



Svjesno je onaj dio u mozgu, koji prima sve informacije iz svog okoliša i vlastitog tijela. Na osnovu toga mozak neprekidno razmišlja, analizira i stavlja u funkciju sve ono što čovjek svojom voljom koristi za svoj opstanak i ostvarivanje svojih životnih ciljeva. Pored svjesnog u mozgu se nalazi i ono, što je u njemu već i prije rođenja u pohranjeno, i što se tijekom života samo dopunjuje.

Za razliku od svjesnog, u mozgu postoji i nesvjesno, koje je značajno po tome, što ono kontrolira ne samo one funkcije u tijelu koje automatski obavljaju određenu radnju, kao što je otkucaj srca, disanje, krvotok i slično, nego i po tome, što se brine za ispravnost rada i svih ostalih organa u tijelu. Pa kada se na bilo kojemu od njih pojavi neki problem, nesvjesno odmah poduzima određene radnje za njegovo vraćanje u normalno stanje. Na primjer, kada netko slomi nogu ili se poreže, liječnici mu samo stave gips ili ranu zašiju, a sve ostalo obavlja sam organizam. Takvo samoizlječenje u svakodnevnom životu pa i medicini, susreće se i pod imenom autosugestija.

Koliko je samoizlječenje putem autosugestije uspješno vidi se i po tome, što neki pacijent, koji je bolovao od neizlječive bolesti, poslije dužeg vremena ponovo dolazi svome liječniku, koji ne može vjerovati svojim očima, jer je njegov kartom već davno odložen među umrle. Ili, kada oboljeli vjernici dolaze na svetišta Mariju Bistricu ili Međugorje, oni se osjećaju mnogo bolje nego ranije, pa neki od njih na taj način uspijevaju postići i potpuno samoizlječenje.

Autosugestija se danas javlja uglavnom vjerovanjem u liječnike i njihove lijekove, ali neki liječnici u suvremenoj medicini se već služe i propisivanjem lažnih lijekova (placeba), s kojima pacijentu uspijevaju otkloniti bol i pospješiti samoizlječenje.

Nesvjesni dio mozga mi možemo stavljati u funkciju i putem svoga glasa ili govora pri čemu šaljemo zahtjev ili zamolbu za pomoć za ono što nam je potrebno. Takav zahtjev ili zamolbu nesvjesnom dijelu mozga, uvijek treba upućivati smireno i opušteno, sa višestrukim ponavljanjem i do 20 puta, a riječi ili rečenice treba izgovarati tiho, ali dovoljno jako, da se pri tom čuje i vlastiti glas.

I kod svjesnog i kod nesvjesnog djelovanja mozga mišljenje i razmišljanje uvijek završava nekim zaključkom ili odlukom, koji se putem živčanog sustava, leđne moždine i živaca, šalje pojedinim organima na izvršenje.

Sa nesvjesnim dijelom mozga uvijek treba biti strpljiv, jer samo upornost dovodi do dobrog rezultata. Kada nesvjesni dio mozga neku želju ili zamolbu jednom prihvati, to ne treba više mnogo puta ponavljati, nego samo kratko osvježiti. Pozitivni odgovor će tada, ukoliko se ne radi o već suviše oštećenom organu, vjerojatno brzo stići.

Zahtjevi ili zamolbe mozgu nesvjesnog mogu biti:

Neka se svakoga dana sve bolje osjećam  
Neka mi se u tijelu ne javlja nikakav stres  
Neka mi se poboljšava pamćenje i koncentracija

Ili još konkretnije:

Neka mi se poboljšava očni vid  
Neka mi se ne javlja glavobolja  
Neka mi se ne javlja vrtoglavica  
Neka mi se održava dobar krvni tlak  
Neka mi se održava dobar šećer u krvi  
Neka mi se poboljšava probava  
Neka me ne bole leđa  
Neka mi se ne javljaju bolovi u nogama  
Neka ne gubim ravnotežu u hodu  
Neka mi se vrati dobar san  
Ja ću zaspati, ja ću zaspati

i slično.

Svakom od ovih zahtjeva može se i dodavati:

Ja to želim! Ja to mogu! Ja to hoću!

Kada nesvjesni dio mozga neku želju ili zamolbu jednom primi, to ne treba kao u početku mnogo puta ponavljati, nego samo kratko osvježiti.

O takvom načinu liječenja, već je u svijetu objavljeno više knjiga, jer je tu vrlo uspješnu metodu psihoterapije samopoboljšanja, zasnovanu na optimističkoj autosugestiji, još odavno predstavio francuski psiholog i apotekara Emila Kue, Njegove glavne postavke jesu:

Da se može pozitivno utjecati na zdravlje i sreću pojedinca!

Da uvijek nakon ustajanja treba zatvoriti oči i što opuštenije dvade-setak puta ponavljate, poluglasno, ali tako da se čuje i vlastiti glas, slije-deću rečenicu: „Svakoga dana, u svakom pogledu, meni je sve bolje i bolje!“

Takva Kueova metoda je jednostavna laka i besplatna, a otkriva, da se na taj način uspostavlja jedan nesvjesni proces, koji dovodi do realizacije onoga što čovjek izgovara. Kue smatra, i da je to strogo razdvajanje volje od autosugestije, jer voljno djelovanje se zasniva na svjesnom na-poru, dok se ovakav autosugestivni način odvija i bez ikakvog napora.

Kue je liječio mnoge pacijente, i potvrđeno je da je stopa izlječenja s tom metodom uvijek bila vrlo velika, što i ja na osnovu svog vlastitog iskustva, također potvrđujem. Premda još uvijek ima i manji broj onih ko-ji takav način liječenja osporavaju, ali to su uglavnom proizvođači

lije-kova i neki svećenici.

I kod ove Kueove metode liječenja, poruke koje se šalju u nesvjesni dio mozga, podložne su brzem ili sporijem zaboravljanju, jednako kao i u svjesnom dijelu mozga.

Dopuna:

Po mišljenju autora ovoga teksta, djelovanje ove Kueove metode, koja se zasniva na psihoterapiji i optimističkoj autosugestiji, može se i na jednostavni fizikalni način opisati i ovako: Budući da je čovjek ne samo Božje, nego i tehničko biće, koje se sastoji od dva glavna „pogona“. Jedan „pogon“ koji se brine za sve duhovne potrebe čovjeka, i drugi „pogon“, koji vodi brigu o održavanju i funkcioniranju svih organa u tijelu. Zbog toga je i normalno, da se u okviru svjesnog i nesvjesnog mogu slati poruke, samo za ovaj drugi „pogon“.

To da je čovjek i tehničko biće, ne treba više puno ni dokazivati, jer skoro većina ljudi zna, da kada dođe u pitanje rad najvažnijeg organa u tijelu - srca, da se i to rješava običnim malim aparatom i baterijom, sa čime se prati ponašanje srca i priskače mu se u pomoć. Stoga nije ni čudno, da se nešto slično već i od ranije nalazi u našem tijelu, što se brine za zdravlje svih organa, i što i u području medicine često susrećemo pod nazivom imunitet.

[Ivan Enc](#)

Petrinja