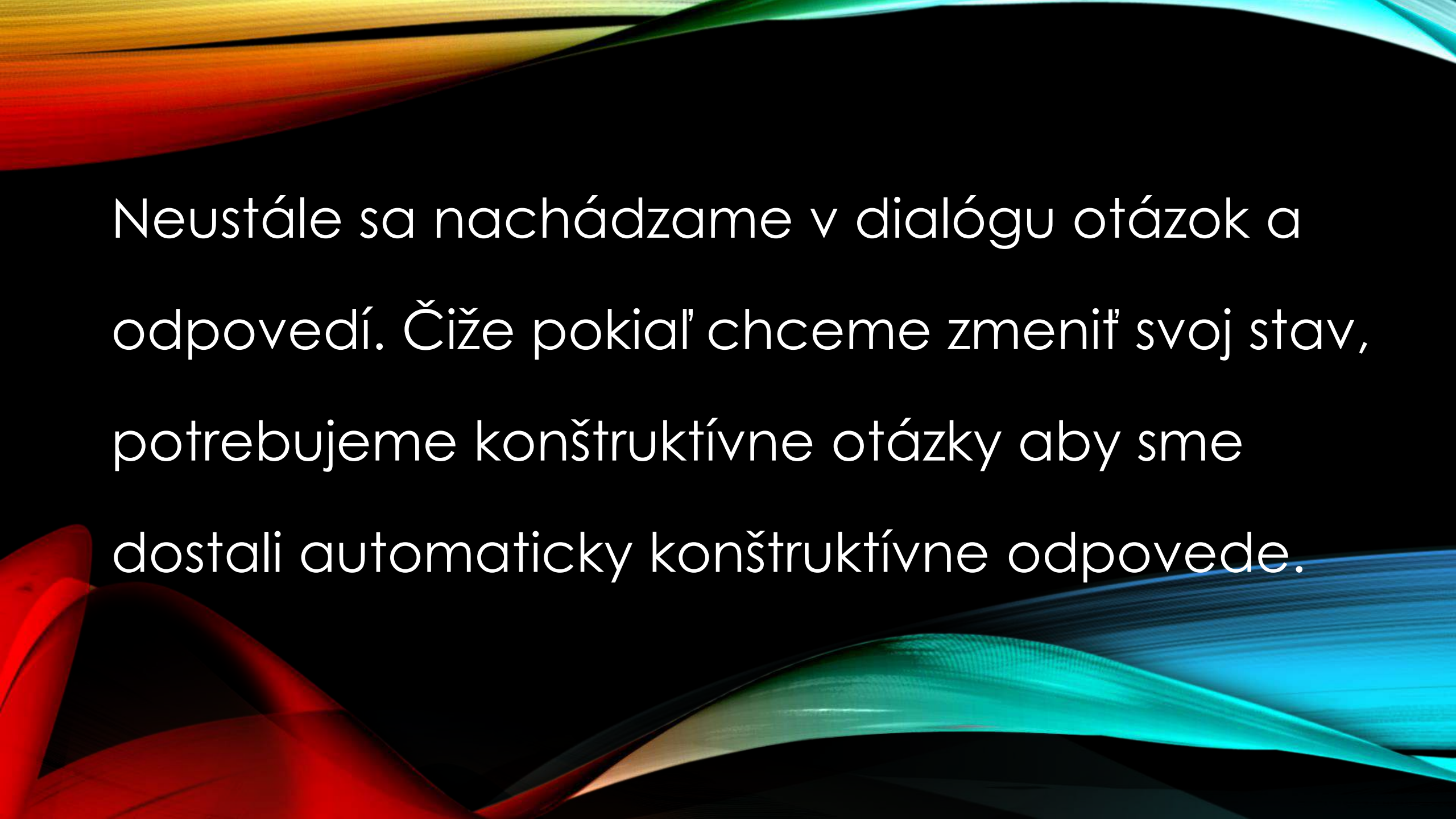
Pokiaľ si kladieme otázky „Prečo sa mi nikdy nič nedarí? „Prečo som tak zničený? „Prečo ma nemá nikto rád? „Čo to má všetko vlastne znamenať?

Budú moje odpovede potvrdením môjho stavu.

Energia nasleduje náš fokus. Pokiaľ náš fokus je zameraný na podobne otázky ktoré sme uvideli, tak budem v slabom a energeticky klesajúcom stave. Je to negatívna PASCA!

Všetci komunikujeme dvoma spôsobmi, vo vnútri a vonku. K vnútornej komunikácii patria naše pocity, predstavy a myšlienky. K vonkajšej patrí mimika, Rýchlosť reči, Hlasitosť, Pohyby, slová a fyzická aktivita. To znamená že my vlastne neustále komunikujeme. Vedome ako aj podvedome. V každom momente vytvárame príčiny ktoré vedú k výsledkom. Každá komunikácia je tým pádom čin ktorý rozhoduje o budúcom výsledku.

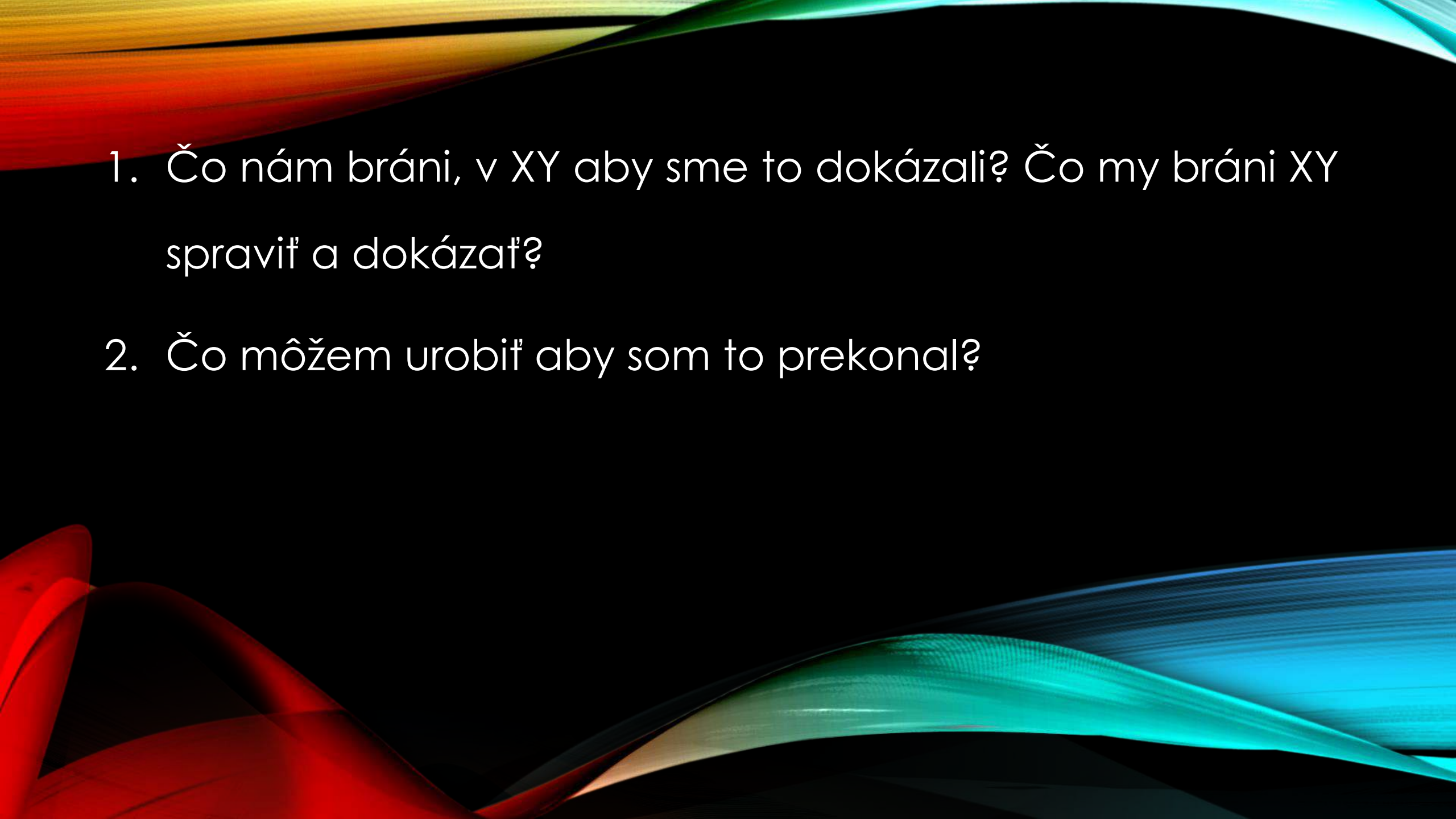
KOMUNIKÁCIA = MOC

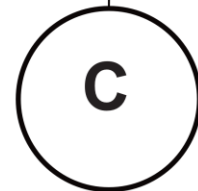
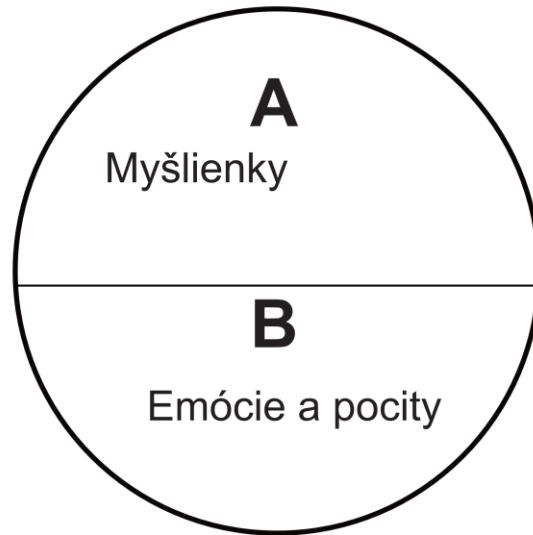


Neustále sa nachádzame v dialógu otázok a odpovedí. Čiže pokiaľ chceme zmeniť svoj stav, potrebujeme konštruktívne otázky aby sme dostali automaticky konštruktívne odpovede.

KTO SI KLADIE OTÁZKY ODPOVEĎ HO NEMINIE – POREKADLO Z KAMERÚNU

Naše otázky priamo ovplyvňujú naše myšlienky a tým aj naše pocity, činy a výsledky v našom živote. Na nasmerovanie myslenia a konania na správny smer, aby sme zastavili náš potenciálny starý zvyk a strach si potrebujeme klásť tieto dve jednoduché otázky.

- 
1. Čo nám bráni, v XY aby sme to dokázali? Čo my bráni XY spraviť a dokázať?
 2. Čo môžem urobiť aby som to prekonal?

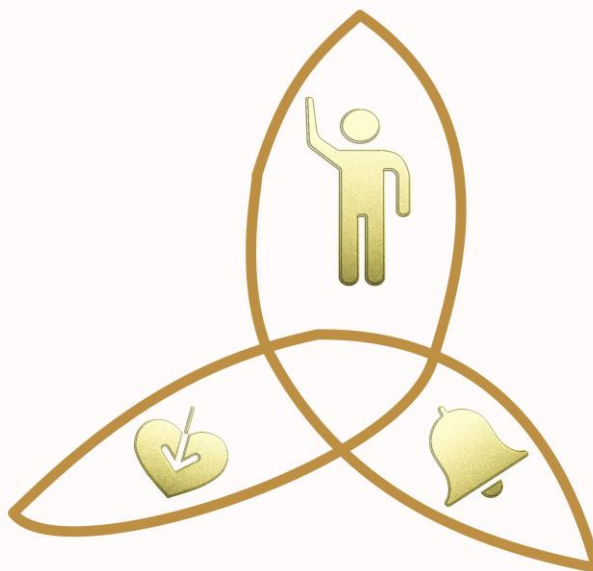


výsledky

Činy

TRIÁDA TECHNIKA TITÁNOV

Fyziológia



Fokus

Hlas