

Trzy umysły, jedno życie — o marzeniach, neuroplastyczności i tworzeniu własnej drogi.

Co sprawiło, że ponad 20 lat temu zaczęłaś zgłębiać mechanizmy podświadomości? Czy pamiętasz moment, który stał się punktem zwrotnym?

Tak, ten moment pamiętam bardzo wyraźnie, zarówno w ciele, jak i w emocjach. W 2001 roku miałam poważny wypadek samochodowy. Wtedy usłyszałam diagnozę, która mogła zakończyć moje marzenia, zostałam osobą niepełnosprawną zależną od innych. Mówiono mi abym zapomniała o chodzeniu na szpilkach i cieszyła się, że w ogóle będę chodzić.

To był czas trudny, wymagający i emocjonalnie bolesny. Doświadczałam momentów załamania, zwątpienia, poczucia straty. I wtedy usłyszałam zdanie, które absolutnie zmieniło kierunek mojego życia „Mózg ma nieograniczone możliwości.”

To jedno zdanie stało się dla mnie jak iskra. Zapaliło ciekawość, determinację i wiarę w to, że w człowieku jest znacznie więcej, niż widać na pierwszy rzut oka, ma potencjał swojego umysłu. I zrozumiałam, że jeśli istnieje klucz do zmiany, to znajduje się właśnie tam.

Zaczęłam czytać, szukać, zgłębiać mechanizmy neuroplastyczności, neuropsychologii, pracy z podświadomością. Uczylałam się, testowałam, próbowałam wszystkiego, co mogło wesprzeć proces regeneracji i odbudowy.

I właśnie wtedy rozumiałam, że granice, które odczuwamy, nie są granicami człowieka tylko granicami jego przekonań. To był moment, w którym narodziła się moja pasja i droga zawodowa, którą krocę do dziś. Od tamtej pory wiem jedno, gdy zaczniemy współpracować z własnym mózgiem, otwieramy drzwi, o których istnieniu nie mieliśmy pojęcia.

Stworzyłaś autorską metodę eNSU - Neuropozytywnej Stymulacji Umysłów. Skąd się wzięła i na czym polega?

Metoda eNSU powstała jako naturalna konsekwencja mojej historii. W chwilach, gdy moje ciało potrzebowało regeneracji, mój umysł pracował najintensywniej w życiu. Bardzo szybko zrozumiałam, że jeżeli chcemy osiągnąć prawdziwą transformację, nie wystarczy pracować tylko na poziomie świadomości.

Prawdziwa zmiana dzieje się tam, gdzie współpracują wszystkie trzy poziomy umysłu. Świadomy - logiczny, planujący, wyznaczający cele. Podświadomy - emocjonalny, nawykowy, odpowiedzialny za 95% naszych reakcji. Nadświadomy - intuicyjny, kreatywny, odpowiadający za poczucie sensu i kierunku.

Metaforycznie mówiąc: świadomy umysł ustawia ster, podświadomy porusza silnikiem, nadświadomy pokazuje gwiazdy, według których warto płynąć.

Naukowo: eNSU integruje funkcje kory czołowej (logika), układu limbicznego (emocje, pamięć) i sieci wielkoskalowalne mózgu (intuicja, kreatywność i poczucie sensu.). Kiedy te trzy poziomy zaczynają współpracować, człowiek przestaje walczyć ze sobą a zaczyna używać pełni potencjału swojego mózgu, żyjąc w harmonii i sprawczości.

I właśnie dlatego zawsze powtarzam zdanie, które stało się dla mnie prawdą życiową: „*Jeśli o czymś marzysz, to znaczy, że jest to w zasięgu Twoich możliwości, wystarczy tylko, że poznasz sposób manifestacji Ich w Twoim Życiu.*” Marzenia nie pojawiają się przypadkiem. Są językiem nadświadomości. Są informacją, że Twój mózg widzi dla Ciebie drogę, nawet jeśli Ty jeszcze nie widzisz całej mapy.

Co było największym wyzwaniem podczas tworzenia metody eNSU?

Największym wyzwaniem było połączenie dwóch światów: naukowego i intuicyjnego, które wydawały się odległe. Z jednej strony badałam neurobiologię, neuroplastyczność, psychologię, procesy pamięci i emocji. Z drugiej, wciąż obserwowałam, jak ludzie w praktyce reagują, co ich blokuje, co ich uwalnia, co pomaga im wrócić do siebie. I dopiero kiedy te dwa światy zaczęły się przenikać, zobaczyłam, że powstaje coś więcej niż technika. Powstał system, który nie tylko tłumaczy, jak działa umysł, ale też pokazuje, jak tę wiedzę przełożyć na realną zmianę.

Współpracujesz zarówno z liderami biznesu, sportowcami, jak i osobami w procesie zmiany. Czy jest coś, co łączy wszystkie te grupy?

Metoda eNSU
działa, bo **widzi**
człowieka
całościowo.



Sukces jest jak trójkąt,
którego wszystkie boki muszą
być obecne

Tak, mimo że to bardzo różne środowiska, jest coś, co łączy ich wszystkich. Każdy z nich niezależnie od pozycji, wieku czy doświadczenia, przychodzi z jednym wspólnym pragnieniem. Chcą spełnić swoje marzenia. Liderzy biznesu marzą o efektywności, klarowności, spójności. Sportowcy o wynikach, sile psychicznej, koncentracji i balansie. Osoby w procesie zmiany, o poczuciu sensu, bezpieczeństwa i harmonii.

Ale marzenia dotyczą nie tylko kariery. Ludzie równie mocno pragną transformacji w relacjach, finansach i życiu osobistym. Na poziomie świadomym mówią o „celach”. Na poziomie podświadomym o „potrzebach”. A na poziomie nadświadomym o „powołaniu”. Metoda eNSU działa, bo widzi człowieka całościowo. Nie tylko jako wykonawcę, ale jako istotę z potencjałem, emocjami, intuicją i historią. I to właśnie jest ich wspólny mianownik: wszyscy czują, że mają w sobie coś więcej i chcą wreszcie to uwolnić.

Z jakimi przekonaniami najczęściej zmagają się ludzie, zanim zaczną w pełni wykorzystywać swój potencjał?

To zadziwiające, że ludzkie niezależnie od

poziomu sukcesu, borykają się z bardzo podobnymi przekonaniem. „Nie jestem wystarczająco dobry/dobra.” niewidzialny hamulec ręczny, który zatrzymuje przed każdym krokiem naprzód. „Nie zasługuję na sukces.” głęboki program podświadomy, często nieuświadomiony. „Inni mogą, ja nie.” porównywanie się, które odbiera energię i wiarę w siebie. „Zmiana jest trudna.” mit, który stoi w sprzeczności z faktem, że mózg jest stworzony do adaptacji. „Jest za późno.” a przecież mózg nie zna czasu, zna proces. To nie są wady charakteru. To neuronalne ścieżki, które można przeprogramować, kiedy współpracują: świadomość, podświadomość i nadświadomość. I właśnie o to chodzi w eNSU - o pełną, wielopoziomą integrację.

Czy sukces to kwestia talentu, warunków czy pracy nad sposobem myślenia?

Sukces jest jak trójkąt, którego wszystkie boki muszą być obecne. Talent, daje predyspozycje. Okoliczności - możliwości a umysł decyduje, jak je wykorzystasz.

Ale to właśnie umysł jest fundamentem. Najbardziej utalentowany sportowiec czy lider

niczego nie osiągnie, jeśli podświadomość mu nie pozwala. A osoba bez talentu może osiągnąć rzeczy spektakularne, jeśli pracuje na poziomie mentalnym, emocjonalnym i intuicyjnym. Bo sukces zaczyna się od wewnętrznej rozmowy ze sobą a dopiero potem przychodzi cała reszta.

Co daje Ci największą satysfakcję w pracy?

Największą satysfakcję daje mi moment, w którym widzę, że człowiek „przeskakuje” z poziomu walki do poziomu mocy. Kiedy nagle zmienia się jego energia, ciało, postawa, głos.

Kiedy zaczyna ufać sobie tak, jakby odzyskał część siebie, której dawno nie słyszał. To moment, w którym wiem, że nie tylko osiągnie swoje cele, ale przede wszystkim zacznie żyć w zgodzie ze swoim potencjałem. To chwila, w której widzę, że to, co robię, naprawdę zmienia czyjeś życie. Człowiek ma w sobie znacznie więcej możliwości, niż sam potrafi dostrzec. A mózg, jeśli stworzymy mu właściwe warunki, potrafi dokonywać rzeczy, które jeszcze wczoraj wydawały się niemożliwe.

Więcej będziecie mogli przeczytać w mojej książce „Rozbitkowie w Świecie Przekonań. Jak Stworzyć Nową Mapę Życia i Otworzyć Się na Zmiany”

www.ncawk.pl

IG@akademia_wyobrazni_adrianna.w



**MENTAL
ZWYCIĘZCY**

TAJEMNICA SUKCESU - KLUCZ,
KTÓRY OTWIERA DRZWI DO NIEOGRANICZONYCH MOŻLIWOŚCI.

MENTAL ZWYCIĘZCY

ODKRYJ SWOJĄ PEŁNIĘ MOŻLIWOŚCI!

Jeśli chcesz nauczyć się świadomie
zarządzać sobą
i osiągnąć mentalność zwycięzcy,
skorzystaj z mojego programu
pracy indywidualnej MENTAL ZWYCIĘZCY.

Pomogę Ci przeprogramować
podświadome programy
i ograniczające przekonania,
wzmocnić pewność siebie
i odblokować Twój pełny potencjał.
Gotowy odkryć swoją wewnętrzną siłę?

**Sprawdź,
jak możesz osiągnąć swoje cele
szybciej i skuteczniej!**

*„Jeśli o czymś marzysz,
to znaczy, że jest to w zasięgu Twoich możliwości,
wystarczy tylko, że poznasz sposób
ich manifestacji w swoim życiu”*

Adrianna Wysocka

Gotowy na transformację?
Umów się już dzisiaj:

+48 602-393-297
mentalzwyciezcy@adriannawysocka.pl
www.ncawk.pl

