

Beyin Dilekçesi: Nöropeptitler, Yaşam Dili ve Pos Yasaları



Serkan Ertem
www.serkanertem.com

Televizyon izleyen küçük kızım Sudanaz bana dönüp "Baba, yapmamız gereken hareketleri beynimiz nasıl bedenimize anlatıyo?" diye bir soru sordu. Eminim aranızda zaman zaman bu soruya aklı takılan arkadaşlar vardır. O zaman biz de kısa bir açıklama yapalım ve sizi Nöropeptitlerin gizli dünyasına sokalım.

Nasıl Oluyo da Oluyo?

Beyin bu işi nasıl yapar? Yani beyin bu düşünce ve sonuç ilişkisini neye göre kurar? Aslında burada kimya işin içine girer. Siz düşünmeye başlayınca beyin, vücudunuzu düşündüğünüz şeye göre hazırlamak için nöropeptitler üretmeye başlar. Bu nöropeptitler, vücudumuzu düşündüğümüz şeye göre hazırlayacak kimyasal bir emirler listesidir. Yani beyin düşünmeye başladığı zaman, bu emri uygulayacak olan organlarımızın anlayacağı şekle, diğer deyişle kimyasal reaksiyonlara ve nörolojik sinyalizasyona tercüme eder. Bu olay bilincimizin dışında bilinçaltımız tarafından organize edilir. Siz şimdi bu yazıyı okurken bile bilinciniz yazıya odaklı iken, bilinçaltınız nefes alışınızı, midenizdeki sindirim sistemini, dolaşım ve kan sirkülasyonunu, kısaca sizi var edecek ve hayatta tutacak her şeyi sizden habersiz, sessiz sedasız halleder. Çünkü Tanrı'nın ona verdiği, bunlar için tasarlanmış mükemmel bir otomasyon ve kullanım kılavuzu vardır. **Düşünmek, bilincinizin ürettiği ama farklı bir dilde yazılan bir dilekçe gibidir.** Beyin bu dilekçeyi

tercüme eder ve vücudumuzun anlayabileceği elektrokimyasal işlemler bütününe uyarlar.

Tanrı'nın Gizli Alfabetesi

Ben bu dile **yaşam dili** diyorum. Kelimelerini kimyasal reaksiyonlar ve nörolojik sinyallerin oluşturduğu varoluş ve süregelmiş dili... Tanrı'nın gizli bir alfabetesi.

Bu bir dildir ve sizi kullanır. Bu dili ya iyi kullanırsınız ya da kötü. Bu sizin elinizdedir. Bu dili iyi kullanmak size sağlık mutluluk ve başarı getirirken, kötü kullanmak sizi hastalık hastası, başarısız ve kendine güveni olmayan birey yapar. İşte çevrenizdeki başarısız insanlar bu yaşam dilini kötü kullananlar, başarılı insanlar da bu dili iyi kullananlardır. "Başım ağrıyacak galiba" diye düşünmeye başlarız, aslında yaşam diliyle bilinçaltımıza başımızın ağrıma zamanının geldiğini anlatmış oluruz. Ya da "Benim kafam matematiği almıyo arkadaş" demeye başladığımızda aslında yaşam diliyle "Ya boş ver bu matematiği, benim için daha önemli şeyler var" demek istiyorsunuzdur. Bu o kadar etkilidir ki, mutluymuş gibi yapıyorken bile vücudunuz aslında sizi mutluluğa uyarlamaya çalışıyordur. Peki, elimizde böyle değerli bir ipucu varken, nasıl olur da bunu NLP yani kendimizi daha iyiye ulaştırma sanatında kullanmayız? Tabi ki kullanacağız, hem de inatla... Hayatta sizi diğerlerinden bir adım öne götürecektir şey, onlardan bir adım önde olduğunuzu düşünmekle başlar. Bu düşünce sizi daha fazla ve hızlı çalışmaya motive edecek ve beynin

elindeki bu dilekçeyi bilinçaltı hemen kullanmaya başlayacaktır.

Ben buna **POS YASASI** diyorum. Yani Pozitif Olma Sanatı Yasası...

Bu sizi hayatta uyuklayan yatay bir çizgi olmaktan çıkarıp, hayatına kattığı her değeri toplayarak bir bütün oluşturmaya yarayan bir "+" işareti yapacaktır. POS yasaları evrensel ve ortak bir dili vardır. O da yaşam dilidir. Yaşam diliyle yaratacağınız POS dilekçeleri nöropeptitler vasıtasıyla tüm vücudunuzun anlayabileceği emirlere çevrilecek ve bedeniniz istisnasız ona uyacaktır. Bu ister sağlığınıza korumak olsun ister hayatınıza yeni başarılar katmak, hepsinde de sizi sizden gizli kullanır.

O zaman son olarak ne diyeceğiz: Başarılı olmalıyım, başarılı olacağım, başarılıyım!

Başarının Sırrı 2 Kelimeye Sığarsa...

Bir gazeteci, kariyerinin zirvesindeki bir yöneticiyle görüşüyordu. Söyleşinin bir yerinde, gazeteci: "Başarının sırrı nedir sizce?" diye sordu.

Cevap çok kısaydı:

"İki kelimedir."

"Peki, o iki kelime nedir efendim?"

"Doğru kararlar."

"Peki, doğru kararlar nasıl alınır?"

"Bir kelimeyle."

"O nedir peki?"

"Tecrübe."

"Peki, bu tecrübe nasıl elde edilebilir?"

"İki kelime ile."

"O iki kelime nedir?"

"Yanlış kararlar."