

CAMBIARE L'ABITUDINE

Il metodo più semplice ed efficace di effettuare i cambiamenti che vorremmo basato sulla fisica quantistica e diventare un altro io

- Nell'esaminare le leggi del principio LO.LA si è asserito che basterebbe cambiare un pensiero per cambiare noi stessi ed il mondo. Si trattava di fisica sperimentale e non di fisica applicata. La realtà che meglio conosciamo e su cui meglio possiamo fare esperimenti è noi stessi.
- Chiunque di noi ha provato ad esprimere emozioni o pensieri benefici o di abbondanza, ma spesso le cose non sono andate come volevamo. Il limitarsi al pensiero è stato il limite dei fautori del pensiero creativo e della legge di attrazione. Non basta invocare l'attrazione di risorse a noi se nel nostro profondo, nell'ombra o nel subconscio siamo ancora alla fase anale di Freud in cui abbiamo la credenza che il denaro sia merda.
- Noi attiriamo quello che realmente siamo e quello che siamo deriva dalle nostre credenze, dalla personalità che si sviluppa dopo anni ed anni di eventi ricorrenti ed di emozioni ripetute, per cui il voler cambiare abitudini comporta una riprogrammazione profonda di quello che siamo diventati e la sostituzione di file obsoleti con nuovi file improntati a tutte le emozioni ed i pensieri positivi che abbiamo precedentemente citato.
- In sostanza si tratta di estirpare tutti i pensieri incentrati sulle vibrazioni della paura (ed emozioni a questa collegata) con uno stato d'essere risonante con l'amore

- Gli scienziati moderni che seguono l'epigenetica hanno scoperto che il nostro DNA è un potente ricetrasmittitore che decodifica i segnali che arrivano dall'esterno, per Bohm chiamate onde pilota, e li irradia in tutte le nostre cellule che sono tra loro connesse a mezzo di segnali fotonici e sonori
- In qualità di trasmettitori noi emettiamo delle onde elettromagnetiche che a loro volta comunicano con la matrice ed a mezzo di queste possiamo esprimere ciò che siamo e ciò di cui abbiamo bisogno.
- Questa trasmissione avviene nel vuoto e possiamo pensare che il nostro cervello, inteso come mente invii campi elettrici e la nostra parte emotiva sia deputata alla trasmissione di campi magnetici
- Se i segnali elettrici e magnetici sono fuori banda si crea una confusione
- Per ottenere risultati coerenti dobbiamo far sì che il pensiero e le emozioni siano coordinate a trasmettere il medesimo segnale, solo così potremmo ottenere risposte idonee
- Il fatto che il substrato emotivo sia calibrato su frequenze basse dovuti a pensieri ossessivi concernenti l'area della sopravvivenza e quindi improntati alla paura alla rabbia etc. spiega la ragione per cui anche l'inviare pensieri positivi o di amore non porti ad ottenere il risultato (collasso della funzione d'onda) inviato.
- Quando vi è un contrasto fra pensiero ed emozione vince sempre la seconda.

- Il grosso problema è che siamo stati addomesticati a pensare secondo la coscienza collettiva che classifica i fenomeni in base al principio di causa – effetto che mette in gioco una mente che agisce in modo analitico sulla base di paragoni, giudizi e contrasti.
- Questo modo di agire che abbiamo già chiamato pensiero di testa, legato all'analisi ed all'emisfero sinistro del cervello) fa sì che la nostra capacità di analisi di quello che percepiamo esternamente ed internamente a noi sia di 40 bit (unità di informazioni) al secondo. Intorno e dentro di noi ogni secondo arrivano circa 40.000.000 quaranta miliardi di informazioni. Noi quindi nella modalità ordinaria di pensiero pensiamo di poter gestire la nostra vita in base ad 1 miliardesimo delle informazioni che ci circondano. Questa è pura follia e giustifica coloro che dicono che stiamo sognando o che viviamo in preda ad un'imbecillità collettiva.
- Come si è già detto esiste un campo universale basato sulla sintesi e non sull'analisi retto dall'amore che ci permettere di sopravvivere su questa terra e ci fornisce le giuste frequenze per connetterci con esso. Questo chiede l'attivazione dell'emisfero celebrale destro che è in grado di interpretare gli effetti del passaggio dell'azione divina e riprodurle nel nostro microcosmo.
- La chiave di lettura è la **gratitudine**. Dobbiamo essere grati della vita e per coloro che hanno la fede (nella vita) e sono in sintonia con l'abbondanza e quindi sicuri di ricevere quello che necessitano (sia fatta la tua volontà) questa gratitudine deve essere espressa anticipatamente

- Noi riceviamo quello che inviamo. Se i pensieri e le emozioni sono sintonizzati sulla sofferenza è certo che quello che riceverò dal cosmo sarà sofferenza. E' la risposta ad un segnale oggettivo. La domanda che bisogna porci è: **perché non invio segnali positivi?**
- La risposta è che per avere il giusto feed back devo cambiare le mie frequenze ed il mio modo di essere e questo è un lavoro molto difficile.
- Attenendosi ai principi della fisica quantistica ed a numerosi esempi pratici si vedrà che ciò non è impossibile e ciò diviene possibile bypassando i sensi.
- Nella matrice lo spazio ed il tempo non esistono, esiste solo un'infinità di possibilità da consolidare nella nostra vita
- Per entrare in contatto con questa realtà multidimensionale devo spogliarmi da tutto ciò che mi trattiene nella dimensione del pensiero di testa che è basato essenzialmente sui concetti di spazio tempo e massa, che altro non è che un impasto dei primi due. Quando voglio inviare un segnale od una richiesta devo essere svincolato dai ricordi del passato o dalle aspettative del futuro ed essere ben ancorato nel qui ed ora. Il liberarsi dai condizionamenti esterni significa anche liberare la consapevolezza fisica (nessun corpo) e perdere la concezione del tempo.
- **Quindi in sostanza liberarsi dalla triade: circostanze esterne, corpo e tempo**

Superare i condizionamenti esterni

- A questo punto si dovrebbe essere persuasi che il pensiero soggettivo possa influenzare il mondo oggettivo mediante il miracolo del collasso della funzione d'onda.
- Per creare qualcosa di diverso, e si spera più funzionale, devo però il modo in cui si è abituati a vivere ed il modo di pensare. Diceva Einstein: «**non si può pensare di risolvere un problema pensando nello stesso modo con cui è stato creato**»
- Per questo è necessario diventare consapevoli che il cambiamento è la via che si deve percorrere per modificare la situazione di vita. Se continui a comportarti e pensare come hai sempre fatto otterrai gli stessi risultati che hai raggiunto fin d'ora. Se continuo a pensare ai miei problemi continuerò a generarne di nuovi.
- Per cambiare bisogna essere superiori alle circostanze, al corpo ed al tempo.
- Per cambiare bisogna trascendere e idearsi un modello ideale di se stesso.
- Il nostro mondo interiore è fatto di ricordi ed il cervello è strutturato per riflettere tutto quello che conosciamo del mondo esterno
- Ciò significa che portiamo alla luce tutti i ricordi e le esperienze che abbiamo avuto con situazioni e persone in dati luoghi ed in certi tempi.
- Trattasi dei **ricordi** e sono loro a definire quello che viene chiamato **ambiente esterno**

- Se sono i pensieri a determinare la nostra realtà e continuiamo a pensare nello stesso modo, come azione riflessa del mondo circostante, continueremo ad avere la stessa vita e vivere la stessa realtà. La reiterazione è l'esatto opposto del cambiamento.
- I nostri ricordi familiari ci rammentano di riprodurre le stesse esperienze, come nel film il giorno della marmotta. **Identifichiamo** in tal modo la nostra realtà con ciò che sta al di fuori di noi, crogioliamo nelle nostre **abitudini**.
- Questo vuol dire vivere nel passato, significa che reiterando i nostri comportamenti attiviamo sempre le stesse zone del cervello e gli stessi neuroni in base a percorsi già noti.
- Vivendo sempre gli stessi pensieri, sentimenti e comportamenti creiamo la nostra **personalità che crea la nostra realtà personale**.
- **Cambiare significa pensare ed agire in modo più grande delle circostanze del presente e più in grande dell'ambiente**.
- Tutti i grandi personaggi sono divenuti tali perché hanno pensato ed agito molto più in grande delle circostanze in cui vivevano e l'esempio maggiore è Gandhi. Tutti vivevano già la realtà futura che volevano creare (sì la pace che vorresti nel mondo)

- Il vivere nell'abitudine non è altro che reiterare un qualcosa che si è formato nell'inconscio in modo inconsapevole. Si è già specificato che la mente è strutturata per fornire all'inconscio le istruzioni per gestire automaticamente situazioni apprese. Inoltre a peggiorare le cose esiste quella che viene definita la legge di Hebb, ovvero che i neuroni che rispondono all'unisono rispondono agli stessi stimoli. Ancor più rilevante è il fatto che la ripetizione di certe risposte fa sì che questi neuroni che rispondono all'unisono vengono «cablati» per mezzo del fattore di crescita neurale, ovvero si attivano questi collegamenti maggiore alimentazione viene fornita a questa catena e ciò avviene ogni qualvolta si ripropone la stessa percezione dell'ambiente esterno che attiva lo stesso circuito che va a produrre sostanze chimiche per ottenere la stessa risposta dal corpo.
- Fortunatamente si può interrompere, o meglio sostituire questo meccanismo infernale cambiando la mente. Come? Ad esempio si può provare con prove mentali.
- Si è verificato che prendendo a campione soggetti che suonavano il pianoforte ovvero andavano in palestra con un altro campione che ripeteva solo mentalmente le stesse attività il primo campione aveva una certa modificazione in determinate zone del cervello e che anche il secondo gruppo aveva dei cambiamenti simili al primo. Quindi il solo pensare di apprendere delle nuove abilità produceva gli stessi cambiamenti di chi si esercitava praticamente.

- Per ottenere i nuovi apprendimenti e rendere paragonabili gli esperimenti esperenziali con quelli solamente semantici sono dovute entrare in gioco quattro elementi:
- **L'apprendimento di nuove conoscenze** che crea nuove congiunzioni sinaptiche
- **Le istruzioni pratiche** che coinvolgono la sfera del corpo creando un nuovo tipo di esperienza
- **L'attenzione e la ripetizione** costante delle nuove abilità che hanno permesso al cervello di cambiare realmente
- Quando creiamo nella mente un nuovo apprendimento che interessa il lobo prefrontale e ci atteniamo agli elementi sopra specificati, si abbassa il brusio delle menti inconsce e si permette la creazione di nuovi apprendimenti che con l'attenzione e la ripetizione consentono la creazione di nuovi canali neurali idonei per lo svolgimento delle nuove facoltà apprese
- L'applicazione di queste conoscenze permetterà quindi di rompere le abitudini di creare a fianco dei canali neurali che vengono normalmente attivati quando siamo in modalità automatica figli delle abitudini nuovi collegamenti e canali neurali che se ben «nutriti» possono sostituire quelli disfunzionali